

**Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации
«Методики и технологии дошкольного образования и воспитания»**

МЕТОДИЧЕСКИЕ материалы модуля

«Методики и технологии физического развития ребенка и формирования здорового образа жизни в дошкольном образовании»

Темы модуля

Тема 1. «Содержание и технологии развития двигательной деятельности детей»

Тема 2. «Формирование основ здорового образа жизни»

Тема 3. «Содержание и технологии воспитания безопасного поведения и основ здоровья детей»

ТЕМА 1. «Содержание и технологии развития двигательной деятельности детей»

1. Краткое содержание темы.

Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании - технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.

Различные виды оздоровительных гимнастик и методика их организации и проведения. Стретчинг и его значение для развития физических качеств ребенка. Требования к подбору упражнений на гибкость и силу мышц, расслабление. Техника выполнения упражнений.

Гигиенические требования к занятиям. Фитбол и детский фитнес в развитии двигательной деятельности детей. Техника выполнения упражнений. Гигиенические требования к занятиям.

Использование стретчинга на тренировочных занятиях играх, утренней гимнастике, индивидуальной работе. Динамические паузы их место в режиме дня и двигательное

содержание. Использование элементов гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики. Релаксация.

Использование нестандартного оборудования в развитии двигательной деятельности детей дошкольного возраста.

Закаливание с использованием морской соли, массажных дорожек в сочетании с дыхательной гимнастикой и профилактическими упражнениями как важное звено в системе физического воспитания детей. Принципы закаливания. Медицинский контроль за организацией закаливания. Оптимальные формы закаливания в условиях дошкольного учреждения.

2. Ключевые понятия темы.

Двигательная деятельность, двигательная активность, общеразвивающие упражнения, основные движения, физические качества, разные виды гимнастик, занятия по физическому развитию в детском саду, обновление условий для двигательного развития, обновленная среда для двигательного развития детей дошкольного возраста, показатели и индикаторы двигательного развития детей дошкольного возраста.

3. Вопросы для самостоятельного размышления по теме.

1. Как связаны двигательная деятельность и двигательная активность?
2. Есть ли у дошкольника двигательные инициативы?
3. Должен ли детский сад удовлетворять потребность детей в движении?
Почему это важно сегодня?
4. Что понимают под культурой движения?
5. Что такое гиподинамия? Каковы ее последствия для организма?
6. Какие болезни называют «болезнями цивилизации»?
7. Можно ли их предупредить еще в дошкольном возрасте? За счет чего?
8. Нужно ли сочетать традиционную физкультуру и новые подходы к организации двигательной деятельности детей дошкольного возраста?
Почему?
9. Зачем изобретать нестандартное оборудование для развития двигательной

деятельности дошкольников?

10. За счет чего может обновляться среда детского сада, удовлетворяя двигательную активность дошкольников?

11. Придумайте проект социального партнерства с какой-то организацией, которая помогла бы решить задачу организации двигательной деятельности детей дошкольного возраста. Обоснуйте кратко свой выбор.

4. Задания для самостоятельной работы с пошаговым алгоритмом выполнения

Задание 1. Представить презентацию на тему: «Факторы, влияющие на двигательную деятельность и здоровье ребенка-дошкольника» в которой отразить, комплексное воздействие каких-либо положительных и негативных факторов, доказать их влияние на организм и двигательную активность ребенка и предложить варианты и пути решения указанных проблем в условиях дошкольной организации и семьи. Оценивается:

техническое оформление и содержательное наполнение материалов, включенных в презентацию (качество слайдов, удобство восприятия и чтения, адекватность и умеренность в применении оформительских и специальных эффектов; логика и полнота, доказательность изложения).

По итогам освоения темы слушателями представляется презентация-визитка о своем образовательном учреждении с позиций организации режима двигательной деятельности детей (на примере одного возраста).

ТЕМА 2. «Формирование основ здорового образа жизни»

1. Краткое содержание темы 2.

Анализ нормативных документов регламентирующих физкультурно-оздоровительную и профилактическую работу с детьми дошкольного возраста, формирующих основы здорового образа жизни у дошкольников. Формы организации здоровьесберегающей работы. Современные здоровьесберегающие технологии. Две линии оздоровительно - развивающей работы в дошкольной образовательной

организации. Анализ образовательных вариативных программ по здоровьесбережению детей и становлению основ здорового образа жизни у дошкольников.

Технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников: становление осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. Ведущий принцип таких технологий.

Технологии валеологического просвещения родителей.

Взаимодействие с родителями и членами семьи воспитанников, условия и формы совместной деятельности педагога, родителей и детей по валеологическому воспитанию и формированию культуры здоровья, приобщение к ЗОЖ. Подходы к интегрированным занятиям по формированию у детей представлений о здоровом образе жизни и полезных привычках.

Планирование физкультурно-оздоровительной работы с применением здоровьесберегающих технологий. Методический и педагогический инструментарий здоровьесберегающих образовательных технологий. Комплексное использование различных технологий. Организация здоровьесберегающей среды.

2. Ключевые понятия темы.

Здоровый образ жизни, вариативные программы по воспитанию основ здорового образа жизни у дошкольников, валеологическая культура, полезные для здоровья привычки, культура здоровья, структурные компоненты культуры здоровья в дошкольном детстве, диагностика культуры здоровья, планирование работы по становлению здорового образа жизни в дошкольном детстве, форм, методы и приемы в формировании основ здорового образа жизни у дошкольников, здоровьесберегающие образовательные технологии, здоровьесберегающая среда, работа с родителями по формированию основ здорового образа жизни у ребенка в семье.

3. Вопросы для самостоятельного размышления по теме.

1. Что понимают под здоровьем?
2. Что понимают под воспроизводством здоровья?
3. Что понимают под формированием здоровья и основ здорового образа жизни?
4. Что такое физическое здоровье?
5. Что понимают под социальным здоровьем?
6. Что такое психическое здоровье?
7. Что такое адаптация?
8. Какие понятия включает в себя образ жизни?
9. Что понимают под «здоровым образом жизни» дошкольника?
10. Какое питание называют рациональным?
11. Назовите принципы рационального питания детей дошкольного возраста.
12. Что такое рациональный режим дня для дошкольника?
13. Какова роль закаливания? Принципы закаливания в дошкольном детстве.

4. Задания для самостоятельной работы с пошаговым алгоритмом выполнения

Задание 1. Разработать конспект интегрированного занятия или других форм работы с использованием здоровьесберегающих технологий (различных видов гимнастик, закаливающих процедур и др.) для детей любой возрастной группы. Конспект необходимо оформить в таблице. Вписываются все задачи интегрированного занятия, указываются образовательные области, которые в данном случае интегрируются. Обязательно включение физических упражнений элементов различных оздоровительных гимнастик, с оборудованием или без на выбор. В комплексе упражнений могут быть использованы любые общеразвивающие упражнения, соответствующие возрастным особенностям детей по сложности, нагрузке и содержанию. При оформлении комплекса указывается: возраст детей, оборудование, перечень упражнений, записанный в сокращенной общепринятой форме с указанием темпа, дозировки. К каждому упражнению комплекса прописываются указания к выполнению и цель (на что направлено упражнение).

Оценивается: правильность составления комплекса, а именно: соответствие комплекса возрасту детей по сложности, дозировке и нагрузке, учет принципов последовательности при подборе упражнений; правильность указаний к проведению, правильность краткой записи; правильность составления конспекта (формулировка задач и их решение в ходе занятия, соответствие методов и приемов этапам обучения и возрасту детей); техническое оформление конспекта, творческий подход к решению задачи.

ТЕМА 3. «Содержание и технологии воспитания безопасного поведения и основ здоровья детей»

1. Краткое содержание темы 3.

Понятие «здоровьесберегающая» технология. Принципиальные отличия, качественная характеристика педагогических технологий по критерию их воздействия на здоровье, технологическая основа здоровьесберегающей педагогики. Цель технологий, направленных на здоровьесбережение дошкольников относительно ребенка и взрослого.

Медико-профилактические и социальные технологии. Медикобиологические технологии и значение их применения в дошкольном образовании: организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиН; организация здоровьесберегающей среды в ДО; технологии воспитания безопасного поведения детей дошкольного возраста.

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка-дошкольника. Обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье.

2. Ключевые понятия темы.

Здоровьесберегающие технологии, классификация здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании, типология здоровьесберегающих технологий, здоровьесберегающее образование, здоровьесберегающее содержание, основы здоровья детей, здоровье дошкольника, здоровье педагога, воспитание основ безопасного поведения, безопасность и компетентность ребенка, условия формирования основ здоровья и безопасного поведения в ДОО.

3. Вопросы для самостоятельного размышления по теме.

1. Валеологическая модель деятельности педагога дошкольной образовательной организации. Почему так важно иметь представления о ней?
2. Здоровьесберегающее содержание дошкольного образования? Откуда оно берется, на что опирается?
3. Современные технологии формирования основ здорового образа жизни и культуры здоровья детей дошкольного возраста? Почему их необходимо обновлять?
4. Безопасное поведение ребенка – почему это важно?
5. Что помогает ребенку выжить в опасных для него ситуациях? Какие компетентности приоритетны?
6. Какой должна быть среда для становления культуры здоровья дошкольников и воспитания безопасного поведения? Что необходимо привносить в такую среду? Как менять?
7. Безопасность образовательного процесса? Психолого-педагогические критерии здоровья детей и педагогов в ДОО.
8. Совместная деятельность семьи и ДОО по сохранению здоровья детей, по воспитанию безопасного поведения.

4. Задания для самостоятельной работы с пошаговым алгоритмом выполнения

Задание 1. Подготовить презентацию о своем образовательном учреждении и реализации в его работе каких-либо оздоровительных технологий.

В презентации необходимо отразить: краткую информацию об образовательном учреждении и образовательной программе, системе физкультурно-оздоровительной работы, раскрыть основные направления применения здоровьесберегающих технологий, результаты применения (если есть данные мониторинга), результаты анкетирования, или интервью о применении данного вида технологий в образовательном процессе (педагогов, родителей, администрации) фото или видео материалы.

Оцениваются: полнота предоставленной информации, содержательность презентации, адекватность заявленной цели и смыслу задания, техническое оформление и культура, творческий подход и оригинальность.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ к модулю

1. Алямовская В.Г. Оздоровительные технологии в дошкольном образовательном учреждении инновационный аспект. Лекции. - М.: «Первое сентября», 2015. - 215 с.
2. Бабенкова Е.А. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Новые стандарты. - М.: Перспектива, 2013. - 268 с.
3. Варфоломеева З.С., Максимихина Е.В., Шивринская С.Е. Формирование физической культуры личности старших дошкольников в условиях реализации инновационных моделей физического воспитания: теория и практика. М.: Флинта, 2016 -191 с.
4. Деркунская В.А. Образовательная область «Здоровье». Как работать по программе «Детство»: Учебно-методическое пособие / науч. ред. А. Г. Гогоберидзе. — СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС»; М.: ТЦ «СФЕРА», 2012. — 176 с.
5. Деркунская В. А. Диагностика культуры здоровья дошкольников: учеб. пособие / Деркунская В. А. - М. : Пед. о-во России, 2005. - 95 с.
6. Деркунская В. А. Образовательная область "Здоровье". Как работать по программе "Детство": учебно-методическое пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению 050100 "Педагогическое образование" / Деркунская В. А.; научный редактор А. Г. Гогоберидзе. - Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2013. - 170 с. - (Методический комплект программы "Детство

7. Деркунская В. А. Проектная деятельность дошкольников: учебно-методическое пособие / Деркунская В. А. - Москва : Центр педагогического образования , 2012. - 142 с.
8. Деркунская В.А., Ошкина А.А. Игры-эксперименты с дошкольниками: учебно-методическое пособие / В. А. Деркунская, А. А. Ошкина. - Москва: Центр педагогического образования, печ. 2012. - 63 с.
9. Дошкольная педагогика с основами методик воспитания и обучения: учебник для вузов. / Под ред. А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцевой. – СПб.: Питер, 2019. – 460 с.
10. Каменская В. Г., Котова С. А. Концептуальные основы здоровьесберегающих технологий развития ребенка дошкольного и младшего школьного возраста: Учебное пособие / Под ред. Н. А. Ноткиной. — СПб.: ООО «Книжный Дом», 2020. — 224 с.
11. Маханева М.Д. Программа оздоровления детей дошкольного возраста. -М.: Сфера, 2014. - 48 с.
12. Николаева Е.И., Федорук В.И., Захарина Е.Ю. Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада: метод. пособие. — СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2015. — 240 с.
13. Планирование образовательной деятельности и оздоровления в ДОО в летний период : методическое пособие / Тимофеева Л. Л. , Деркунская В. А., Корнеичева Е. Е. , Грачева Н. И. - Москва: Центр педагогического образования, 2014. - 224 с.
14. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Эмма Яковлевна Степаненкова. — 8-е изд., испр. — М.: Издательский центр «Академия», 2019. — 368 с.

