

Конкурсная работа

Автор: Бикеева Виктория Владиславовна, педагог-психолог МАДОУ города Нижневартовска ДС №41 «Росинка»,
(до 05.09.23г. работала воспитателем высшей квалификационной категории с детьми старшего дошкольного возраста)

E-mail: MADOYNV-41@yandex.ru; imanovav2013@yandex.ru

Почтовый адрес: 628609, ХМАО-Югра, город Нижневартовск, улица Северная 19, корпус 3, квартира 132. Бикеева Виктория Владиславовна

Название работы: педагогический проект «Береги здоровье с детства!»

Краткая аннотация педагогического проекта:

Педагогический проект «Береги здоровье с детства!» направлен на формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста.

Работа по данной проблеме организована поэтапно: от понятия «здоровье» и «образ жизни человека» - к пониманию зависимости здоровья и образа жизни от состояния социально-экологической окружающей среды, затем – к понятию «здоровый образ жизни» и осознанию здорового образа жизни, как основы сохранения и укрепления здоровья.

Педагогическая технология формирования у старших дошкольников представлений о здоровом образе жизни предполагает взаимосвязь субъектов воспитательно-образовательного процесса, реализуемую через организацию методическо-просветительской работы с педагогами, родителями, и их непосредственное участие в данном процессе.

Цель и задачи:

Цель: Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

- формировать представления у ребенка о своем теле, способах сохранения своего здоровья, соблюдении личной гигиены, культуре питания; определении и поддержании состояния здоровья в разных видах деятельности и ситуациях;
- развивать у детей потребность в освоении способов сохранения своего здоровья, в выборе здорового образа жизни;
- приобщать детей к ценностям физической культуры, обращенных в специальных видах двигательной деятельности: народных подвижных играх, играх с элементами спорта, плаванию;

- формировать поведение и опыт сохранения здоровья в любых жизненных ситуациях.

Содержание работы, представляемой на конкурс

Термин «психологическое здоровье» был введен Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ), значение его встало на один уровень с понятием «физическое здоровье». Невозможно говорить о полноценном физическом развитии, если нет состояния психологического равновесия. Особое внимание эксперты ВОЗ обратили на то, что именно в детстве проблемы психологического здоровья имеют более прямую связь с окружающей малыша обстановкой, чем в другие возрастные периоды. Что же такое норма психологического здоровья, на которую взрослые должны ориентироваться, как организовывая работу с детьми, так и просто жить рядом, в их пока еще небольшом мире? Для психологического здоровья норма – это отсутствие патологии, симптомов, мешающих адаптации маленького человека в нашем взрослом мире. Оно отличается совокупностью личностных новообразований, которые еще не появились у ребенка, но должны присутствовать (в идеале), причем отсутствие их у малыша не должно восприниматься как нарушение.

Успешность обеспечения психологического здоровья детей определяется, в первую очередь, позицией, которую займут взрослые по отношению к ребенку на всех возрастных этапах. Взрослым необходимо следовать за естественным развитием ребенка на данном возрастном и социокультурном этапе его жизненного пути. Кроме этого, правильно расставить приоритетность целей, ценностей и потребностей развития его внутреннего мира. И, конечно, необходимо ориентировать свою деятельность на создании условий, позволяющих ребенку научиться самостоятельно, отражать в своих играх систему отношений с миром, окружающими людьми и самим собой.

Для того, чтобы обеспечить сохранение и укрепление психологического здоровья ребенка, педагоги должны знать его особенности. Необходимо иметь четкое представление об уровне его развития, актуальных и потенциальных возможностях, потребностях. Для этого, в дошкольном учреждении, систематически отслеживается психолого-педагогический статус ребенка и динамика его психологического развития. Построена и модифицирована развивающая предметно-пространственная среда для максимального развития каждого ребенка, его внутреннего мироощущения. Учебно-воспитательный процесс отрегулирован по гибким схемам, можно корректировать, изменять, трансформировать его в зависимости от факторов, которые возникают.

1. *Пояснительная записка*
2. *Основное содержание проекта*
3. *Ресурсы*

4. *Партнеры*
 5. *Целевая аудитория*
 6. *План реализации проекта*
 7. *Ожидаемые результаты*
 8. *Перспективы развития проекта*
- Литература*

1. Пояснительная записка

Современное общество отличается многообразием примеров образа жизни человека, с которыми постоянно сталкивается каждый ребенок. Это многообразие не всегда является образцом для ребенка, в результате создается хаотичность в представлениях ребенка о здоровом образе жизни и разрушаются уже сложившиеся представления. Кроме того, в настоящее время существует тенденция снижения здоровья подрастающего поколения, поэтому потребность в формировании у детей представлений о здоровом образе жизни возрастает и требует поиска новых путей в образовании, воспитании и развитии дошкольников.

