

МАДОУ детский сад комбинированного вида
№9 «Чебурашка» г. Южно-Сахалинска

Формирование у детей дошкольного возраста правильного отношения к своему здоровью

Васильцова Н.Г.
Воспитатель старшей группы

- **Актуальность и значимость** нашей работы состоит в том, что проблема сохранения и укрепления здоровья детей с раннего возраста очень значима. Следует подчеркнуть, что право детей на охрану здоровья гарантируется российским законодательством. Охрана жизни и укрепление здоровья детей является одной из самых главных задач, стоящих перед дошкольными образовательными учреждениями. В настоящее время и родители, и воспитатели обеспокоены проблемой здоровья детей. Поэтому важным является формирование у детей правильного отношения к своему здоровью.

□ **Объект работы:**

Воспитательно-образовательный процесс.

□ **Предмет работы:**

Роль уроков здоровья в формировании правильного отношения к здоровью.

□ **Цель работы:** обосновать необходимость проведения уроков здоровья в формировании правильного отношения к своему здоровью.

Задачи работы:

1. Изучить психолого-педагогическую и специальную литературу с целью теоретического обоснования выбранной темы.
2. Разработать критерии сформированности правильного отношения к своему здоровью у детей 5-6 лет.
3. Разработать программу здоровья и апробировать уроки здоровья со старшими дошкольниками, сформировать пакет приложений к урокам здоровья.
4. Разработать методические рекомендации по применению практических материалов работы в практике ДОУ.

Ожидаемый результат (гипотеза):

Применение уроков здоровья в работе со старшими дошкольниками будет способствовать формированию правильного отношения к своему здоровью.

Этапы работы

Опытно-практическая работа по проведению уроков, формирующих правильное отношение к здоровью проводилась в три этапа:

1. **Констатирующий (подготовительный) этап.**
(Изучение психолого-педагогической и специальной литературы, проведение диагностики, разработка программы)
2. **Формирующий (основной, практический) этап.**
(Проведение с дошкольниками практических, оздоровительных уроков, Апробировать блок “Я и мой организм” из программы здоровья)
3. **Закрепляющий (заключительный) этап.**
(Разработка рекомендации по использованию программы здоровья при организации уроков здоровья.)

Констатирующий этап

(дата: 1.09.2016 - 30.09.2016г.)

Задачи:

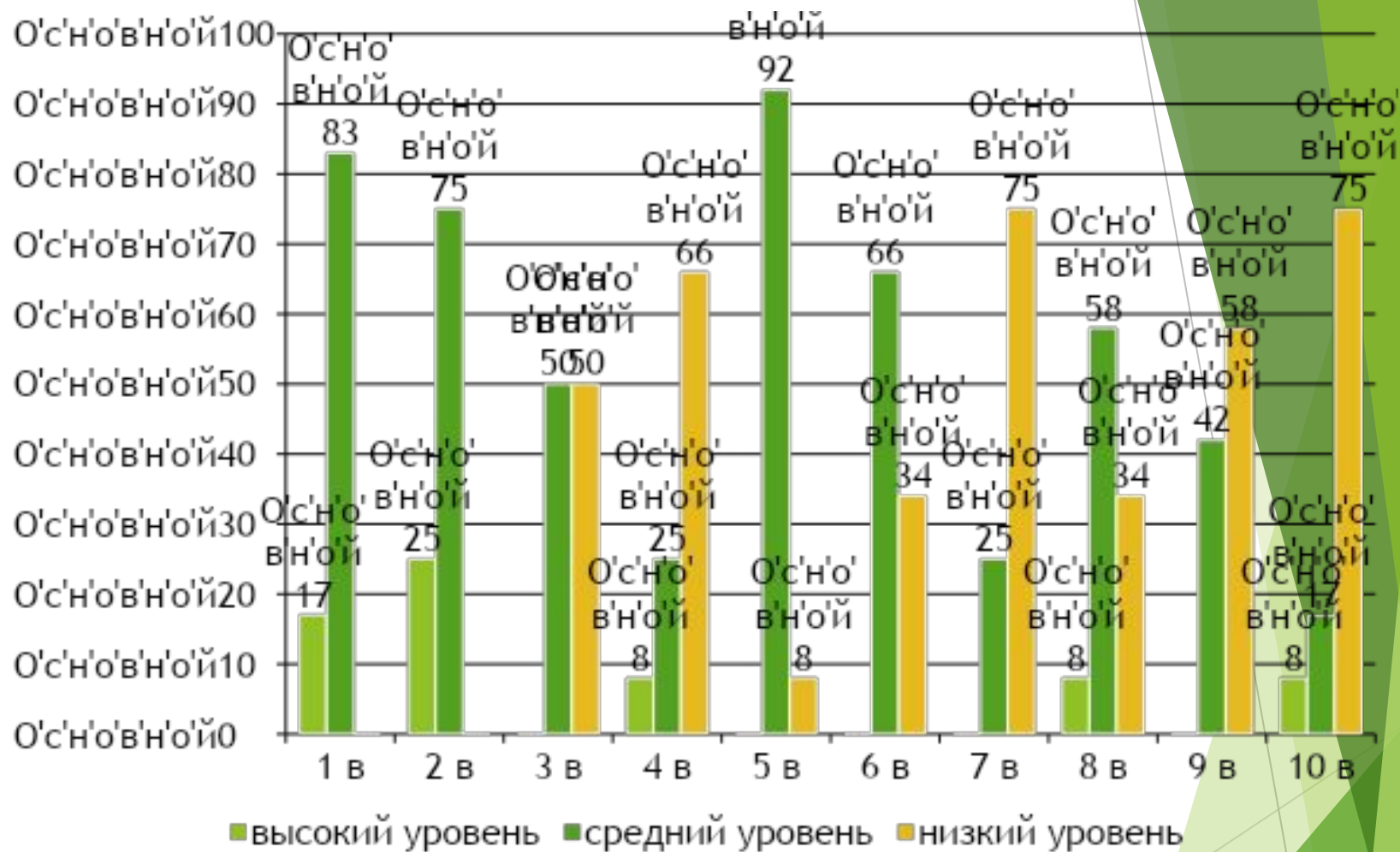
- ▶ Разработать критерии и выявить уровень сформированности отношений старших дошкольников к своему здоровью.
 - ▶ Изучить психолого-педагогическую и специальную литературу.
 - ▶ Проанализировать условия оздоровительной среды в старшей группе для проведения уроков здоровья.
 - ▶ Разработать программу здоровья
-
- ▶ *На констатирующем этапе были использованы следующие методы:*
 - ▶ Диагностическое наблюдение отношения к своему здоровью.
 - ▶ Анализ оздоровительной среды
 - ▶ Беседа с детьми о своем здоровье.
 - ▶ Анкетирование родителей.