ПЕРЕЧЕНЬ ИНТЕРНЕТ ИСТОЧНИКОВ по модулю (ссылки)

(источники позволяющие целостно изучить содержание модуля)

1. Борисова М. М. Теория и технология физического воспитания и развития ребенка: Учебник. - Москва:ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2017. – 299 с. - URL: <http://znanium.com/go.php?id=773824>. - ЭБС Znanium.

2. Морозов В. О. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении/Морозов В.О. - Москва:ФЛИНТА, 2014 - URL: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51971. - ЭБС издательства «Лань». Коллекция «Психология. Педагогика».
3. Шебеко В. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста/Шебеко В.Н. - Москва: Высшая школа, 2015 - URL: http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=65332. - ЭБС издательства «Лань».
4. <https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=V7IBha4b4rk&feature=youtu.be>
«Секреты становления полезных привычек для здоровья у детей от рождения до школы» В.А. Деркунская
5. <https://help.herzen.spb.ru/event/kak-sdelat-progulku-interesnoj-i-poleznoj-dlya-doshkolnika-roditeli-detej-doshkolnogo-vozrasta-vospitateli-doshkolnyx-obrazovatelnyx-organizacij/> «Как сделать прогулку интересной и полезной для дошкольника и его родителей» В.А. Деркунская

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ по модулю

К теме 1.

1. ***Использование разнообразных форм двигательной активности создает оптимальный***
..... .
 - а. уровень физической подготовленности
 - б. двигательный режим
 - в. Критерий физического развития
 - г. двигательный навык
 - д. тренирующий эффект.
2. ***Приседания, наклоны головы и туловища; повороты головы и туловища; прогибание туловища; потягивания, поднятие, опускание, скрещивание и сгибание рук и ног – это.....***

- А. психогимнастические упражнения
- б. основные движения
- в. **Общеразвивающие упражнения**
- г. циклические движения
- д. ациклические движения

3. Виды подвижных игр:

- а. сюжетные, несюжетные, спортивные, спортивные досуги
- б. **сюжетные, несюжетные, спортивные, игры-забавы**
- в. Сюжетные, несюжетные, спортивные упражнения
- г. сюжетные, несюжетные, спортивные, двигательные разминки
- д. сюжетные, несюжетные, спортивные, игровые упражнения.

4. Кратковременные физические упражнения, проводимые в процессе занятий, требующих интеллектуального напряжения, называются.....

- А. гимнастикой пробуждения
- б. **физкультминутками**
- в. Двигательными разминками
- г. подвижными играми
- д. логоритмическими упражнениями

5. Основной формой организованного систематического обучения физическим упражнениям является.....

- а. подвижная игра
- б. утренняя гимнастика
- в. **Физкультурное занятие**
- г. физкультминутка
- д. утренняя прогулка

6. Обучение старших дошкольников спортивным играм начинают с ..

- а. вопросов к детям
- б. соревнований между отдельными детьми
- в. Раздачи пособий
- г. разметки площадки
- д. разучивания отдельных элементов техники игры.**

7. Сколько частей входит в структуру физкультурного занятия?

- А. 7
- б. 6
- в. 5
- г. 4
- д. 3**

К теме 2-3.

1. Иерархизированная и упорядоченная система процедур, неукоснительное выполнение которых гарантирует достижение определенного планируемого результата.

- а) методика
- б) система обучения
- с) педагогическая технология

2. Структурированность, стандартизация, унификация, воспроизводимость — это

- а) признаки педагогической технологии
- б) принципы обучения
- с) направления образования

3. Верно ли, что технология воспроизводима, но не гарантирует идеального результата?

- а) верно

b) неверно

4. Выберите наиболее точное определение понятия «здоровье»:

a) состояние полного физического, психического и социального благополучия,

b) отсутствие болезней или физических дефектов.

c) максимальная адаптация к окружающей среде, нормальная физическая активность

5. Отсутствие болезней, нормальное функционирование организма, гармонизация организма и окружающей среды — это критерии

a) здоровья

b) социальной активности

c) физического развития

6. Оценку физического развития детей проводят

a) 2 раза в год

b) ежемесячно

c) ежеквартально

d) не проводят

e) только при поступлении в детский сад

7. Состояние здоровья ребенка оценивается с учетом:

a) уровня физического развития

b) уровня сформированности двигательных навыков и физических качеств

c) заболеваемости за год,

d) наличия или отсутствия хронических заболеваний

e) уровня функционального состояния организма.

8. Упражнения для развития гибкости в образных двигательных действиях и заданиях, без музыки называются

a) ритмопластикой

b) аэробикой

c) ритмикой

9. Верно ли, что качественная технология может «автоматически подстроиться» под условия конкретного детского учреждения?

a) верно

b) неверно

10. Верно ли, что качественная технология не нуждается в предварительном мониторинге?

c) верно

d) неверно

11. Верно ли, что при выборе здоровьесберегающей технологии необходим анализ потенциальных возможностей семьи?

a) верно

b) неверно

12. При изучении физического развития оценивается:

a) количество часто и длительно болеющих детей

b) антропометрические показатели

c) сформированность психофизических качеств

13. Выберите упражнения, которые не используются для профилактики нарушений осанки у детей

a) наклоны стоя назад, прогнувшись

b) поднимание ног в висе на перекладине

c) приседания с палкой за спиной

d) поднимание ног из положения лежа на спине

14. Комплекс воздействий, направленный на улучшение приспособляемости организма к изменениям метеорологических факторов

a) адаптация

b) закаливание

c) гимнастика

15. Верно ли, что в основе закаливания лежит тренировка термоадаптационных механизмов организма.

- a) верно
- b) неверно

МЕТОДИЧЕСКАЯ КОПИЛКА МОДУЛЯ

Перечень материалов:

1. Статья Деркунской В.А. «Здоровьесозидающее содержание дошкольного образования как актуальная проблема экологии детства».
2. Параграф из учебника В.А. Деркунской «Диагностика культуры здоровья и безопасного поведения детей дошкольного возраста».
3. Лекция В.А. Деркунской «Здоровьесберегающее сопровождение детей дошкольного возраста в играх-экспериментах».
4. Лекция В.А. Деркунской «Здоровьесберегающее сопровождение детей дошкольного возраста в играх-этюдах».
5. Лекция В.А. Деркунской «Здоровьесберегающее сопровождение детей дошкольного возраста в проектной деятельности».
6. Лекция В.А. Деркунской «Здоровьесберегающее сопровождение детей дошкольного возраста в ситуационных задачах и кейсах».

Материалы

Здоровьесозидающее содержание дошкольного образования как актуальная проблема экологии детства

Проблема обновления содержания образования является сегодня одной из актуальных. Она коснулась всех ступеней образования, начиная с дошкольной. Изменения, происходящие в мире, обществе, культуре, способах познания, типах коммуникации, не могут не влиять на ребенка. Современный дошкольник наделен достаточно объемными представлениями о мире, обладает широким кругозором, ему присуща вариативность в способах деятельности и поведении. У современного ребенка уже к 5,5 - 6 годам формируются устойчивые интересы и предпочтения, есть инициативы, опыт. И проектируя сегодня содержание дошкольного образования, методы и приемы его реализации мы обязательно должны опираться на эти особенности. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования призывает нас к этому.

Тематика «здоровье» и «здоровьесозидание» остается привлекательной для дошкольников и потому, что эти задачи активно

решаются в дошкольном образовании, начиная с раннего возраста и потому, что здоровый образ жизни, полезные привычки, безопасность в быту, на улице, в природе – это интересно. Попадает в круг актуальных познавательных интересов современного ребенка.

Нас часто упрекают, что рассматривая вместе с детьми дошкольного возраста проблему здоровья и здоровьесозидания, мы отягощаем детей такими темами, как, например, микробы, внутреннее строение человека, полезная и вредная пища, здоровье как добро и польза для другого (аспект социального здоровья) или отягощаем детей стратегиями выбора безопасного поведения в опасных ситуациях. Дети малы, неопытны, им это не нужно. Но это абсолютно не так. Перечисленные темы как раз очень привлекают детей, начиная с 5,5 лет. И старшим дошкольникам интересно не только изучать эти проблемы, но и познавать, исследовать вместе со взрослым в разных формах и видах деятельности. Интерес у детей к этому содержанию выше, чем после 8 лет и для нас это важнейшая отправная точка в проектировании содержания дошкольного образования.

По статистике посещаемости детьми дошкольного возраста познавательных музеев и выставок, в числе первых сегодня музеи, связанные с изучением человеческого организма, процессов пищеварения, правильного питания, мира микробов, природы разных болезней, способов лечения, здорового образа жизни. И возрастание этого интереса фиксируется не только у российских детей, но и у детей за рубежом. Достаточно проследить частоту появления таких интерактивных музеев и лабораторий, выставок, совместных познавательных программ для дошкольников.

Проанализировав рассуждения детей старшего дошкольного возраста о здоровье за несколько последних лет, удалось увидеть их постепенное усложнение и углубление. Так, например:

| 2015 год | 2017 год |
|-------------------------------------|----------|
| <i>Кого можно назвать здоровым?</i> | |

| | |
|--|---|
| <p>«Здоровые люди вокруг, и никто никогда не болеет», «Моя мама здорова, и я тогда тоже», «Когда думаю о здоровье, я представляю, как я всегда хожу в детский сад», «Спортсмены всегда здоровы».</p> | <p>«Здоровый - это спортивный человек, который правильно питается, отдыхает на свежем воздухе. У него нет лени». «Здоровый – это не болеющий и не принимающий лекарства». «Здоровый – это тот, кто слушается маму, одевается тепло, не снимает шапку, не орет на улице, лечится, когда придется». «Здоровый зарядку делает каждое утро, нездоровый человек не делает зарядку, много мультиков смотрит». «Здоровый – это добрый, веселый и отзывчивый человек. С ним хочется дружить». «Моё здоровье - незаменимо ничем!», «Здоровье – это очень важно, надо учиться быть здоровым», «Без здоровья все умрут, сами подумайте».</p> |
| <p><i>Что помогает человеку быть здоровым и что мешает?</i></p> | |
| <p>«Мыть руки, лицо», «Бабушка говорит – кушать надо хорошо». «Думаю, зарядка...»</p> | <p>«Витамины помогают быть здоровым», «Ест полезную пищу – морковь, капусту, картошку», «Хорошо кушает, с аппетитом», «Не ест полезное», «Ест плохую еду – бутерброды и KFC», «Ест чипсы и печенюхи», «Только шоколадки ест, а фрукты нет».</p> |
| | <p>«Надо руки мыть, следить за</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>чистотой». «От грязи можно заболеть». «Вредные микробы мешают...». «Надо зарядку делать с утра, высыпаться, двигаться». «Помогает быть здоровым купание в холодной воде». «Надо увлечься спортом, гулять надо». «Отдыхать надо, играть в любимые игры, с братом общаться, истории там всякие, смеяться». «Надо улыбаться, радоваться надо, это всегда хорошо». «Сделаешь доброе – не заболеешь точно».</p> |
| | <p>«Мама работает директором, много сидит за компьютером и теперь носит очки»</p> |

Анализ содержания образовательных областей «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие» и «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС ДО и примерной образовательной программы дошкольного образования определяют примерное здоровьесозидающее содержание для дошкольников:

Правильное питание. С первых лет ребёнку необходимо питаться правильно: должное количество овощей и фруктов, содержащие нужное количество витаминов для полноценного роста и развития. Важно, чтобы ребёнок имел представление о полезных и вредных продуктах, об их пользе и вреде уже с первых лет жизни.