Проблемой формирования здорового образа жизни занимаются ученые из различных областей знаний: медицины и физиологии (В.Н. Дубровский, Ю.П. Лисицын, Б.Н. Чумаков), психологии (О.С. Осадчук), экологии (З.И. Тюмасева, А.Ф. Аменд) и педагогики (В.Г. Алямовская, Г.К.Зайцев, Ю.Ф. Змановский, М. Лазарев, О.В. Морозова, Т.В. Поштарева, Л.Г. Татарникова, О.Ю. Толстова, О.С. Шнейдер и др.). Интерес ученых к поставленной проблеме не случаен. Направленность личности на здоровый образ жизни - процесс довольно сложный и противоречивый, на него влияют особенности развития государства и общественное мнение, экологическая обстановка, технология образовательного процесса, личность педагогов, а также состояние и ориентация семейного воспитания.

Немаловажное значение в создании благоприятных условий для формирования у дошкольников представлений о здоровом образе жизни играет система дошкольного образования, поскольку забота об укреплении здоровья ребенка, как отмечает ряд авторов (А.Ф. Аменд, С.Ф. Васильев, М.Л. Лазарев, О.В.Морозова, Т.В. Поштарева, О.Ю. Толстова, З.И. Тюмасева и др.), - проблема не только медицинская, но и педагогическая, так как правильно организованная образовательная работа с детьми нередко в большей степени, чем все медико-гигиенические мероприятия, обеспечивает формирование здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни - категория экобиосоциальная, интегрирующая биологические, социальные и экологические представления о здоровье человека и его жизнедеятельности, поскольку физическое благополучие зависит не только от наследственности и количества внимания к здоровью ребенка со стороны родителей и врачей, но и от влияния экологических

факторов, от степени гармонизации взаимоотношений ребенка с внешней социальной и экологической средой.

Формирование здорового образа жизни во многом обусловлено процессом социализации индивида. Развитие и социализация ребенка происходит в определенной социальной среде, которая является важным фактором регуляции его поведения. В исследованиях Н.В. Бордовской, В.П. Озерова, С.Ю. Толстовой, О.Л. Трещевой, С.О. Филипповой подчеркивается роль социума как среды формирования у детей определенного образа жизни. Социальное направление в решении проблемы формирования здорового образа жизни также прослеживается в работах В.П. Петленко и Н.Г. Веселова. Проблеме формирования валеологической культуры работников ДОУ и валеологизации педагогического процесса посвящены труды С.В. Васильева, Г.К. Зайцева, Н.Б. Захаревич, Е.Е. Луниной.

Современные исследования по валеологическому образованию дошкольников связаны с рассмотрением вопроса обучения детей основным навыкам здорового образа жизни в процессе физического воспитания (М.Л.Лазарев, О.В. Морозова, О.С. Шнейдер). Вопросы экологического воспитания, способствующего осознанию взаимодействия человека и природы, зависимости человека от окружающей среды, рассматривались А.Ф. Аменд, Е.Г. Кушниковой, Л.И. Пономаревой, З.И. Тюмасевой, В.Г. Фокиной. Основой формирования здорового образа жизни, как отмечает З.И. Тюмасева, является экологическое воспитание и образование, поскольку здоровье, по ее мнению, является критерием взаимоотношений человека и природы.

Образ жизни людей, от которого зависит половина их здоровья, складывается из полезных и вредных для здоровья привычек поведения. Но привычки поведения, в большинстве своём, – результат воспитания. Поэтому привлечение педагогов к оздоровлению детей путём воспитания у них привычек здорового образа жизни (ЗОЖ) – это перспективное направление работы по улучшению здоровья.

Дошкольный возраст – самый благоприятный для укрепления здоровья и воспитания привычек ЗОЖ. Дети этого возраста интенсивно развиваются физически и психически, они постоянно находятся под присмотром и опекой родителей. Всё это позволяет решать задачи оздоровления не только в образовательных учреждениях, но и одновременно в домашних условиях с участием родителей.

Содержание направлений работы с детьми сконструировано на основе программы «Основы безопасности детей дошкольного возраста» Н.Н. Авдеевой, О.Л. Князевой, Р.Б. Стеркиной, программы социального развития ребенка «Я-человек» С.А. Козловой, программ экологического образования «Мы» Н. Н. Кондратьевой, Т.А. Шиленок, Т.А. Марковой, Т.А. Виноградовой, «Наш дом-природа» Н.А. Рыжовой, и других авторских разработок.

2. Основное содержание проекта

Педагогическая технология формирования у детей представлений о здоровом образе жизни основана на системном подходе и предполагает работу в следующих направлениях: взаимодействие педагогов с родителями, совместная деятельность педагогов, родителей и детей, формирование здоровьесберегающего пространства.