План констатирующего этапа

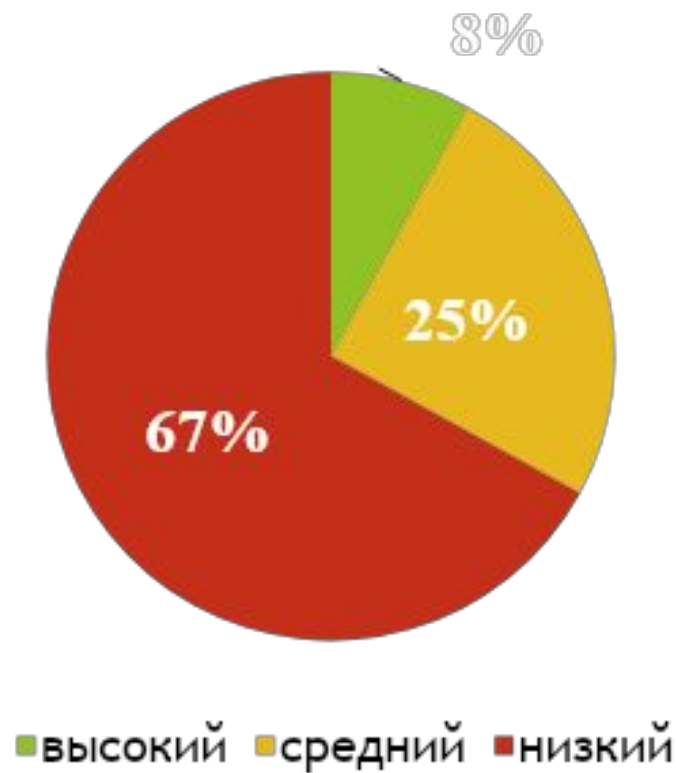
Дата	Вид деятельности	Объект	Цель	Форма организации
1-30.09 2016	наблюдение	дети	Выявить особенности формирования правильного отношения к своему здоровью	На занятиях, в режимных моментах, играх, прогулке, гигиенические процедуры
2-3.09. 2016	Анализ оздоровительной среды		Выявить наличие отдельных комнат гигиены, спортивных уголков, спортивного инвентаря, картотеки для самомассажа, наличие схем и иллюстраций со строением человеческого тела	
4-20.09. 2016	беседы-	дети	Выявить уровень знаний дошкольников о своем здоровье	Устная форма
20-30.09. 2016	анкетирование	родители	Выяснить, кто из детей по мнению родителей имеет представление о своем здоровье	Письменная форма

Ф. И. ребенка	Чистота тела	Чистота зубов	Окислительные продукты	Уход за полостью рта	Чистота рук и ног	Соблюдение порядка в шкафу	Строение человеческого тела и организма	Правильная осанка	Уход за ушами и органами слуха	Уход за глазами	Уровни	Общий балл
Даша Д.	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	Н	4
Соня К.	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	С	12
Даша М.	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	В	15
Ангелина М.	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	Н	4
Артем Ш.	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	Н	3
Алина О.	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	С	8
Таня П.	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	Н	6
Катя Г.	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	С	11
Вероника К.	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	Н	5
Дима Щ.	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	Н	3
Маша В.	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	Н	5
Руслан Г.	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	Н	4

Карта наблюдения сформированности правильного отношения к своему здоровью у детей старшей группы на констатирующем этапе (сентябрь 2016г.)



Уровень сформированности правильного отношения к своему здоровью на констатирующем этапе (сентябрь, 2016г.)



Уровень сформированности отношений детей к
своему здоровью на констатирующем этапе
(сентябрь 2016г.)

Программа здоровья:

- ▶ **Цель программы:** формирование у детей 5-6 лет правильного отношения к своему здоровью.

Программа состоит из 4 блоков:

- ▶ 1 блок - диагностический,
- ▶ 2 блок - тренинговый,
- ▶ 3 блок - работа с детьми,
- ▶ 4 блок - работа с родителями.

Формирующий (практический, основной) этап.

(дата 01.10.2016г по 28.02.2017г.)

Цель: показать роль оздоровительных уроков в формировании правильного отношения к своему здоровью.

Задачи этапа:

1. Апробировать блок “Я и мой организм” из программы здоровья по формированию у ребенка правильного отношения к своему здоровью.
2. Включить детей в практическую оздоровительную деятельность, учить их высказывать свое отношение к здоровью.

Практическая оздоровительная деятельность:

Утренняя гимнастика проводится с тематическим содержанием, игры, музыкальное сопровождение, радостная атмосфера, положительные детские эмоции.

Уроки здоровья из блока «Я и мой организм»- занятия познавательного цикла о здоровье: На занятиях: «Солнце, воздух и вода» даем понятие об использовании воды и воздуха человеком, учим правилам, умением жить и заботиться о своем здоровье.