Режим дня. Соблюдение режима дня в дошкольном возрасте необходимо: сон, питание, двигательная активность, самостоятельная деятельность и занятия, должно правильно и рационально сменять друг

друга. Несвоевременное то или иное действие негативно сказывается на состоянии ребёнка, на его нервной системе (беспокойный сон, потеря аппетита, возбужденное или, наоборот, процесс торможения и многое другое).

Активный образ жизни. За период дошкольного детства ребенок делает колоссальный скачок в физическом развитии, которому необходимо уделять немалое внимание. Ребёнку необходимо постоянно растрчивать энергию, которая накапливается. Двигаться детям необходимо столько, сколько хочется. Задача взрослого - создавать всевозможные условия для двигательной активности дошкольников. Свежий воздух, физический упражнения, занятия в спортивных секциях, бассейн - есть составляющие активного образа жизни.

Полезные и вредные привычки. С первых лет жизни дети познают окружающий мир, проводником в который, являются взрослые. Ребёнок впитывает информацию, подражая взрослым, в первую очередь в их поведении, но оно не всегда является корректным. Отсюда делается вывод о том, что уже с ранних лет необходимо формировать представления о правилах поведения, полезных и вредных привычках, об их влиянии на здоровье и организм человека.

Профилактика заболеваний. Статистика показывает, что уровень заболеваний среди детей дошкольного возраста достаточно высок. Искоренить это вряд ли получится, но уменьшить частоту заболеваний возможно. Необходимо сформировать представления детей о посильных для них способах профилактики болезней.

Результаты диагностики представлений детей 6-7 лет о здоровье, здоровом образе жизни и здоровьесозидании, проводимой в 2015-2017 годах позволили сделать следующие выводы, влияющие на обновление содержания дошкольного образования:

1. Дошкольники понимают ценность своего здоровья и здоровья окружающих людей. Была выявлена заинтересованность детей быть здоровыми.
2. Видят разницу в портретах здорового человека и человека болеющего. Определяют деятельность, которая способствует человеческому здоровью. Называют причины, пагубно и негативно влияющие на состояние организма в целом.
3. Имеют представления о правилах здорового образа жизни, выделяют привычки, классифицируют их на полезные и вредные для человека. Знают о правильном питании, дифференцируют продукты по значимости и пользе.
4. У детей есть представление о том, что в мире существуют опасные для их здоровья ситуации. Они правы и в случае попытки обратиться за помощью к взрослому, и в попытке избежать некоторых ситуаций. Но было бы хорошо, если бы ребенок имел начальные представления о своих действиях, ведь бывают ситуации, когда взрослого нет рядом;
5. Дети хотят быть здоровыми и желают здоровья своим близким, понимая, что здоровье дает большие возможности для деятельности и развития. Радует желание детей, чтобы никто из значимых взрослых и детей не болел.

На что стоит обратить внимание:

Режим дня: его назначение, важность соблюдения, чередование активности и покоя, важность дневного сна или отдыха. Воспитание ответственности за свой режим дня.

Питание: культура питания, в которую входят правила поведения за столом, культура приема пищи, а также не только ориентация в понятиях вредная и полезная пища, но и формирование правильного пищевого поведения у ребенка, членов его семьи.

Врачи и польза медицины: важность работы врача, медицинского персонала, снижение тревоги и страха посещения врачей и медицинских

учреждений. Расширение представлений о причинах болезни и способах профилактики, как возможно не заболеть.

Профилактика заболеваний: представления о способах предупреждения и посылкой детям профилактики заболеваний. О поведении заболевшего человека. Культура выздоровления.

Наряду с содержанием дошкольного образования не менее актуальна проблема обновления форм, методов и приемов здоровьесозидания.

ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ И ТЕХНОЛОГИЯ ДИАГНОСТИКИ ЗОЖ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (В.А. Деркунская)

Цель диагностики: изучить особенности основ ЗОЖ у детей дошкольного возраста.

Задачи диагностики:

1. Изучить особенности отношения ребенка к здоровью и мотивации здорового образа жизни.
2. Изучить особенности представлений дошкольников о здоровье, знаний, умений и навыков, поддерживающих, укрепляющих и сохраняющих его по направлениям: "Здоровый человек", "Знания о человеческом организме", "Ребенок в безопасном мире", "Я и другие люди".
3. Изучить особенности компетентности ребенка как готовности самостоятельно решать:
 - задачи здорового образа жизни и безопасного поведения;
 - задачи разумного поведения в непредвиденных ситуациях;
 - задачи оказания элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

Для решения обозначенных задач используется **комплекс диагностических методов** (таблица 1): наблюдение; беседы с детьми; диагностические игровые задания; проблемные ситуации; анализ продуктов детской деятельности; контент-анализ; личностно-социальные характеристики детей; индивидуальные профили социального развития ребенка; анкетирование родителей и воспитателей.

К решению первых трех задач выделены обобщенные *критерии оценки валеологической культуры дошкольников*:

- интерес ребенка к содержанию бесед, игровых задач и проблемных ситуаций, связанных со здоровьем, здоровым образом жизни;
- проявление этого интереса в самостоятельной деятельности дошкольника;
- наличие ответов на вопросы, решений проблемных ситуаций и игровых задач;
- адекватность детских ответов и решений, их осознанность (может объяснить свои решения);
- полнота и глубина валеологических знаний и решений, валеологическая эрудированность;
- применение валеологических знаний, умений, навыков ребенком в повседневной жизни, поведении;
- самостоятельность применения валеологических знаний, умений, навыков.

На основании выделенных критериев *определяются 3 группы детей* с различными проявлениями ЗОЖ.

1 группа

Ребенок проявляет интерес к здоровью, интересуется содержанием бесед, игр и других форм взаимодействия со взрослыми и сверстниками, посвященных здоровью, здоровому образу жизни. Интерес проявляется как в организованных взрослым видах деятельности, так и в самостоятельной детской деятельности.

В ходе бесед и решений диагностических проблемных ситуаций и дидактических игр ребенок дает адекватные ответы и предлагает адекватные решения, удовлетворен предлагаемыми решениями. И решения, и ответы на вопросы ребенок готов прокомментировать, объяснить их. Дошкольник обладает здоровьесозидающей эрудицией, в процессе взаимодействия со взрослым показывает глубину и полноту соответствующих знаний, умений, навыков.

Демонстрируемые ребенком знания, умения, навыки закреплены и отражаются в его опыте, самостоятельно проявляются в его поведении и жизнедеятельности. Не существует разрыва между знаниями, умениями, навыками и реальным поведением дошкольника.

2 группа

Ребенок проявляет интерес к здоровью, интересуется содержанием бесед, игр и других форм взаимодействия со взрослыми и сверстниками, посвященных здоровью, здоровому образу жизни. Интерес ребенка проявляется исключительно в организованных для него взрослым видах деятельности.

В ходе бесед и решений диагностических проблемных ситуаций и дидактических игр ребенок чаще всего дает адекватные ответы и предлагает адекватные решения. Допускает ошибки или решает некоторые задачи неадекватно, неадекватными способами, не всегда удовлетворен своими решениями. И решения, и ответы на вопросы чаще всего ребенок не готов прокомментировать, объяснить их, испытывает затруднения.

Частично демонстрируемые ребенком знания, умения, навыки закреплены и отражаются в его опыте, проявляются в его поведении и жизнедеятельности самостоятельно и с помощью педагога. Но, чаще всего, знания, умения, навыки глубже, полнее и качественнее, чем реальное поведение дошкольника, имеют тенденцию не отражаться в нем (знаю, но не делаю; знаю, но не переношу в свою жизнь, не применяю в конкретных ситуациях).

3 группа

Ребенок не проявляет интереса к здоровью, не интересуется содержанием бесед, игр и других форм взаимодействия со взрослыми и сверстниками, посвященных здоровью, здоровому образу жизни или имеет неустойчивый слабый интерес, который проявляется только в индивидуальном взаимодействии педагога с ребенком, и требует

постоянной активизации и направленности через специально организованные виды детской деятельности.

В ходе бесед и решений диагностических проблемных ситуаций и дидактических игр ребенок чаще всего дает неадекватные ответы и предлагает неадекватные решения. Допускает серьезные ошибки. И свои решения, и ответы на вопросы прокомментировать, объяснить их отказывается.

Демонстрируемые ребенком неадекватные знания, умения, навыки закреплены и отражаются в его опыте, проявляются в его поведении и жизнедеятельности. Ребенок некомпетентен. Учитывая, что индивидуальность ребенка, его своеобразие и уникальность не могут ограничиться тремя условно выделенными группами, *в описании и интерпретации результатов диагностики необходимо применять метод монографических характеристик (портретов) детей.* Данный метод допускает различные проявления выделенных критериев оценки сформированности ЗОЖ у дошкольника, их нелинейность. Принципиально важно получение таких данных для проектирования индивидуального сопровождения (маршрута) ребенка в ДОО.

ЭТО ВАЖНО!

Рекомендации по организации педагогом диагностического процесса основ ЗОЖ у дошкольников

1. Помните, что педагог обязан владеть комплексом гуманистических качеств (устойчивая ориентация на человека, вера в его гуманистический потенциал, оптимистическая жизненная позиция, профессиональная компетентность, гибкость и мобильность, эмпатия, рефлексия, способность к фасилитации - поддержке, помощи в развитии другого человека), отсутствие которых делает невозможным решение профессиональных задач! К их числу относится и группа задач, направленная на изучение воспитателем ребенка в условиях педагогического процесса, на знание особенностей и возможностей каждого дошкольника в ходе образования.

2. Помните, что диагностический процесс должен выглядеть естественно и непринужденно для ребенка, проходить в привычной для него среде. Поэтому активнее используйте игровые ситуации в организации диагностики, любые ситуации взаимодействия с ребенком в педагогическом процессе и обычные для воспитанника виды деятельности, деликатно переводя разговор на интересующее Вас содержание.
3. Помните, что если ребенок отказывается общаться с Вами в тот или иной момент, хочет побыть один или поиграть с другими детьми, отдохнуть, разрядиться после занятий, то не стоит делать поспешных выводов об особенностях сформированности у него основ ЗОЖ. Уважайте ребенка, его права и желания!
4. Помните, что Ваши дети отличаются друг от друга, а это требует индивидуального подхода к ним в организации диагностики, учета индивидуально-типологических и личностных особенностей ребенка в ходе диагностического взаимодействия.
5. В ходе диагностической беседы постарайтесь продемонстрировать ребенку культуру общения, обращайтесь к нему по имени, с уважением, используя такие обороты, как "Маша, скажи, пожалуйста, как ты понимаешь, что значит быть здоровым?" "Никита, подумай и ответь мне, пожалуйста, какие правила поведения на улице тебе знакомы?" "Спасибо! Ты дал очень полный ответ" и т.д.
6. Активно используйте в ходе диагностики наглядные средства, особенно это касается детей младшего и среднего дошкольного возраста. Помните, что с опорой на наглядность ребенку легче ориентироваться в содержании беседы, понять вопрос.
7. Обратите внимание на интонацию, с которой Вы задаете ребенку вопросы. Помните, что спокойствие и мягкость Вашего голоса позволят дошкольнику быть увереннее в своих ответах, расположат его к беседе.
8. Помните, что некоторые вопросы могут быть непонятны ребенку именно как вопросы. В связи с этим, будьте готовы оперативно (быстро)

переформулировать вопрос, упростить его, задать как проблемную ситуацию. Важно помочь ребенку раскрыться в ходе диагностики!