Работа с детьми:

Для формирования у дошкольников представлений о здоровом образе жизни внедрена специальная педагогическая технология, включающая коррекционно-педагогическую и воспитательно-образовательную работу с детьми, организацию специальных методических мероприятий для педагогов и просветительскую деятельность для родителей.

Особенностью предлагаемой технологии является работа с детьми по формированию когнитивного и поведенческого компонентов представлений о здоровом образе жизни. Содержание каждого блока работы с дошкольниками представлено в таблице 1.

Таблица 1

<u>Работа по формированию представлений старших дошкольников о ЗОЖ</u>		
<u>Формирование когнитивного компонента представлений</u>		<u>Формирование поведенческого компонента представлений</u>
<u>Образовательная работа с детьми</u>	<u>Развивающая работа с детьми</u>	<u>Воспитательная работа с детьми</u>
Сообщение новых сведений, закрепление представлений, умений, навыков	Развитие способности к установлению причинно-следственных связей между здоровьем и образом жизни	Формирование мотивации и потребности в ЗОЖ, профилактика негативного поведения

Условиями эффективной работы с детьми по формированию элементарных представлений о ЗОЖ являются:

- доступность сообщаемых сведений о биологических, социальных, экологических и поведенческих составляющих ЗОЖ;
- соблюдение принципов научности и достоверности, доступности, наглядности и занимательности, природосообразности, принцип индивидуально-дифференцированного, комплексно-интегрированного подхода, активности и сознательности;

- реализация воспитательно-образовательной работы с опорой на предметно-практическую и продуктивную деятельность дошкольников, обогащение их чувственного опыта, развитие умений наблюдать, анализировать, обобщать, устанавливать причинно-следственные связи между событиями.

Реализация педагогической технологии формирования представлений о ЗОЖ у старших дошкольников осуществляется в трех направлениях.

1 направление: «Я – человек. Что я знаю о себе?»;

2 направление: «Образ жизни человека и здоровье»;

3 направление: «Здоровый образ жизни в условиях города».

Реализация содержания каждого направления предусматривает несколько этапов:

Подготовительный (ориентировочный) этап — изучение представлений детей о здоровье и ЗОЖ; определение содержания, доступного старшим дошкольникам; планирование видов работы и организационных форм.

Основной этап — сообщение детям новых сведений о ЗОЖ и расширение их кругозора в рамках этой темы с опорой на различные виды деятельности. Основной формой работы является непосредственно образовательная деятельность по ознакомлению с окружающим миром.

Закрепляющий этап — закрепление и систематизация представлений детей о ЗОЖ.

Основные виды и формы работы — непосредственно образовательная деятельность, беседы, прогулки, опыты, игры, досуги, соревнования, праздники, Дни здоровья, книжная выставка, выставки плакатов и фотографий, выставки изобразительной деятельности, оздоровительные и закаливающие мероприятия.

1 направление: «Я – человек. Что я знаю о себе?»

Цель: формировать представления детей о человеке, как живом существе; об условиях, необходимых ему для жизни; об особых его потребностях; о внешнем строении человека, органах чувств, некоторых внутренних органах; о различных состояниях и чувствах человека; о здоровье и болезни.

Основное содержание. Человек - живое существо, обитающее на земле. Внешнее сходство людей, их различия по возрасту, полу, росту, телосложению, цвету волос, глаз и т.д.

Для жизни человеку, как всем живым существам, нужны воздух, вода, пища, тепло, пространство. У человека есть особые потребности в жилище, общении с другими людьми, психологическом комфорте, познании.

У каждого человека есть имя и фамилия, он живет рядом с родителями и другими близкими людьми. Человеку необходимо, чтобы его любили родные люди.

В начале своей жизни каждый человек является ребенком и отличается от взрослых. Ребенок растет, учится общаться со сверстниками, развивается, познает мир.

Для знакомства с окружающим миром необходимы органы чувств. Внутри человека находятся органы, которые помогают ему дышать, есть, перемещать кровь по организму, двигаться. Признаки здоровья и болезни человека.

Второе направление «Образ жизни человека и здоровье»

Цель. Формировать представления детей об образе жизни человека; о ритмичности жизнедеятельности, режимных моментах, организации дня в детском саду, отдыхе и досуге; о психологическом комфорте; о зависимости здоровья от образа жизни.

Основное содержание. Условия жизни ребенка включают климатические условия, место проживания, бытовую обустроенность, психологическую ситуацию в семье и в детском саду.

Деятельность ребенка как игровая и учебная, двигательная подвижность, общение, бытовые взаимоотношения.

Деятельность каждого человека происходит в определенных условиях жизни и зависит от них. На здоровье человека влияют: чистота тела, одежды и жилища, полезное питание, сон, отдых, прогулки, проветривание помещения, занятия физической культурой, закаливание, психологический комфорт.