На практических занятиях: «Чтобы зубы были крепкими» и «Органы пищеварения» - дети приобщаются к культуре поведения, личной гигиене. Все навыки, умения, привычки мы закрепляем и успешно используем в работе с детьми.

Работа по темам: «Я и мое настроение», «Почему я вижу и слышу», «Закаливание», «Как я распознаю запахи», «Гигиена рук и ног», «Самомассаж» - организует деятельность детей, закрепляют правила личной гигиены, культуры и поведения.

Практическая оздоровительная деятельность:

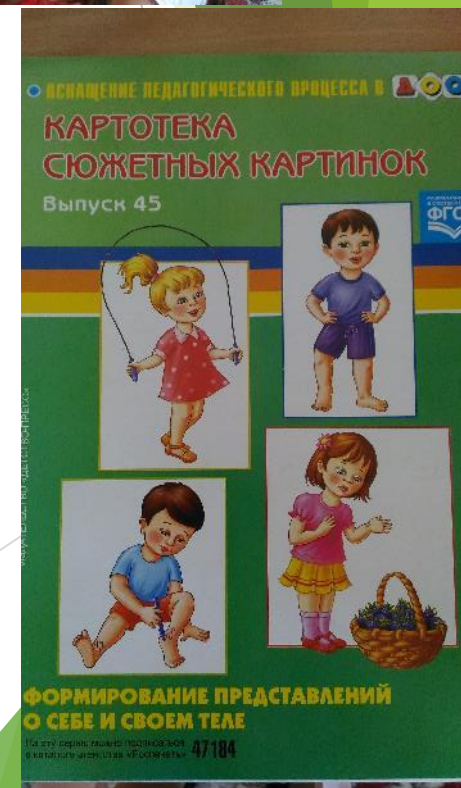
Развитие представлений о строении человеческого формируем через занятия, беседы, игры, наблюдения. Для этого разработаны схемы, подобран наглядный материал.

Беседы включают вопросы гигиены, питания, закаливания, строения человека; вопросы, связанные с факторами, укрепляющими и разрушающими здоровья и т.д.

Также проводятся **оздоровительные минутки**, которые включают не только физические упражнения, но и упражнения на формирование эмоциональной сферы ребенка. **Оздоровительные паузы** можно комбинировать, включая физические упражнения для красивой осанки и несколько упражнений для глаз, рук и стоп, для укрепления позвоночника, снятия усталости, обретения спокойствия и равновесия. Также проводили **Дни здоровья**, которые приобщают детей к здоровому образу жизни посредством развития физических навыков. **Открытые занятия** позволяют подвести детей к пониманию того, что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье



Я и мой организм





Утренняя гимнастика

Артикуляционная гимнастика





Самомассаж стоп



Как работает сердце



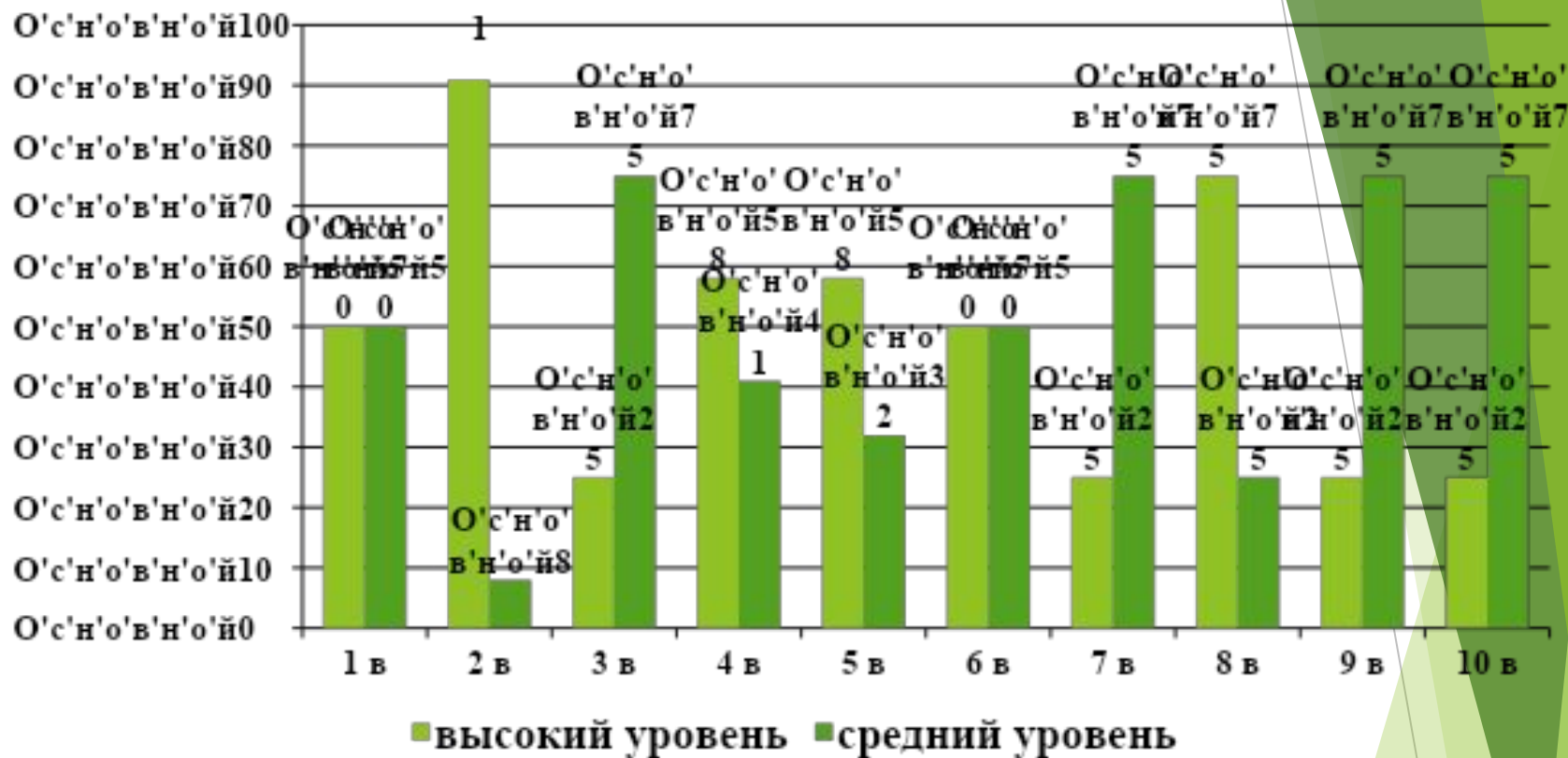
**“Путешествие в страну
здоровья”**



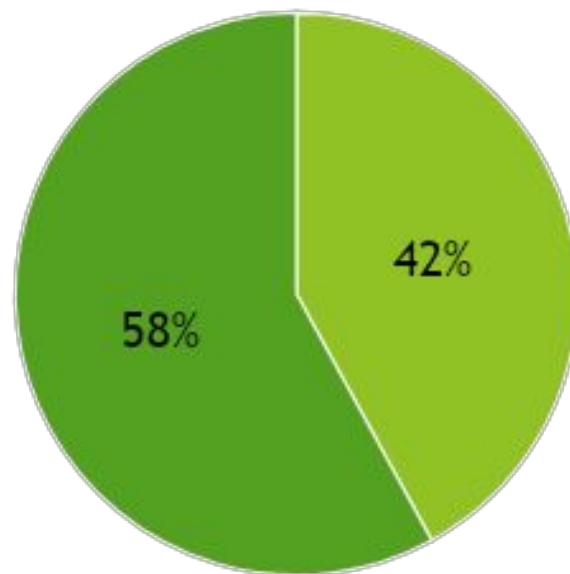
Гимнастика пробуждения

Ф. И. ребенка	Чистота тела	Чистить зубы	Окислительные продукты	Уход полости рта	Чистота рук и ног	Соблюдение порядка в шкафу	Строение человеческого тела и организма	Правильная осанка	Уход за ушами и органами слуха	Уход за глазами	Уровни	Общий балл
Даша Д.	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	С	12
Соня К.	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	В	18
Даша М.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	В	20
Ангелина М.	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	С	13
Артем Ш.	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	С	11
Алина О.	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	В	17
Таня П.	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	В	16
Катя Г.	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	В	18
Вероника К.	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	С	14
Дима Щ.	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	С	12
Маша В.	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	С	14
Руслан К.	Карта наблюдения сформированности правильного отношения										С	13

к своему здоровью у детей старшей группы на формирующем этапе (февраль, 2017г.)