9. Помните, если ребенок не готов ответить на вопрос, связанный с его личным опытом, особенно это касается детей младшего дошкольного возраста, то вопрос должен быть сформулирован как ситуация связанная со сверстниками в группе. Например, вместо вопроса – ты считаешь себя здоровым ребенком? используйте вопрос, – кого в нашей группе ты считаешь здоровым? Или, считаешь ли ты здоровым своего друга Илью? Почему ты так считаешь?
10. Умейте выслушать и услышать ребенка! Это означает, что Вы стремитесь понять его, хотите проникнуть в то, что воспитанник хочет выразить не только с помощью слов, но и с помощью эмоций, мимики, действий, поведения.
11. Помните, что диагностика ЗОЖ ребенка организуется для того, чтобы обогатить эти основы всевозможными педагогическими средствами в условиях образовательного процесса детского сада. Диагностика – это первая ступень в индивидуализированной помощи ребенку!
12. Помните, что каждый ребенок неисчерпаем и проходит свой особенный, уникальный путь развития, и является носителем субъективной культуры, к которой собственно относится и ЗОЖ. Учитывайте это в интерпретации результатов диагностики!
13. Помните, что гуманитарный подход в изучении человека допускает различные проявления выделенных критериев оценки ЗОЖ дошкольника, их нелинейность. В каждом отдельном случае Вы можете получить уникальное сочетание выделенных критериев, которое покажет Вам индивидуальные особенности основ ЗОЖ, сформированных у ребенка. Помните, что любая, даже самая хорошая и удобная классификация условна!
14. Помните, что знания никогда не показывают особенностей компетентности ребенка, они скорее говорят о его образованности,

эрудиции. Изучение компетентности требует особых условий и специфических методов. К ним относятся: дидактические игры, имитационные проблемные ситуации, значимые естественные ситуации, которыми наполнена жизнь ребенка и др. Педагогу важно уметь наблюдать за этими ситуациями и оперативно интерпретировать их.

15. Разработайте удобную для себя форму и способы фиксации диагностических результатов. Они должны подходить Вам как диагносту, быть оперативными и легкими в использовании, учитывать Ваши индивидуальные особенности и профессиональные возможности. Для фиксации результатов собеседования с детьми лучше всего использовать диктофон или магнитофон. Для фиксации результатов наблюдения или решения детьми задач ЗОЖ используйте готовые бланки, протоколы, таблицы, систему условных значков (цветовых, фигурных и др.).
16. В организации диагностики и обработке диагностических результатов обращайтесь к помощи психолога, консультациям с ним. Помните, что эффективность диагностического процесса зависит от успешности профессионального взаимодействия и сотрудничества педагога и специалиста! Комплексность диагностики основ ЗОЖ требует применения разных методов, в том числе и стандартизированных. Прекрасно, если интерпретация результатов будет осуществляться Вами совместно, так как каждый из Вас владеет своим особым знанием ребенка, отличающейся профессиональной компетентностью, а это большой плюс в целостном изучении субъектных свойств и качеств дошкольника.
17. Помните, что результаты диагностики должны совпадать с диагностической целью! Старайтесь придерживаться рекомендуемых диагностических методов и определенных критериев оценки. Задумайтесь, что мешает Вам получить результат адекватный исследовательской цели в случае их несовпадения.
18. Прежде, чем начинать диагностику, ознакомьтесь с вопросами, которые Вы будете задавать детям, критериями оценки. Потренируйтесь несколько

раз дома перед зеркалом. Вы должны чувствовать себя уверенно в содержании бесед и игр, вести себя естественно, быть мобильным, легко включаясь в диагностический процесс.

19. Помните, что ход и результаты диагностики ЗОЖ всецело зависят от Вашей активности. Вы как никто другой знаете своих воспитанников, Вы работаете с ними не один год, они доверяют Вам свои мысли и чувства, свои секреты и тайны, себя как значимому взрослому, искренни с Вами, а это очень важно!

| <i>Диагностические задачи</i> | <i>Методы диагностики</i> |
|--|---|
| Изучить особенности отношения ребенка к здоровью и мотивации здорового образа жизни. | Индивидуальная беседа с ребенком; Проблемные диагностические ситуации; Проективные методы; Контент-анализ продуктов детской деятельности; Наблюдение. |
| Изучить особенности представлений дошкольников о здоровье, знаний, умений и навыков, поддерживающих, укрепляющих и сохраняющих его: "Здоровый человек", "Знания о человеческом организме", "Ребенок в безопасном мире", "Я и другие люди". | Беседы; Диагностические игровые задания; Проблемные ситуации; Наблюдение; Опрос родителей и педагогов. |
| Изучить особенности валеологической компетентности ребенка как готовности самостоятельно решать: задачи здорового образа жизни и безопасного поведения; задачи разумного поведения в непредвиденных ситуациях; задачи оказания элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. | Наблюдение; Диагностические игры; Проблемные ситуации. |

| | |
|--|---|
| <p>Изучить особенности личностно-социального развития ребенка в связи с валеологической культурой.</p> | <p>Беседы; Методика изучения самооценки; Проективные методы; Наблюдение; Методика изучения личностно-социального поведения ребенка; Внешняя оценка социальной компетентности дошкольника; Тест тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен).</p> |
|--|---|

Таблица 1. Задачи и методы диагностики сформированности основ ЗОЖ у детей дошкольного возраста

1.4.1. Комплексная диагностика ЗОЖ детей младшего и среднего дошкольного возраста

Диагностика отношения ребенка к здоровью и здоровому образу жизни

Цель: изучить особенности ценностного отношения детей младшего и среднего дошкольного возраста к здоровью.

Для достижения обозначенной цели используется хорошо знакомая ребенку детская литература валеологического контекста, например, В.Берестов "Больная кукла", сказки К.И. Чуковского "Айболит", "Мойдодыр".

Вопросы к ребенку:

Скажи, пожалуйста, тебе нравится сказка "Айболит" К.И. Чуковского? (покажите ребенку книжку, дайте полистать и просмотреть иллюстрации).

1. Кто твой любимый герой в этой сказке? Почему?
2. А если бы ты стал Айболитом и попал в сказку, чтобы ты делал? Для чего бы ты это делал?
3. Представь, что у Айболита в руках оказалась волшебная палочка, как ты думаешь, какие бы желания он загадал?

В ходе диагностики фиксируются высказывания ребенка, особенно важно обратить внимание на ответы, в которых ребенок совершает выбор (вопросы со 2 по 4). Собственно он и становится показателем отношения дошкольника к здоровью, понимания ребенком его сущности и значимости для человека, его жизни.

В ходе наблюдения за ребенком *третьего года жизни* в повседневной жизнедеятельности обратите внимание на такие детские проявления как:

- интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения;
- удовольствие в ходе выполнения простейших умений и навыков гигиенической и двигательной культуры;
- положительный настрой на выполнение элементарных процессов самообслуживания;
- интерес к самопознанию;

- радость и доброжелательность в общении и взаимодействии со сверстниками и взрослыми;
- удовлетворенность самостоятельными и совместными действиями и их результатами;
- тенденции к самостоятельным проявлениям валеологической культуры.

Наличие выделенных проявлений в поведении малыша свидетельствует о правильном отношении ребенка к здоровью и здоровому образу жизни. Результаты наблюдения заносятся в таблицу.

**Отношение ребенка _____ (лет, мес.) к
здоровью и ЗОЖ
(по материалам наблюдения)**

| Критерии | проявляетс я | не проявляется | проявляется избирательн о | примечани я |
|--|-----------------|-------------------|---------------------------------|----------------|
| интерес к правилам здоровьесберегающег о и безопасного поведения | | | | |
| удовольствие в ходе выполнения простейших умений и навыков гигиенической и двигательной культуры | | | | |
| положительный настрой на выполнение | | | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| элементарных процессов самообслуживания | | | | |
| интерес к самопознанию | | | | |
| радость и доброжелательность в общении и взаимодействии со сверстниками и взрослыми | | | | |
| удовлетворенность самостоятельными и совместными действиями и их результатами | | | | |
| тенденции к самостоятельным проявлениям валеологической культуры | | | | |

В ходе наблюдения за *ребенком четвертого года жизни* в повседневной жизнедеятельности обратите внимание на:

- устойчивость интереса, который проявляется к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения;
- самостоятельность проявления валеологической компетентности в разных видах детской деятельности и поведении;

- удовольствие, с которым ребенок выполняет простейшие умения и навыки гигиенической и двигательной культуры, процессы самообслуживания, удовлетворенность результатами индивидуальных и совместных действий;
- радость и доброжелательность общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми в повседневной жизни;
- осознание себя, своих желаний и потребностей, стремление к самооценке;
- направленность на выполнение элементарных трудовых процессов, полезный для здоровья результат.

Наличие выделенных проявлений в поведении ребенка свидетельствует о его правильном отношении к здоровью и здоровому образу жизни. Результаты наблюдения так же заносятся в таблицу.

**Отношение ребенка _____ (лет, мес.) к
здоровью и ЗОЖ
(по материалам наблюдения)**

| Критерии | проявляетс я | не проявляется | проявляется избирательн о | примечани я |
|---|-----------------|-------------------|---------------------------------|----------------|
| устойчивость интереса к правилам здоровьесберегающег о и безопасного поведения | | | | |
| самостоятельность проявления валеологической компетентности в разных видах детской деятельности и поведении | | | | |

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| удовольствие в ходе выполнения простейших умений и навыков гигиенической и двигательной культуры, процессов самообслуживания; удовлетворенность результатами индивидуальных и совместных действий | | | | |
| радость и доброжелательность в общении и взаимодействии со сверстниками и взрослыми в повседневной жизни | | | | |
| осознание себя, своих желаний и потребностей, стремление к самооценке | | | | |
| направленность на выполнение элементарных трудовых процессов, полезный для | | | | |

| | | | | |
|--------------------|--|--|--|--|
| здоровья результат | | | | |
|--------------------|--|--|--|--|

Опросник для детей младшего и среднего дошкольного возраста

Цель опросника: Изучить особенности представлений дошкольников о здоровье, об умениях и навыках, содействующих его поддержанию, укреплению и сохранению.

Раздел 1. Строение человеческого тела

Цель: изучить особенности знаний детей о строении тела человека.