Потребности человека и их реализация. Ритмичность жизнедеятельности. Режимные моменты. Распорядок дня в детском саду и дома. Распределение и выполнение обязанностей в семье. Общение с другими людьми.

Влияние образа жизни на здоровье.

Третье направление «Здоровый образ жизни в условиях города»

Цель. Формировать у детей представления об особенностях жизни в городе; о факторах окружающей среды, оказывающих особое влияние на здоровье человека; о составляющих здорового образа жизни, о значении ЗОЖ для здоровья человека; формирование поведения, способствующего ЗОЖ.

Основное содержание. Факторы окружающей среды города, влияющие на здоровье человека: состояние воздушного бассейна, шум, большое количество людей, интенсивные транспортные потоки, дефицит времени, рекламное пространство, недостаток общения.

Значение растений для жизни человека в большом городе. Защитные функции растений. Лекарственные растения. Влияние природных факторов на здоровье человека. Выбор места для прогулки.

Правила поведения на улице и в транспорте. Безопасный переход улицы. Встречи с незнакомыми людьми и животными на улице. Безопасное поведение на игровой площадке. Безопасное поведение дома.

Укрепление здоровья с помощью закаливания, санитарно-гигиенических процедур, гимнастики для глаз, дыхательных упражнений, полезных продуктов, физкультурных занятий. Влияние на здоровье длительного просмотра телевизионных передач и компьютерных игр. Организация досуга в городе.

Виды детской деятельности:

Каждому виду детской деятельности (игровой, двигательной, коммуникативной, продуктивной, трудовой, музыкально-художественной, чтению (восприятию) художественной литературы, соответствуют определенные формы работы с детьми по формированию основ здорового образа жизни.

<u>Детская деятельность</u>	<u>Формы работы</u>
Двигательная	Подвижные дидактические игры Подвижные игры с правилами Игровые упражнения Соревнования
Игровая	Сюжетные игры Игры с правилами
Продуктивная	Мастерская по изготовлению продуктов детского творчества Реализация проектов
Коммуникативная	Беседа Ситуативный разговор Речевая ситуация Составление и отгадывание загадок Игры с правилами
Трудовая	Совместные действия Дежурства Поручения Задания
	Реализация проекта
Познавательно-исследовательская	Наблюдение Решение проблемных ситуаций Экспериментирование Коллекционирование Моделирование Реализация проекта Игры с правилами
Музыкально-художественная	Слушание Исполнение Импровизация Экспериментирование

	Подвижные игры Музыкально-дидактические игры
Чтение художественной литературы	Чтение Обсуждение Разучивание

Работа с родителями

Важным условием эффективной воспитательно-образовательной работы с целью повышения уровня знаний родителей о ЗОЖ, обучения методам и приемам, вовлечения в оздоровительную работу ДОУ является реализация специальных мероприятий: изучение представлений родителей о ЗОЖ, консультации, практические занятия, наглядная агитация, открытые «Дни здоровья».

Например, во время открытого Дня здоровья родители познакомились с работой педагогического коллектива в данном направлении. Желавшие имели возможность посетить занятия, понаблюдать за организацией игровой деятельности, принять участие в совместной деятельности детей и взрослых, получить консультации медсестры, психолога и других специалистов дошкольного учреждения, принять участие в конкурсе рисунков, понаблюдать за своими детьми во время праздника.

Для обучения родителей способам организации совместной деятельности детей и взрослых было предусмотрено знакомство родителей с различными методическими приемами и особенностями педагогического воздействия на ребенка; организация и проведение специальных практических занятий для родителей: «Играем вместе с ребенком», «Читаем детям о здоровье», «Наблюдения и опыты с целью формирования представлений о здоровом образе жизни». В ходе этих занятий в качестве наглядного материала были использованы видеозаписи — наблюдения за разнообразной деятельностью дошкольников.

Развитию представлений родителей о месте специально организованного активного отдыха в структуре ЗОЖ, а также делового сотрудничества педагогов и родителей, совместной работы взрослых с детьми способствовало вовлечение родителей в досуговые и оздоровительные мероприятия дошкольного учреждения — подготовку и проведение праздников, досугов, выставок, спортивных соревнований, театрализованных представлений.

Работа с педагогами

Для повышения уровня знаний педагогов о здоровье и ЗОЖ в методическом кабинете ДОУ создана подборка литературы и материалов по санитарно-гигиеническому, экологическому, социальному, педагогическому аспектам ЗОЖ.

Работа с педагогическим коллективом, с целью повышения уровня знаний о ЗОЖ, педагогического мастерства, апробации методов и приемов формирования представлений о ЗОЖ у дошкольников предполагает реализацию специальных мероприятий: изучение литературы о ЗОЖ, консультации, открытый просмотр, семинар, педагогические часы, педсоветы. Например, для систематизации знаний педагогов о ЗОЖ проведена консультация «Что такое здоровый образ жизни», «Представления дошкольников о здоровье и здоровом образе жизни», «Особенности формирования здорового образа жизни в большом городе», «Организация здоровьесберегающего пространства», «Психологический комфорт в дошкольном учреждении и дома» и др.