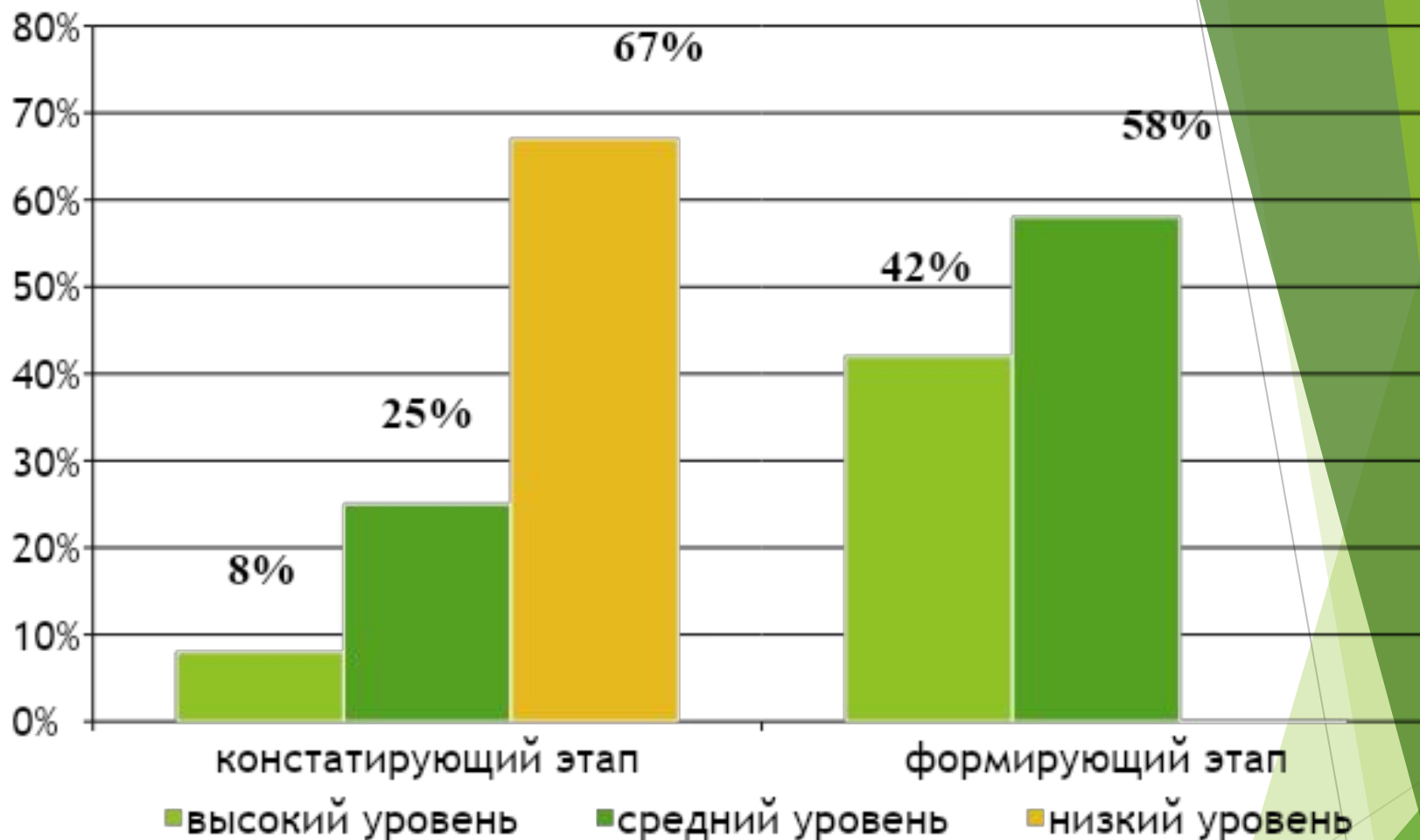


Результаты наблюдения за развитием уровня сформированности к своему здоровью на формирующем этапе (февраль, 2017г.)



■ высокий уровень ■ средний уровень

Уровень сформированности отношений детей к
своему здоровью на практическом этапе
(февраль 2017г.)



**Сравнительные результаты диагностик на
констатирующем и практическом этапах
работы (февраль 2017г.)**

Работа с родителями:

На констатирующем этапе: Анкетирование родителей.

На формирующем этапе:

- ▶ Вместе с родителями создали в группе «Уголок здоровья», где находятся схемы для выражения эмоций, массажа. Рассматривая их у детей проявляются интерес к своему здоровью.
- ▶ Разработаны рекомендации и консультации для родителей.
- ▶ Совместное проведение дней здоровья.
- ▶ Родителям предлагаем картотеки различных гимнастик, упражнений для занятий дома.

Закрепляющий (заключительный) этап

(дата: 01.03.2017г по 30.03.2017г)

Задачи: Разработать рекомендации по использованию программы здоровья при организации уроков здоровья.

- ▶ результаты опытно-практического исследования свидетельствуют об эффективности применяемых методов, способствующих формированию правильного отношения к своему здоровью через оздоровительные уроки.
- ▶ По результатам опытно-практической работы можно с уверенностью утверждать, что уровень сформированности правильного отношения к своему здоровью у дошкольников повышается.
- ▶ Исходя из анализа проведенной нами работы мы разработали и можем представить следующие **методические рекомендации** по формированию правильного отношения к своему здоровью у детей 5-6 лет.