Учитывая возраст дошкольников, опрос проводится с использованием пособия "Человек". Пособие раскладывается на столе и ребенок приглашается в совместную с воспитателем игру. Диагностика проводится в индивидуальном режиме. Результаты беседы заносятся в протокол, форма которого представлена в приложении 3.

| | |
|---|---|
| Вопросы для детей младшего дошкольного возраста | Вопросы для детей среднего дошкольного возраста |
|---|---|

| | |
|---|---|
| <p>Кто это?</p> <p>Покажи, какие части есть у тела человека? Назови их (что это? – помогает воспитатель малышу).</p> <p>Зачем человеку голова?</p> <p>Что человек делает с помощью рук?</p> <p>Что человек делает с помощью ног?</p> <p>Зачем человеку туловище? Знаешь ли ты, что находится внутри туловища? Назови, пожалуйста (или давай наденем волшебные очки и посмотрим, что у нашего человечка находится внутри).</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Кто это? 2. Из каких частей состоит тело человека? Назови их, пожалуйста. 3. Как ты думаешь, у человека есть главные части тела? Какие, назови, пожалуйста? Почему эти части тела главные? 4. Может ли человек прожить без руки? А без головы? (дополнительные вопросы, если ребенок испытывает затруднения). 5. Для чего человеку нужны руки? Ноги? Туловище? Голова? 6. Что находится внутри туловища? Назови, пожалуйста, если знаешь. |
|---|---|

Критерии оценки:

- знание частей тела человека, их обозначение в слове, объяснение их назначения;
- адекватность ответа на вопрос;
- активность ребенка в диалоге, эрудированность.

Уровни знаний детей

Высокий: ребёнок знает все части тела человека, правильно называет их и верно объясняет их назначение. Не допускает ошибок, уверен в своих знаниях, легко демонстрирует их, эрудирован.

Средний: ребенок называет части тела человека, объясняет их назначение, допуская при этом некоторые ошибки. Не всегда уверен в собственных ответах, испытывает определенные трудности.

Низкий: ребенок испытывает затруднения в назывании частей тела человека, часто ошибается, не может объяснить их назначения, отказывается отвечать или не отвечает на вопросы.

Раздел 2. Правила чистюли

Цель: изучить особенности знаний детей младшего и среднего дошкольного возраста о правилах здоровья (правилах личной гигиены).

В диагностике используются диафильмы – последовательные сюжетные картинки, на которых представлены алгоритмы умывания рук, ухода за ушами и кожей, бережного отношения к глазам (приложение 1).

Педагог приглашает ребенка в игру-беседу, которая проводится в индивидуальной форме и предлагает ему рассказать, что он видит на картинках. Учитывая возраст детей, воспитатель создает привлекательную эмоциональную ситуацию для своего воспитанника, естественным образом вовлекая его в разговор.

Примерные вопросы по картинкам (диафильм "Правила чистюли: умывание рук"):

1. Что делает девочка?
2. Зачем она хочет помыть руки?
3. Зачем намыливать руки мылом?
4. Зачем вытирать руки?
5. Чем вытирает руки девочка?
6. А у тебя есть свое (личное) полотенце? Для чего оно тебе?

Далее педагог предлагает ребенку самостоятельно полистать диафильм "Правила чистюли: умывание рук" и ответить на дополнительные вопросы: А ты это делаешь? Зачем ты это делаешь? Для чего?

Критерии оценки:

- знание правил личной гигиены, их уверенное обозначение в слове;
- целостность рассказа по картинке, знание алгоритма действий личной гигиены;

- обоснованность действий ребенка изображенного на картинке;
- соотнесение изображаемых действий на картинках с личным опытом (перенос).

Уровни знаний детей

Высокий: ребёнок знает правила личной гигиены, правильно называет их и знает, как они совершаются. Понимает, зачем они нужны, объясняет, как и зачем совершает их в своей жизни. Не допускает ошибок, уверен в своих знаниях, легко демонстрирует их.

Средний: ребенок называет правила личной гигиены, объясняет их назначение, последовательность действий, допуская при этом незначительные ошибки. Не всегда уверен в собственных ответах, испытывает определенные трудности при ответах на вопросы, связанные с личным опытом.

Низкий: ребенок испытывает затруднения в назывании правил личной гигиены, часто ошибается, не может объяснить, зачем они нужны человеку, лично ребенку. Путается в алгоритме действий личной гигиены. Отказывается отвечать или не отвечает на вопросы.

Очень важно в организации диагностики валеологических представлений детей использовать дополнительные диагностические методы, с целью изучения переноса продемонстрированных ребенком знаний в реальную жизнь, повседневную практику. В данном случае воспитателю необходимо осуществлять наблюдение за ребенком в процессе умывания, чтобы сделать выводы о компетентности воспитанника, его готовности самостоятельно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. Результаты наблюдения позволят педагогу увидеть особенности применения ребенком валеологических знаний, умений и навыков в повседневной жизнедеятельности, уточнить, насколько действительны эти знания, позволяют ли они воспитаннику быть компетентным или же это "застывшие" знания, которые не соотносятся

ребенком с реальной жизнью (знает, но не делает или делает все наоборот).

Основными критериями в ходе наблюдения становятся:

- применение ребенком валеологических знаний, умений и навыков в жизни;
- быстрота актуализации валеологических знаний, умений и навыков в конкретной жизненной ситуации;
- решение задачи, содействующее сохранению собственного здоровья;
- самостоятельность решения.

Результаты наблюдения фиксируются в протоколе.

Протокол наблюдения за проявлениями ЗОЖ-компетентности младших дошкольников в повседневной жизнедеятельности

| ФИО ребенка | Культурно-гигиенические умения и навыки | Безопасность поведения на улице и в группе детского сада | Ситуации общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми | Ситуации угрожающие собственному здоровью или здоровью сверстников |
|-------------|---|--|---|--|
| | | | | |

Оформление протокола может происходить по каждому критерию отдельно, для этого используйте условные обозначения, например первые буквы выделенных критериев и индекс его проявления. Применение ребенком валеологических знаний, умений и навыков в жизни (П+ или П-); быстрота актуализации валеологических знаний, умений и навыков в конкретной жизненной ситуации (дополнительный + или ?); решение задачи, содействующее сохранению здоровья (Р+ или Р-); самостоятельность решения (С+ или С-). Неоднозначное проявление критерия может сопровождаться значком "?", например, П?, но обратите внимание, что неопределенность проявления может наблюдаться в отношении только первых двух критериев. Два последующих критерия или проявляются или не проявляются, промежуточного варианта быть не может!

Таким образом, наличие валеологической компетентности у ребенка сопровождается аббревиатурой П++P+C+; некомпетентность П-P-C- или П??P-C-.

Для более детального изучения валеологической компетентности детей младшего дошкольного возраста целесообразно использовать дидактические игры, направленные на решение ребенком игровых задач:

- здорового образа жизни и безопасного поведения;
- разумного поведения в непредвиденных ситуациях;
- оказания элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

С этой целью можно использовать такие игры как "Я и мое тело", "Режим дня", "Правильная и здоровая пища", "Опасно-безопасно", "Опасное путешествие", "Волшебный светофор", "Берегите зубы" (приложение 2) и др. Исходя из поставленных задач, Вы можете самостоятельно перевести имеющиеся у Вас в профессиональном арсенале дидактические игры валеологического содержания в диагностический контекст.

Критерии к оценке валеологической компетентности младшего дошкольника:

- применение ребенком валеологических знаний, умений и навыков в решении игровой задачи;
- быстрота актуализации валеологических знаний, умений и навыков в игровой ситуации;
- решение игровой задачи, которое содействует сохранению здоровья;
- автономность, самостоятельность решения.

Исходя из них валеологически компетентному ребенку присуще самостоятельное и применение валеологических знаний, умений и навыков в решении валеологических задач. Решение задач носит здоровьесберегающий характер. Быстрота актуализации знаний

свидетельствует об устойчивости валеологической компетентности дошкольника.

Комплексная диагностика ЗОЖ детей старшего дошкольного возраста

Диагностика отношения ребенка к здоровью и здоровому образу жизни

Цель: изучить особенности ценностного отношения детей старшего дошкольного возраста к своему здоровью и здоровью человека, здоровому образу жизни.

Для достижения обозначенной цели используется методика "Неоконченные предложения".

Воспитатель приглашает ребенка поиграть. Он начинает предложение, а дошкольник его заканчивает первой пришедшей в голову мыслью.

1. Здоровый человек - это...
2. Мое здоровье...
3. Иногда я болею, потому что...
4. Когда я болею, мне помогают...
5. Когда у человека что-то болит, то он...
6. Я хочу, чтобы у меня было много здоровья, потому что...
7. Когда я думаю о здоровье, то представляю себе...
8. Когда я думаю о своем здоровье, то мне хочется...
9. Если бы у меня была волшебная палочка здоровья, я бы загадал...
10. Когда я попадаю в опасную для здоровья ситуацию, то...
11. Когда мои друзья болеют, то я...
12. Когда мы с мамой идем к врачу, то я думаю...

Между предложениями можно сделать паузу, перерыв, если ребенок устанет или начнет отвлекаться.

Результаты оформляются в таблицу.

| <i>Направленность отношения</i> | <i>№</i> | <i>Детские суждения (комментарии)</i> |
|-------------------------------------|----------|---------------------------------------|
| Отношению к здоровью | 1,7, | |

| | | |
|--|-------------------|--|
| Отношение к своему здоровью | 2, 3, 6, 12 | |
| Отношение к болезни | 4, 5, 11 | |
| Отношение к опасным для здоровья ситуациям | 10 | |
| Направленность желаний о здоровье | 8, 9 | |

Обработка результатов: в последнюю графу таблицы записываются реакции ребенка, его ассоциации и мысли, которые он излагает, продолжая предложение. По характеру ответов Вы сделаете вывод об особенностях отношения ребенка к здоровью, понимания и интерпретации его старшим дошкольником. Обратите внимание на эмоциональность детских высказываний, этот параметр так же является своего рода показателем отношения к здоровью, переживаний связанных с ним.

Обработка результатов требует индивидуального подхода, с учетом жизненного опыта ребенка, его личностных особенностей и возможностей.

В изучении отношения к здоровью и здоровому образу жизни старших дошкольников вы так же можете использовать методiku "Сочини историю". Варианты тем следующие:

"Картина моего здоровья" (с использованием рисования);

"Я и мое здоровье" или "Я здоров!";

"Мой друг заболел или письмо больному другу (подруге)";

"История моего друга, который никогда не мыл руки и не чистил зубы";

"Путешествие в страну Здоровье".

Контент-анализ детских высказываний направлен на осознание ребенком смысла здоровья и здорового образа жизни, отношения к ним.

Такой анализ позволяет выявить, сколько признаков, качеств, свойств, действий, правил здоровья и здорового образа жизни знает ребенок и как к ним относится, как понимает их. Рассказы детей позволяют сделать вывод о ценностном или отрицательно ценностном отношении дошкольников к здоровью и жизни человека, установить, понимают ли дети взаимную зависимость между этими понятиями. Обратите внимание на творчество ребенка в процессе сочинения истории или рассказа, так как образы здоровья, их ассоциативность и оригинальность подскажут истинность отношения ребенка к изучаемому предмету.

Также как и с детьми младшего дошкольного возраста, хорошей иллюстрацией к отношению детей пятого, шестого, седьмого года жизни будет наблюдение за поведением ребенка в течение некоторого времени (от нескольких дней до 1-2 недель). В ходе наблюдения фиксируется:

- устойчивость и направленность любых действий и деятельности дошкольника на ценность здоровья и человеческой жизни;
- бережное, уважительное и заботливое отношение к близким людям, своим родственникам, сверстникам и взрослым, предметному миру;
- мотивация к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей, сверстников и взрослых, общества в целом;
- свободное оперирование своими возможностями и верой в собственные силы в решении валеологических задач;
- осознание и принятие нравственных эталонов жизнедеятельности (гуманности, доброты, заботы, понимания, уважения, честности, справедливости, трудолюбия и др.);
- осознание себя субъектом здоровья и здоровой жизни.

Результаты наблюдения также рекомендуется оформить в таблицу, составленную по аналогии с таблицами наблюдения за детьми младшего и среднего дошкольного возраста.