3. Ресурсы

<u>Ресурсы</u>	<u>Характеристика ресурсов</u>
<i>Временные</i>	Два учебных года
<i>Информационные</i>	Психолого-педагогическая, методическая литература, информационный стенд, групповые газеты, памятки, буклеты, сайты сети интернет для педагогов дошкольных образовательных учреждений
<i>Человеческие (кадровые)</i>	Воспитатель (разработчик проекта), второй воспитатель группы, воспитанники, учитель-логопед, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре, педагог-психолог, помощник воспитателя, старшая и патронажная медсестры
<i>Организационные</i>	Администрация дошкольного образовательного учреждения: заведующий, заместитель заведующего по воспитательной и методической работе, заместитель заведующего по административно-хозяйственной работе
<i>Учебно-методические, материально-технические</i>	Литературные произведения, репродукции картин, иллюстрации, фотографии, фонотека, видео- и аудиозаписи, фотоаппарат, видеокамера, телевизор, магнитофон, материал для художественного творчества, персональный компьютер, мультимедийное оборудование, материал, пособие и оборудование для двигательной деятельности и закалывающих процедур

4. Партнеры

- МБОУ «Средняя школа 29», МБОУ «Средняя школа 40», МБОУ «Средняя школа 42».
- Олимпия, МАУ г. Нижневартовска "Спортивная школа".

- ФГБОУ ВО «Нижевартовский государственный университет».
- БУ ПО ХМАО-Югры «Нижевартовский социально-гуманитарный колледж».
- МАУ ДО г. Нижневартовска «Центр детского творчества».
- МБУ ДО «Центр детского и юношеского технического творчества «Патриот».
- БУ ХМАО-Югры «Нижевартовская городская детская поликлиника №5» (дошкольно-школьный отдел).

5. Целевая аудитория

Субъектами реализации педагогического проекта являются 56 детей (группы компенсирующей и общеразвивающей направленности для детей от 5 до 7 лет (1 и 2 год обучения), 110 родителей и 14 педагогов.

6. План реализации проекта

<u>Этапы</u>	<u>Мероприятия</u>	<u>Дата</u>	<u>Ответственный</u>
1 этап – подготовительный	Подбор, изучение, анализ психолого-педагогической, философской и методической литературы по здоровьесбережению дошкольников. Формулировка цели, задач, определение объекта, предмета. Подбор инструментария для осуществления педагогического мониторинга. Организация здоровьесберегающего пространства. Разработка, поиск и систематизация материала, разработка технологии реализации проекта с детьми.	сентябрь-октябрь 2021г.	Воспитатели группы, родители, инструктор по физической культуре, заведующий, заместитель заведующего по ВМР
2 этап – основной	Поэтапная апробация методики, технологии и средств обучения. Корректировка планирования. Пополнение предметно-развивающей среды. Внедрение проекта в практику работы.	ноябрь 2021г. - апрель 2023г.	Воспитатели группы, родители, заместитель заведующего по воспитательно-методической работе, родители, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре

3 этап – заключительный.	Обработка методических, практических материалов. Соотнесение поставленных и прогнозируемых результатов. Обобщение материалов проекта. Анализ данных, полученных в результате реализации проекта. Оформление проекта.	май -июнь 2023г.	Воспитатели группы, заместитель заведующего по ВМР
-----------------------------	--	---------------------	---

7. Ожидаемые результаты и социальный эффект

- будет обеспечена положительная динамика качественных показателей высокого уровня формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста;
- будет сформирована система практического применения педагогами ДОО современных здоровьесберегающих технологий;
- повысится педагогическая компетентность субъектов образовательного процесса (педагогов, родителей);
- будет обеспечена преемственность между образовательным учреждением и начальным звеном общеобразовательной школы по проблеме здоровьесбережения детей;
- информация о проекте будет представлена на заседаниях форсайт-центров, в средствах массовой информации, интернет – ресурсах.

Мониторинг по формированию представлений о ЗОЖ у старших дошкольников проводился в сентябре 2021 года и в мае 2023 года. Кроме этого, был проведен промежуточный мониторинг в мае 2022 года. За основу взята диагностика, предложенная кандидатом педагогических наук, Л.Г. Касьяновой.