Методические рекомендации:

- ▶ Наблюдать, изучать, проводить диагностику сформированности правильного отношения к своему здоровью.
- ▶ Создавать педагогические условия на занятиях и в режимных моментах для формирования правильного отношения к своему здоровью.
- ▶ В работе с детьми планировать и поэтапно использовать уроки здоровья из программы здоровья.
- ▶ В режим жизни и деятельности в группе включать самомассаж, дыхательную, артикуляционную гимнастики, гимнастику пробуждения, оформлять уголки здоровья.
- ▶ Привлекать к работе родителей, проводить с ними тематические собрания, беседы, консультации по теме «Здоровье детей в ваших руках».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ.

Изучив теорию и проводя с дошкольниками работу по формированию правильного отношения к своему здоровью, через уроки здоровья, можно определить, что внедрение в практическую работу ДОУ программы здоровья прошла успешно, через проведение с дошкольниками оздоровительных уроков в рамках блока «Я и мой организм». И это дает нам возможность судить о правильности сформированных нами ожидаемых результатов. Доказательством тому служат сравнительные результаты констатирующего и формирующего этапов.

Практическая значимость работы:

Разработана программа здоровья по формированию у детей правильного отношения к своему здоровью, создан пакет практических приложений к урокам здоровья блока «Я и мой организм». Результаты нашей работы могут быть использованы в работе других педагогов ДОУ, в работе педагогов дополнительного образования.

**Спасибо за
внимание!**