**Отношение ребенка _____ (лет, мес.)_к
здоровью и ЗОЖ**

(по материалам наблюдения)

| Критерии | проявляется | не | проявляется | примечани |
|---|-------------|-------------|-------------|-----------|
| | я | проявляется | избирательн | я |
| | | | о | |
| устойчивость и направленность любых действий и деятельности дошкольника на ценность здоровья и человеческой жизни; | | | | |
| бережное, уважительное и заботливое отношение к близким людям, своим родственникам, сверстникам и взрослым, предметному миру; | | | | |
| мотивация к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей, сверстников и взрослых, общества в целом; | | | | |
| свободное оперирование своими | | | | |

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| возможностями и верой в собственные силы в решении валеологических задач; | | | | |
| осознание и принятие нравственных эталонов жизнедеятельности (гуманности, доброты, заботы, понимания, уважения, честности, справедливости, трудолюбия и др.); | | | | |
| осознание себя субъектом здоровья и здоровой жизни. | | | | |

Опросник для детей старшего дошкольного возраста

Цель опросника: изучить особенности мотивации здорового образа жизни старших дошкольников, особенности представлений детей старшего дошкольного возраста о здоровье, знаний об умениях и навыках, поддерживающих, укрепляющих и сохраняющих его по направлениям: "Здоровый человек", "Знания о человеческом организме", "Ребенок в безопасном мире", "Я и другие люди".

Обратите внимание, что ведущий диагностический метод – индивидуальная беседа с ребенком. Учитывая, что большинство вопросов

беседы требует от воспитанника развернутых ответов, обдуманных решений, заложенных в некоторых вопросах проблемных ситуаций, воспроизведения дошкольником своего жизненного опыта, диагностика проводится по разделам! Так, например, один блок вопросов задается ребенку в утренние часы, а второй, если ребенок настроен на беседу, в вечерние. Или же беседа проводится в течение нескольких дней с ребенком.

Раздел 1. "Здоровый человек"

Цель: изучить особенности отношения ребенка к здоровью и мотивации здорового образа жизни, особенности знаний детей о здоровье человека.

Вопросы для собеседования:

1. Скажи, пожалуйста, как ты понимаешь выражение "здоровый человек"? Кого мы называем здоровым? У нас есть в группе такие дети?
2. Как, по-твоему, быть здоровым – это хорошо или плохо? Почему?
3. А ты заботишься о своем здоровье? Расскажи, пожалуйста, как ты это делаешь?
4. Какие советы ты мне дашь, чтобы не заболеть?
5. Знаешь ли ты, что такое микробы? А как защититься от них?
6. Как ты думаешь, опасно ли быть неряхой и грязнулей? Что может случиться с ним?
7. Ты считаешь себя здоровым ребенком? Почему ты так думаешь?
8. Кого в вашей семье можно назвать здоровым? Почему ты так считаешь?
9. Делаешь ли ты и твои родители утреннюю зарядку? Гимнастику для глаз? Обливаетесь ли вы водой? Как ты думаешь, это вредно или полезно? Почему?
10. Что такое вредные привычки и есть ли они у тебя? Какие вредные привычки есть в вашей семье?
11. Знаешь ли ты, когда человеку бывает больно? Почему так происходит, как ты думаешь?

Раздел 2. "Человеческий организм"

Цель: изучить особенности знаний детей о человеческом организме.

Вопросы для собеседования:

1. Скажи, пожалуйста, знаешь ли ты, из чего состоит твое тело?

Задание для ребенка с использованием дидактической игры "Собери человека". Предлагается дошкольнику из отдельных составляющих частей тела человека собрать целостную фигуру. По ходу игры воспитатель задает ребенку дополнительные вопросы (Что ты сейчас делаешь? Как называется эта часть человеческого тела? Для чего она нужна человеку? И др.).

2. Расскажи, что у тебя спрятано под кожей?
3. А, как ты думаешь, человек мог бы жить без скелета? Почему?
4. Зачем человеку мышцы?
5. Что произойдет, если сердце человека перестанет работать?
6. Зачем организму человека нужна кровь?
7. Если бы ты перестал дышать, то чтобы с тобой произошло?
8. Для чего человеку нужна пища? Расскажи, что с ней происходит, когда она попадает в рот? (возможно, использовать наглядное средство – схему-таблицу "Внутреннее строение человека").
9. А где у тебя находится мозг? Зачем он тебе?
10. Скажи, пожалуйста, как ты думаешь, чем человек отличается от животного?
11. А что есть общего у человека, животного, растения? (возможно использовать наглядное средство – три картинки с изображениями человека, животного и растения, например, дерева).
12. А, как ты думаешь, все люди устроены одинаково или каждый по-разному?

Раздел 3. "Безопасный мир"

Цель: изучить особенности мотивации здорового образа жизни старшего дошкольника, особенности знаний о безопасности поведения в окружающей среде.

| <i>Вопросы для собеседования</i> | | |
|--|---|--|
| <i>Безопасность в доме</i> | <i>Безопасность на улице</i> | <i>Безопасность в детском саду</i> |
| <p>Как ты думаешь, для чего придумали правила безопасности на кухне, с бытовыми приборами, дома? А ты соблюдаешь эти правила?</p> <p>Можно ли подходить близко к плите, особенно если на ней варится суп или кипит чайник? Почему?</p> <p>Что ты будешь делать, если почувствуешь запах газа?</p> <p>Где "живет" электрический ток и когда он может быть опасным?</p> <p>Что такое домашняя аптечка и для чего она нужна? Знаешь ли ты где она находится у тебя дома?</p> <p>Если я наберу по телефону номер (01, 02, 03, 04), то куда я попаду? В каких</p> | <p>1. Если ты повстречаешься с собакой или кошкой на улице, как ты будешь себя вести? А если собака тебя укусит или поцарапает кошка, каким будут твои действия?</p> <p>2. Как ты думаешь, для чего придумали правила безопасности на дороге?</p> <p>3. Как ты думаешь, улица – это удобное место для игр? Почему, объясни?</p> <p>4. Представь, что к тебе на улице подошел незнакомый человек и позвал тебя пойти с ним, как ты себя будешь вести?</p> <p>5. Умеешь ли ты плавать? Какие правила на воде ты знаешь?</p> <p>6. А знакомы ли тебе правила грибников и</p> | <p>Представь, мы спускаемся по лестнице, идем на прогулку. Вдруг один ребенок толкает впереди идущего. Что может произойти?</p> <p>Почему в нашей раздевалке нельзя прыгать, бегать и толкаться?</p> <p>Подумай и скажи, что может случиться, если человек будет вести оживленную беседу во время еды, когда пережевывает пищу?</p> <p>Скажи, пожалуйста, а ты умеешь пользоваться ножом и вилкой, когда принимаешь пищу?</p> <p>Чего нельзя при этом делать?</p> <p>У нас в групповой комнате есть канат и кольца. Ты знаешь, как правильно ими пользоваться?</p> |

| | | |
|--|--|---|
| <p>случаях это необходимо?</p> <p>Если ты один дома, а в дверь звонят, что ты будешь делать? Покажи.</p> | <p>ягодников? Научи меня, как вести себя в лесу, как правильно собирать грибы и ягоды.</p> <p>7. Представь, что в одном сказочном лесу случился пожар. Помоги зверям спастись от лесного пожара.</p> | <p>Представь, что к нам пришел новый мальчик (или Незнайка), а тебе надо объяснить ему, как пользоваться нашим спортивным уголком.</p> <p>Как ты будешь это делать?</p> <p>Когда тебе нужно будет помыть руки, сможешь ли ты сам правильно открыть водопроводный кран? Пойдем, ты мне покажешь.</p> <p>Как ты думаешь, почему в группе нельзя играть в подвижные игры, находясь рядом с аквариумом?</p> |
|--|--|---|

Раздел 4. "Я и другие люди"

Цель: изучить особенности знаний детей о социально благоприятных (здоровых) взаимоотношениях людей.

Вопросы для собеседования:

1. Скажи, пожалуйста, зачем люди общаются друг с другом? Разговаривают? А что было бы, если бы люди не общались?
2. Представь, что ты встретил своего знакомого с мамой. Кому из них ты скажешь - здравствуй, а кому – здравствуйте. Почему? А когда мы еще говорим эти слова?

3. Если тебе нужно что-то спросить, то, как ты обратишься к другу? А к взрослому? А незнакомому взрослому?
4. Как ты думаешь, твое здоровье зависит от твоего поведения и твоих привычек? Объясни, пожалуйста, почему?
5. Когда у тебя плохое настроение, это вредит твоему здоровью? Почему ты так думаешь? А другим людям это вредит? Проводится игровое упражнение "Хорошее - плохое настроение". Ребенку предлагается разложить карточки с различными эмоциональными состояниями человека на 2 группы и объяснить свои действия.
6. У тебя есть друзья? А для чего они нужны тебе? Как ты думаешь, ты умеешь дружить? Какие "правила дружбы" ты знаешь, назови?
Игровая ситуация "Два сердитых мальчика". Ребенку предлагаются картинки с изображением мальчиков готовых к драке. Задается серия вопросов: как бы ты поступил, чтобы не случилось драки? А если драка все же случится, как это может отразиться на здоровье мальчиков? Что делать, чтобы злость проходила?
7. Ты когда-нибудь болел? Кто помогал тебе выздороветь? Как помогал? А что ты чувствовал при этом, поделись, пожалуйста.
8. Если в твоей семье заболеет кто-нибудь из близких, ты сможешь ему чем-нибудь помочь? Как ты будешь помогать папе, (маме, бабушке, братику и т.д.), расскажи, как будешь ухаживать за больным?

Критерии оценки:

- наличие ответов на вопросы и решений предлагаемых ребенку диагностических игровых и проблемных ситуаций;
- адекватность детских ответов и решений;
- полнота и глубина ответов, валеологическая эрудированность ребенка;
- перенос имеющихся валеологических знаний в решение проблемных и имитационных ситуаций;
- активность дошкольника в ходе беседы, интерес к ее содержанию.

Уровни знаний детей

Превосходный: ребенок уверенно владеет валеологическим содержанием беседы, проявляет активность в общении со взрослым, с интересом отвечает на вопросы и решает проблемные ситуации. На все вопросы по четырем разделам диагностики ребенок дает адекватные, исчерпывающие ответы, проявляя при этом валеологическую эрудированность и компетентность. Большинство ответов на вопросы позволяют ребенку продемонстрировать использование валеологических знаний, умений и навыков в реальной практике, в решении конкретных валеологических задач. Ребенок владеет устойчивой мотивацией к здоровому образу жизни. Представления ребенка носят целостный характер.

Высокий: ребенок владеет валеологическим содержанием беседы, проявляет активность в общении со взрослым, с интересом отвечает на вопросы и решает проблемные ситуации. Практически на все вопросы по четырем направлениям диагностики: "Здоровый человек", "Знания о человеческом организме", "Ребенок в безопасном мире", "Я и другие люди" дает адекватные, однозначные и исчерпывающие ответы, часто проявляя валеологическую эрудированность. Некоторые ответы на вопросы позволяют ребенку продемонстрировать использование валеологических знаний, умений и навыков в реальной практике, в решении конкретных валеологических задач. Ребенок мотивирован к здоровому образу жизни. Его представления в общем носят целостный характер.

Средний: ребенок отчасти владеет валеологическим содержанием беседы, какие-то разделы позволяют ему проявляться активнее в общении с воспитателем, в решении проблемных ситуаций. Не на все вопросы по четырем направлениям диагностики: "Здоровый человек", "Знания о человеческом организме", "Ребенок в безопасном мире", "Я и другие люди" ребенок дает адекватные ответы, допускает ошибки, затрудняется

отвечать. Часть ответов все же сопровождается детскими исчерпывающими комментариями, иногда проявляется валеологическая эрудированность. Это позволяет сделать вывод о валеологической избирательности ребенка, о разрозненности его представлений. Некоторые ответы на вопросы позволяют ребенку продемонстрировать использование валеологических знаний, умений и навыков в реальной практике, в решении конкретных валеологических задач. Ребенок обладает неустойчивой мотивацией к здоровому образу жизни.