- Задание «Что делать, чтобы быть здоровым?». Задание направлено на выявление представлений об укреплении здоровья и профилактике заболеваний. Педагог предлагает ребенку поговорить с ним «по телефону». В ходе разговора педагог выясняет, здоров ли ребенок, какое у него настроение; выражает удовлетворение тем, что ребенок здоров, и говорит: «Мой знакомый мальчик Дима очень не любит болеть. Дима просил узнать у тебя, что надо делать, чтобы не заболеть». Выслушав ответ ребенка, педагог предлагает: «Нарисуй, пожалуйста, свой ответ. Мы положим твой рисунок в большой конверт и отошлем Диме». После выполнения задания педагог предлагает ребенку пояснить свой рисунок и фиксирует эти пояснения.
- Задание «Полезная покупка». Задание направлено на выявление представлений о полезных для здоровья предметах. В качестве «товаров» использованы чеснок, лук, яблоко, зубная щетка, мыло, кукла, самолет, калейдоскоп. Педагог показывает на лежащие на столе предметы и говорит ребенку: «Это магазин, в нем можно сделать разные покупки. Выбери, пожалуйста, и купи то, что полезно для здоровья». Педагог

фиксирует в протоколе последовательность выбора ребенком предметов и его объяснения.

- Проблемная ситуация «Необычное угощение». Задание направлено на выявление представлений о полезных и вредных для здоровья продуктах. Ребенку предлагают войти в кабинет, где на столе стоит поднос с «угощением», а рядом со столом на полу лежит красивая груша. На подносе разложены несколько карамелек в фантиках, печенье, недоеденный леденец, банан в потемневшей кожуре, пирожное с двумя сидящими на креме мухами (пластиковые муляжи), обкусанная и неаккуратно завернутая шоколадка, недоеденная и неаккуратно завернутая шоколадная конфета, стакан с недопитым соком. Ребенку предлагается поднять с пола грушу, и говорит: «Вкусная груша, жаль, что она грязная. Давай положим ее на поднос. Смотри, здесь кто-то ел вкусную еду и немного оставил нам. Может, угостимся? Что ты выберешь?» В протоколе фиксируют последовательность выбора «угощения» только если ребенок настаивает на нем, несмотря на то, что его внимание обратили на недоброкачество продукта. В этом случае «угощение» у ребенка забирают, разъясняют опасность употребления такого продукта в пищу и заменяют «угощение» полноценным продуктом.

- Проблемная ситуация «Место для отдыха». Задание направлено на выявление представлений о влиянии окружающей среды на здоровье людей. Ребенку предъявляют четыре картинки, на которых изображены: 1) улица большого города, по которой едет транспорт; 2) лесная поляна с ромашками; 3) комната с сидящим перед телевизором мальчиком; 4) предметы одежды, бытовой техники и косметики. Педагог говорит: «В выходной день людям надо хорошо отдохнуть и набраться сил. Провести выходной можно по-разному: можно гулять по шумной улице, где едут машины; можно поехать с родителями в лес или в парк, где растут цветы, и дышать свежим воздухом; можно отправиться в большой магазин; можно остаться дома и долго смотреть телевизор. Как тебе нравится отдыхать? Выбери и покажи картинку».

- Тест «Полезная для здоровья покупка». Задание направлено на выявление представлений о полезных для здоровья предметах и проводится через неделю после выполнения детьми диагностического задания «Полезная покупка». Педагог говорит ребенку: «Представь, что мы с тобой пойдем в большой магазин, где можно купить игрушки, еду, одежду, книги, бытовую технику и многое другое. Нарисуй, пожалуйста, что полезное для здоровья ты выберешь и купишь в этом магазине». После выполнения задания педагог предлагает ребенку пояснить свой рисунок и фиксирует эти пояснения.

- Игровая ситуация «Больница». Ситуация специально организована для анализа отношения к роли больного. Ребенку предлагают поиграть в «Больницу», выбрать для себя роль в этой игре, затем объяснить свой выбор.

- Игровая ситуация «Телевизор дома». Ситуация организована для выявления представлений о влиянии на здоровье просмотра телевизионных передач. Во время подготовки атрибутов для сюжетно-ролевой игры «Семья» неожиданно для ребенка педагог, исполняя роль представителя службы доставки товаров на дом, вносит коробку с «телевизором», устанавливает его.

Во время «настройки» «телевизора» выясняет заинтересованность и предпочтения ребенка в просмотре телевизионных передач и рекламы, основания выбора передачи, длительность просмотра.

- Игровая ситуация «Компьютерные игры». Ситуация организована для выявления представлений о влиянии на здоровье компьютерных игр. Ребенку предлагают совместно с педагогом подготовить атрибуты для сюжетно-ролевой игры «Магазин». Во время этой деятельности педагог открывает коробку, в которой находятся диски с компьютерными играми и клавиатура компьютера. Выясняет желание ребенка приобрести эти вещи в «магазине», предпочтения при выборе игр, уточняет наличие игрового опыта, доступность компьютера дома, отношение ребенка к компьютерным играм.