Низкий: ребенок слабо владеет валеологическим содержанием, какие-то разделы позволяют ему проявляться активнее в общении с воспитателем, в решении проблемных ситуаций, но чаще активность ребенка инициирует педагог, поддерживая его интерес к разговору. На большинство вопросов по направлениям диагностики: "Здоровый человек", "Знания о человеческом организме", "Ребенок в безопасном мире", "Я и другие люди" ребенок дает не адекватные ответы, допускает множество ошибок, затрудняется отвечать или не отвечает совсем. Некоторые ответы дошкольника все же сопровождаются комментариями, попытками объяснить свою мысль. Развернутость конкретных ответов подчеркивает избирательность ребенка, разрозненность валеологических представлений. У ребенка не оформлена валеологическая компетентность, он не подготовлен к решению конкретных валеологических задач. Ребенок обладает неустойчивой мотивацией или не мотивирован к здоровому образу жизни, не задумывается об этом.

Целенаправленное изучение переноса продемонстрированных ребенком валеологических знаний в жизненную повседневную практику осуществляется в процессе наблюдения за ребенком в естественных условиях пребывания в детском саду и в специально организованных условиях (например, сюжетно-ролевой игры или проблемной ситуации). Результаты наблюдения позволяют педагогу увидеть особенности валеологической компетентности своих воспитанников.

Наблюдение за детьми старшего дошкольного возраста осуществляется *в соответствии с критериями:*

- применение ребенком валеологических знаний, умений и навыков в жизни и в ходе решения игровых валеологических задач;
- быстрота актуализации валеологических знаний, умений и навыков в нужной ситуации;
- решение реальных и игровых задач, содействующих сохранению здоровья;
- автономность, самостоятельность решения.

Результаты наблюдения фиксируются воспитателем в протоколе, образец которого уже был представлен (см. диагностику валеологической культуры младших дошкольников).

Для изучения ЗОЖ-компетентности детей старшего дошкольного возраста также целесообразно использовать дидактические игры, направленные на решение ребенком задач:

- здорового образа жизни и безопасного поведения;
- разумного поведения в непредвиденных ситуациях;
- оказания элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

Критерии к оценке ЗОЖ-компетентности старшего дошкольника:

- применение ребенком валеологических знаний, умений и навыков в решении игровой дидактической задачи;
- быстрота актуализации валеологических знаний, умений и навыков в решении игровой дидактической задачи;
- решение игровой задачи, которое содействует сохранению здоровья;
- автономность, самостоятельность решения.

Исходя из них компетентному ребенку присуще самостоятельное применение знаний, умений и навыков ЗОЖ в решении задач. Решение задач носит здоровьесберегающий характер. Быстрота актуализации знаний свидетельствует об устойчивости ЗОЖ-компетентности старшего дошкольника.

Педагогу необходимо организовать опрос родителей своих воспитанников, чтобы определить причины неглубоких знаний ребенка, его некомпетентности.

Рекомендуемые вопросы для опросника, позволяющего изучить особенности валеологической культуры семьи приведены в анкете для родителей.

Уважаемые родители!

Приглашаем Вас принять участие в опросе, позволяющем изучить культуру здоровья Вашей семьи. Активное участие и Ваша искренность позволят нам эффективнее осуществлять работу по воспитанию валеологической культуры детей, посещающих наш детский сад, а Вам по оздоровлению ребенка в семье.

Мы хотим, чтобы наши дети росли здоровыми и счастливыми, были удачливы и успешны!!!

Благодарим Вас за помощь!

1. Делаете ли Вы утреннюю зарядку? Да. Нет. Иногда.
2. Проводите ли закаливающие процедуры? Да. Нет. Иногда.
Какие? (перечислите, пожалуйста) _____
3. Есть ли у Вас вредные привычки? Да. Нет.
4. Знает ли об этом Ваш ребенок (Ваши дети)? Да. Нет. Не знаю.
5. Соблюдаете ли Вы режим дня (сон, питание, прогулка)? Скорее да. Скорее нет. По-разному.
6. Придерживаетесь ли Вы здорового рациона питания? Да. Нет. Не знаю.
7. Как часто Вы бываете на свежем воздухе? Часто. Редко. Как получится, не задумываюсь об этом.
8. Посещаете ли Вы спортзал? Да. Нет. Иногда.
9. Стараетесь ли Вы соблюдать правила безопасного поведения в быту, на улице, транспорте? Всегда. Нет, не стараюсь. Иногда, в зависимости от ситуации.

10. Часто ли Вы болеете? Часто. Не часто. Год на год не приходится (по-разному).
11. Активны ли Вы в профилактике заболеваний (регулярно делаете прививки, флюорографию, профосмотры)? Да. Нет. По настоянию родственников, друзей в периоды эпидемий, по требованию на работе.
12. Есть ли у Вас дома приборы, помогающие сохранить и укрепить здоровье?
 Да. Нет. Перечислите какие-нибудь _____
13. Знакома ли Вам картина Вашего здоровья, знаете ли вы свои болезни и особенности своего организма? Да. Нет. Отчасти.
14. Посещаете ли Вы в связи с этим соответствующих врачей-специалистов?
 Да. Нет. Иногда.
15. Что Вы делаете в связи с этим? Принимаю профилактические меры. Ничего не делаю. Принимаю меры, только когда возникают симптомы.
16. Знаете ли Вы картину здоровья своей семьи (наследственные заболевания, предрасположенность к каким-то заболеваниям и др.)? Да. Нет. Отчасти.
17. Считаете ли Вы свою семью здоровой и ведущей здоровый образ жизни?
 Скорее да. Скорее нет. Не могу ответить на вопрос.
18. Считаете ли Вы себя субъектом (активным участником, творцом) здоровой жизни? Да. Нет.
19. А есть ли у Вас в семье такие люди?

Кто это? _____

В анкете представлены вопросы уже с готовыми ответами. Для того, чтобы оперативно осуществить опрос, не дожидаясь долго анкет обратно, воспитатель или помощник воспитателя организуют его как интервью, пока родители забирают детей из детского сада. Ребенок всегда одевается какое-то время, отвлекается и старается поделиться с папой и мамой впечатлениями прожитого дня, так что Вы быстро и ненавязчиво соберете необходимую информацию от родителей конкретного ребенка, например в раздевалке или на улице. В противном случае, анкеты традиционно

раздаются родителям с просьбой вернуть их в заполненном виде к определенному сроку.

Анкета самооценки образа жизни педагога

Цель анкеты: самооценка педагогом образа жизни с точки зрения здоровья.

Уважаемые воспитатели!

Приглашаем Вас принять участие в самооценке образа жизни.

Результаты этого небольшого, но очень важного самоисследования помогут Вам определиться в сфере отношения к собственному здоровью, и, может быть переломить его в лучшую сторону.

Выберите наиболее подходящий Вам вариант ответа на вопрос и обозначьте его любимым способом.

Вопросы анкеты:

Если утром Вам надо встать пораньше, Вы:

1. Заводите будильник (30);
2. Доверяете внутреннему голосу (20);
3. Полагаетесь на случай (0).

Проснувшись утром, Вы:

1. Сразу вскакиваете с постели и принимаетесь за дело (10);
2. Встаете не спеша, делаете легкую гимнастику и только потом начинаете собираться на работу (30);
3. Увидев, что у Вас в запасе еще несколько минут, продолжаете нежиться под одеялом (0).

3. Из чего состоит Ваш обычный завтрак?

1. Из кофе или чая с бутербродами (20);
2. Из второго блюда и кофе или чая (30);
3. Вы вообще не завтракаете дома и предпочитаете более плотный завтрак часов в десять (0).

4. Какой вариант рабочего распорядка Вы бы предпочли?

1. Необходимость точного прихода на работу в одно и то же время (0);
2. Приход в диапазоне +, - 30 минут (30);
3. Гибкий график (20).

5. Вы предпочли бы, чтобы продолжительность обеденного перерыва давала возможность:

1. Успеть поест в столовой (0); 2. Поест, не торопясь и еще спокойно выпить чашку кофе (10); 3. Поест, не торопясь и еще немного отдохнуть (30).

6. Сколь часто в суете служебных дел и обязанностей у Вас выдается возможность немножко пошутить и посмеяться с коллегами?

1. Каждый день (30); 2. Иногда (20); 3. Редко (0).

7. Если Вы окажетесь вовлеченными в конфликтную ситуацию, как Вы попытаетесь разрешить ее?

1. Долгими дискуссиями, в которых упорно отстаиваете свою позицию (0); 2. Флегматичным отстранением от спора (0); 3. Ясным изложением своей позиции и отказом от дальнейших споров (30).

8. Надолго ли Вы задерживаетесь после окончания рабочего дня?

1. Не более, чем на 20 минут (10); 2. До 1 часа (30); 3. Более часа (0).

9. Чему Вы обычно посвящаете свое свободное время?

1. Встречам с друзьями, работе (10); 2. Хобби (20); 3. Домашним делам (30).

10. Что означает для Вас встреча с друзьями и прием гостей?

1. Возможность встряхнуться и отвлечься от забот (30); 2. Потерю времени и денег (0); 3. Неизбежное зло (0).

11. Когда вы ложитесь спать?

1. Всегда примерно в одно и то же время (30); 2. По настроению (0); 3. По окончании всех дел (0).

12. В свободное время Вы:

1. Пассивно отдыхаете (20); 2. Активно работаете (30); 3. Чередуете отдых с работой (0).

13. Какое место занимает спорт в Вашей жизни?

1. Ограничиваетесь ролью болельщика (0); 2. Делаете зарядку на свежем воздухе (30); 3. Находите повседневную физическую нагрузку вполне достаточной (0).

14. За последние 14 дней Вы хотя бы раз:

1. Танцевали (30); 2. Занимались физическим трудом или спортом (30); 3. Прошли пешком не менее 4 км. (30).

15. Как Вы проводите отпуск?

1. Пассивно отдыхаю (0); 2. Физически тружусь на даче, в огороде (20); 3. Активно отдыхаю (гуляю, занимаюсь спортом и др.) (30).

16. Ваше честолюбие проявляется в том, что Вы:

1. Любой ценой стремитесь достичь своего (0); 2. Надеетесь, что Ваше усердие обязательно принесет свои плоды (30); 3. Намекаете окружающим на Вашу истинную ценность, предоставляя им возможность делать надлежащие выводы (10).

Обработка результатов анкетирования: посчитайте общее количество баллов, которое Вы набрали своими ответами (баллы за каждый ответ указаны в скобках). Общую сумму сравните с ключом.

480–400 баллов. Вы набрали почти максимальную сумму и можно смело сказать, что вы ведете здоровый образ жизни, умеете жить. Вы хорошо организовали режим работы и эффективного отдыха, что, безусловно, положительно сказывается на результатах Вашей профессиональной деятельности. Не бойтесь, что регламентированность Вашей жизни придаст ей монотонность. Напротив, сбереженные силы и здоровье сделают ее разнообразной и интересной, откроют новые потенциалы Вашего организма.

400-280 баллов. Вы близки к идеалу, хотя пока не достигли его. Во всяком случае, Вы уже овладели искусством восстанавливать свои силы и при самой авральной работе. Важно, чтобы ваша профессиональная деятельность и личная жизнь и впредь оставались уравновешенными, без каких-либо потрясений. Но у Вас есть еще резервы для повышения результативности за счет более разумной организации профессиональной деятельности с учетом Ваших индивидуальных особенностей.