- Наблюдения за детьми в режимные моменты и в свободном общении. Они направлены: а) на изучение потребностей детей в выполнении гигиенических и закаливающих мероприятий; включают наблюдения за мытьем рук, полосканием полости рта после еды, поведением во время утренней гимнастики, закаливающих мероприятий, прогулки, подготовки к дневному сну, свободной игровой деятельности; б) на изучение психологического климата в группе через эмоциональное принятие или непринятие детьми педагогов.

Оценка показателей качественного анализа представлений детей о здоровом образе жизни

<u>Показатель</u>	<u>Уровень</u>	<u>Критерии</u>
<u>Когнитивный компонент</u>		
Полнота	Высокий	Ребенок имеет некоторые правильные представления о ЗОЖ как активной деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья; о здоровье как о состоянии физического и психологического благополучия организма; о некоторых способах укрепления здоровья и предупреждения заболеваний на основе личного опыта и сведений, полученных от взрослых.
	Средний	Ребенок имеет элементарные представления о ЗОЖ, связывая его с некоторыми видами деятельности, необходимыми для сохранения здоровья; о здоровье как состоянии человека, когда он не болеет; некоторые представления о факторах вреда и пользы для здоровья, о некоторых мерах предупреждения заболеваний, о возможных причинах заболеваний.

	Низкий	Ребенок затрудняется объяснить понятия «здоровье», значение для здоровья знакомых ему видов деятельности; имеет единичные представления о некоторых способах лечения заболеваний на основе личного опыта; не имеет представлений о факторах вреда и пользы для здоровья.
Осознанность	Высокий	Ребенок осознает значение для здоровья ЗОЖ, а также значение для здоровья и ЗОЖ состояния окружающей среды.
	Средний	Ребенок способен к осознанию значения для здоровья некоторых проявлений образа жизни, значения для здоровья и ЗОЖ некоторых факторов окружающей среды; при этом ему требуется помощь в виде наводящих вопросов и конкретных житейских примеров.
	Низкий	Ребенок не осознает зависимость здоровья от образа жизни и влияния окружающей среды.
Обобщенность	Высокий	Ребенок способен выявить направленную на формирование ЗОЖ сущность различных видов деятельности, предметов, объектов и явлений окружающей действительности; он активен и самостоятелен в своих суждениях и высказываниях
	Средний	Ребенок способен выявить направленную на формирование ЗОЖ сущность некоторых видов деятельности, предметов, объектов и явлений окружающей действительности; для этого ему требуется эмоционально-стимулирующая помощь взрослого и наводящие вопросы.
	Низкий	Ребенок не способен выявить направленную на формирование ЗОЖ сущность способствующих здоровью видов деятельности и предметов окружающей действительности.
Системность	Высокий	Представления ребенка о ЗОЖ носят элементарный, но целостный характер.
	Средний	У ребенка сформированы единичные представления о ЗОЖ.
	Низкий	У ребенка сформированы отрывочные, бессистемные представления о здоровье и болезни без учета влияния окружающей среды.

<u>Поведенческий компонент</u>		
Инициативность	Высокий	Ребенок проявляет инициативу при подготовке и проведении оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий на основе осознания их необходимости по следам обучения.
	Средний	Ребенок проявляет инициативу на основе подражания другим детям, но осознанности и потребности в этих мероприятиях нет
	Низкий	Ребенок инициативу не проявляет.
Самостоятельность	Высокий	Ребенок проявляет самостоятельность при подготовке и проведении оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий на основе осознания их необходимости; присваивает переданный взрослыми опыт, переносит его в самостоятельную деятельность.
	Средний	Ребенок проявляет самостоятельность на основе подражания другим детям, но осознанности и потребности в этих мероприятиях нет; частично присваивает переданный опыт, но затрудняется переносить его в самостоятельную деятельность.
	Низкий	Ребенок не проявляет самостоятельность.

Оценка результатов:

По всем показателям определены три уровня выполнения заданий: высокий, средний, низкий.

Высокий уровень – ребенок имеет некоторые представления о ЗОЖ как активной деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья; о здоровье как о состоянии физического и психологического благополучия организма; о природных и социальных факторах вреда и пользы для здоровья; о некоторых способах укрепления здоровья и предупреждения заболеваний на основе личного опыта и сведений, полученных от взрослых; о возможных причинах заболеваний. Осознает значение для здоровья ЗОЖ, а также значение для здоровья и ЗОЖ состояния окружающей природной и социальной среды; способен выявить направленную на формирование ЗОЖ сущность различных видов деятельности, предметов, объектов и явлений окружающей действительности. Ребенок активен и самостоятелен в своих суждениях и

высказываниях; его представления о ЗОЖ носят элементарный, но целостный характер. Проявляет инициативу и самостоятельность при подготовке и проведении оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий на основе осознания их необходимости; присваивает переданный взрослыми опыт, переносит его в самостоятельную деятельность.

Средний уровень — ребенок имеет элементарные представления о ЗОЖ, связывая его с некоторыми видами деятельности, необходимыми для сохранения здоровья; о здоровье как состоянии человека, когда он не болеет; некоторые представления о природных и социальных факторах вреда и пользы для здоровья, о некоторых мерах предупреждения заболеваний, о возможных причинах заболеваний; он способен к осознанию значения для здоровья некоторых проявлений образа жизни, некоторых факторов окружающей природной и социальной среды, при этом ему требуется помощь в виде наводящих вопросов и конкретных житейских примеров. Способен выявлять направленную на формирование ЗОЖ сущность некоторых видов деятельности, предметов, объектов и явлений окружающей действительности; для актуализации представлений ему требуется эмоционально-стимулирующая помощь взрослого и наводящие вопросы. У ребенка сформированы единичные представления о здоровье и ЗОЖ в условиях города. Может проявлять инициативу и самостоятельность в ходе оздоровительных, закаливающих мероприятий, но она связана с его положительным эмоционально-чувственным переживанием; частично присваивает переданный взрослыми опыт и переносит его в самостоятельную деятельность.

Низкий уровень — ребенок затрудняется объяснить смысловое значение понятия «здоровье», значение для здоровья знакомых ему видов деятельности. Имеет единичные представления о некоторых способах лечения заболеваний на основе личного опыта; не имеет представлений о факторах вреда и пользы для здоровья. Не осознает зависимость здоровья от образа жизни и влияния окружающей среды; не способен выявлять направленную на формирование ЗОЖ сущность способствующих здоровью видов деятельности и предметов окружающей действительности. Сформированы отрывочные бессистемные представления о здоровье и болезни без учета влияния окружающей среды. Ребенок не проявляет инициативу и самостоятельность в ситуациях оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий, не присваивает переданный взрослыми опыт и не переносит его в самостоятельную деятельность.

Количественная оценка результатов (% и кол-во детей):

Показатели	Уровни	До реализации проекта	После реализации проекта
<u>КОГНИТИВНЫЙ КОМПОНЕНТ</u>			

ПОЛНОТА	Высокий	детей - %	детей - %
ОСОЗНАННОСТЬ		детей - %	детей - %
ОБОБЩЕННОСТЬ	Средний	детей - %	детей - %
СИСТЕМНОСТЬ	Низкий	детей - %	детей - %
ПОВЕДЕНЧЕСКИЙ КОМПОНЕНТ			
ИНИЦИАТИВНОСТЬ	Высокий	детей - %	детей - %
САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ	Средний	детей - %	детей - %
	Низкий	детей - %	детей - %

8. Перспективы развития проекта

- Продолжать работу по проблеме здоровьесбережения дошкольников;
- Разработать программу по дополнительному образованию для детей от 2 до 7 лет «Будь здоров, малыш!»;
- Организовать родительский клуб «Будем все здоровы!»;
- Разработать методическое пособие по здоровьесбережению и разместить на сайте для педагогов.

Литература

1. Евдокимова Е. С. Проектирование как здоровьесберегающая технология в ДОУ// Управление ДОУ. 2014, №1.
2. Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы. – М., 2018.
3. Картушина М.Ю. Логоритмические занятия в детском саду. – М., 2019.
4. Касьянова Л.Г. Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста. / Автореф. дисс. канд. пед. наук. – Екатеринбург, 2004.
5. Кудрявцев В. Т. Развивающая педагогика оздоровления. – М., 2000.
6. Кузнецова Л.Т. Развитие здоровьесберегающей компетентности у детей старшего дошкольного возраста. / Автореф. дисс. канд. пед. наук. – Екатеринбург, 2007.
7. Логинова Л. Мой замечательный нос // Обруч.2008, № 6.
8. Мурзабаева А.А., Игнатова Е.В. Учимся быть здоровыми // Воспитатель ДОУ, 2007, № 3.
9. Нищева Н. В. Система коррекционной работы в логопедической группе для детей с общим недоразвитием речи. – СПб., 2018.
10. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. – М., 2020.
11. Пожиленко Е. А. Артикуляционная гимнастика. – СПб., 2014.

12. Полетаева Н.М. Теоретические основы системы валеологического воспитания школьников. / Автореф. дисс. доктор, пед. наук. – СПб., 2002.
13. Савина Л. Пальчиковая гимнастика. – М., 2010.
14. Чеботарева О.В. Теоретический семинар «Использование здоровьесберегающих технологий в работе педагога», сайт: <http://festival.1september.ru/>.
15. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. – М., 2019.
16. Шукшина С.Е. Я и мое тело: пособие для занятий с детьми с практическими заданиями и играми. – М., 2004.
17. Шумихина Ю.В. Клуб «Здоровая семья» // Воспитатель ДОУ. 2019, №3.
18. Щетинин М. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. – М., 2019.