280-160 баллов. Вы набрали средние показатели, как и большинство людей, Ваш образ жизни нельзя назвать здоровым, скорее хаотичным. Если Вы будете продолжать и дальше жить в таком режиме, то Ваши шансы дожить до пенсии в добром здравии невелики. Задумайтесь над результатами анкетирования и сделайте правильные выводы! У Вас есть все предпосылки к тому, чтобы изменить вредные привычки, оздоровиться. ***Помните, что помочь ребенку быть здоровым может только здоровый педагог!!!***

Менее 160 баллов. Вы и здоровый образ жизни несовместимы! Вполне возможно, что Вы уже жалуетесь на некоторые недомогания, особенно сердечно-сосудистой, нервной систем. Ваш образ жизни – вредный! Именно он становится причиной Ваших неудач в личной и профессиональной жизни. Пожалуйста, не оставайтесь равнодушным к результатам анкетирования и найдите в себе силы преодолеть неправильное отношение к здоровью и здоровому образу жизни, верните себе здоровье, станьте успешным! ***Помните, что помочь ребенку быть здоровым может только здоровый педагог!!!***

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Диагностические диафильмы

"Чтобы уши не болели"

"Берегите зубы"

"Кожа – наша защита от микробов"

"Берегите глаза"

**Описание диагностических игр, позволяющих изучить
валеологическую компетентность детей дошкольного возраста**

Игра "Правила Чистюли"

Цель игры: изучить особенности компетентности детей младшего и среднего, старшего дошкольного возраста в решении задач, связанных с соблюдением культурно-гигиенических навыков и умений.

Содержание игры: 2 дидактические куклы – Тепа и Клепа. Фотоальбом с пустыми кармашками, набор рисунков 9 на 13 или 10 на 15, отображающих правила Чистюли (все известные ребенку культурно-гигиенические правила). Чем старше ребенок, тем больше изображений. Например: ребенок чистит зубы утром, умывается, вытирается полотенцем, ребенок чистит зубы перед сном, полощет рот после еды, моет руки с мылом после прогулки, после посещения туалета, перед едой, принимает душ, моется в ванной с мылом и мочалкой, ухаживает за своим внешним видом, следит за прической, расчесывает волосы перед сном, пользуется носовым платком, ухаживает за своей одеждой и обувью, переодевается в домашнюю одежду, убирает в комнате, убирает игрушки в группе и др.

Ход диагностики: воспитатель приглашает ребенка в игру, разыгрывает перед ребенком сценку.

- Здравствуй!
- Здравствуй!
- Давай знакомиться. Как тебя зовут?
- Степа, но друзья называют меня просто Тепа.
- А я Клепа, но мама часто меня называет Чистюлей.
- Чистюлей? А почему?
- Потому что я люблю чистоту и порядок. Я всегда опрятная и аккуратная.
- Я тоже хочу быть как ты. Научи меня, пожалуйста!
- С удовольствием! Слушай и запоминай мои правила, правила Чистюли. А, чтобы ты лучше запомнил их, я сделаю для тебя фотоальбом моих правил.

Педагог предлагает ребенку сделать фотоальбом для Тепы, собрав его из предлагаемых рисунков, объясняя каждое правило. Важно, чтобы эту задачу ребенок выполнял самостоятельно без помощи взрослого.

Все вопросы к ребенку следуют после выполнения задания. Правильность решения игровой задачи становится основным критерием компетентности ребенка.

Игра "Режим дня"

Цель игры: изучить особенности компетентности детей младшего и среднего, старшего дошкольного возраста в решении задач, связанных с соблюдением режима дня и верного последовательного соблюдения отдельных режимных моментов.

Содержание игры: картинки с изображением режимных моментов: ребенок готовится ко сну (расстилает постель, надевает пижаму); ребенок принимает пищу вместе с родителями; ребенок принимает пищу со сверстником за столом; ребенок на прогулке; ребенок читает, рисует, смотрит телевизор; ребенок проснулся после дневного сна; ребенок проснулся утром дома; ребенок идет в детский сад; ребенок умывается, причесывается; ребенок чистит зубы, вытирается полотенцем; ребенок делает зарядку; ребенок моет руки с мылом; ребенок одевается; ребенок раздевается; ребенок здоровается, приветствует родителей, сверстников. Можно дополнить данный список другими картинками. На картинках может быть изображен не один ребенок, а несколько детей (мальчик и девочка) в тех же самых ситуациях.

Ход диагностики: воспитатель предлагает ребенку поиграть с ним в игру. Карточки раскладываются произвольно на столе. Обязательно дается время для ознакомления ребенка с ними. Затем, педагог просит ребенка выложить карточки в правильной последовательности: положи так картинки, как ты себя ведешь, когда приходишь в детский сад; покажи, что ты делаешь дома с утра, когда просыпаешься. Обязательно помогайте ребенку уточняющими вопросами: Это ты пришел с прогулки или собираешься на прогулку? А что ты делаешь после прогулки? Для чего мы это делаем?

После того как картинки будут выложены в определенной последовательности, воспитатель просит ребенка рассказать, что делает мальчик или девочка в течение дня или в определенное время суток дома и в детском саду.

Возможно использование не всех, а двух-трех последовательных картинок из набора в диагностике детей младшего дошкольного возраста. Например, ребенок моет руки с мылом, вытирает полотенцем, садится за стол обедать. Воспитатель просит ребенка расположить эти картинки в правильной последовательности и объяснить, что делает мальчик или девочка на картинках, почему именно в такой последовательности. Важно, чтобы ребенок решил игровую задачу самостоятельно, все вопросы и комментарии следуют после выполнения задания. Правильность решения игровой задачи становится основным критерием компетентности ребенка.

Игра "Здоровые зубы"

Цель игры: изучить особенности компетентности детей дошкольного возраста в решении задач, связанных с соблюдением правил здоровья зубов, выполнением алгоритма ухода за зубами, профилактики зубных болезней.

Содержание игры: игровое двухцветное панно красного и зеленого цвета (возможно в виде двухцветного дерева), набор карточек с изображением вредных и полезных для здоровья зубов атрибутов и пищи, разнообразных ситуаций (возможно в виде листочков или яблочков): зубная паста и щетка; щетки разных размеров; молоко и творог; фрукты; овощи; конфеты и шоколад; мороженое и горячий чай; ребенок, разгрызающий зубами орех; человек, открывающий бутылку зубами; чашечка с полосканием для зубов; жевательная резинка; витамины; улыбающийся ребенок, посещающий врача-стоматолога; расстроенный ребенок в кабинете у врача-стоматолога; зуб здоровый и зуб больной. Можно дополнить данный список другими картинками. На зеленой части

панно располагается здоровый беленький улыбающийся зубик, на красной – грустный, со слезинкой больной зубик. Для детей младшего дошкольного возраста фон картинок в соответствии с содержанием может быть красного и зеленого цвета как дополнительный ориентир в решении игровой задачи.

Ход диагностики: Воспитатель приглашает ребенка в игру. Раскладывает панно и предлагает малышу заполнить цветное панно картинками, которые делают один зубик счастливым, а другой несчастным. После решения игровой задачи, педагог уточняет у ребенка, почему он расположил карточку именно в этой части панно (или дерева здоровья). Чем старше ребенок, тем больше картинок предлагается ему для игры. Правильность решения игровой задачи становится основным критерием компетентности ребенка.

Игра "Опасные предметы"

Цель игры: изучить особенности компетентности детей дошкольного возраста в решении задач, связанных с соблюдением правил безопасного поведения в процессе действий с опасными предметами.

Содержание игры: набор картинок с изображением опасных бытовых предметов: нож, иголки, ножницы, гвозди, молоток, розетка, шнур с вилкой, огонь в камине, горящая конфорка. Как и в предыдущих случаях, этот список может быть продолжен, можно дополнить его бытовыми приборами, которые сейчас в избытке есть в каждом доме. Набор картинок с изображением опасных и безопасных действий с перечисленными предметами.

Ход диагностики: Воспитатель приглашает ребенка в игру. Взрослый отбирает картинку с изображением опасного предмета, с которым ребенок встречается в быту, чаще в домашних условиях. Задается ряд уточняющих вопросов: скажи, пожалуйста, что это за предмет или знаком ли тебе этот предмет, назови его; почему мы называем этот предмет опасным? Далее воспитатель просит ребенка отобрать картинки,

на которых человек правильно использует данный предмет и тогда он не опасен для его здоровья. Затем картинки, на которых человек ведет себя неправильно и тогда предметы опасны для человека и его здоровья. После выполнения задачи, педагог просит ребенка прокомментировать свой выбор, особенно случаи, в которых допущена ошибка. Верность решения игровой задачи становится основным критерием компетентности ребенка.

Игра "Первая помощь"

Цель игры: изучить особенности компетентности детей старшего дошкольного возраста в решении задач, связанных с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

Содержание игры: картинки с изображением ребенка (мальчик/девочка), который получил травму: ожог, синяк, ссадину, порез, укол иглой или другим острым предметом и другие варианты. Кукла мальчика/девочки. Аптечка, в которой представлены: бинт, марлевые салфетки, вата, йод, зеленка, палочки с ватой, лейкопластырь, чистая вода, имитация кусочков льда. Картинки с изображением расстроенного, плачущего, страдающего, одинокого и т.п. ребенка (мальчик/девочка).

Ход диагностики: Воспитатель предлагает дошкольнику с учетом его половой принадлежности, выбрать любую картинку, на которой изображен ребенок, получивший травму. Задается ряд уточняющих вопросов: что произошло с ребенком, что случилось в результате, от чего он страдает? Можем мы ему помочь? Как?

Ребенок самостоятельно достает содержимое аптечки, отбирает необходимые предметы и кукле оказывает необходимую помощь. Все действия ребенок осуществляет самостоятельно без помощи взрослого. Вопросы задаются только после того, как ребенок решил поставленную перед ним задачу. Таким же образом решаются задачи, связанные с эмоциональным состоянием ребенка, изображенного на картинке. Здесь можно использовать звуковую куклу для создания более реалистичной

ситуации. Верность решения игровой задачи становится основным критерием компетентности ребенка.

Диагностическое лото "Опасное путешествие"

Цель игры: изучить особенности компетентности детей старшего дошкольного возраста в решении задач, связанных с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

Содержание игры: игровое поле, на котором изображен маршрут путешествия с картинками-вопросами; набор карточек с картинками-ответами; набор фишек разного цвета; игровой кубик.

Ход диагностики: Задача для ребенка – правильно ответить на вопрос-картинку и подобрать к нему нужную карточку-ответ. Перечень вопросов-картинок: что делать при укусе животного? При падении во время подвижных или спортивных игр? При солнечном ударе? При перегревании на солнце? При ушибе конечностей и туловища? При растяжении, переломе, вывихе? При отравлении пищей (грибами, ягодами)? При укусе змеи (ядовитой, неядовитой)? При укусе комаром, лесным клещом, блохой? При ожоге? При ударе головой? Как помочь тонущему человеку?

В диагностике принимают участие несколько детей (от 2-ух человек). Перед началом игры ведущий - воспитатель помогает им выбрать фишку, разыгрывает очередность ходов; карточки с картинками-ответами находятся у ведущего.

Воспитатель объясняет правила: если фишка по ходу игры попадает в кружок зеленого цвета, то играющий должен дать правильный ответ на вопрос; если ответ правильный (номер на обратной стороне карточки должен совпадать с номером вопроса), то ведущий выдает играющему участнику карточку с картинкой-ответом, которая выкладывается сверху на карточку-вопрос, закрывая его, так же ребенок получает дополнительную возможность бросить кубик, продвинувшись на несколько шагов вперед. Выигрывает тот, кто первым попадет в парк.

**ПРОТОКОЛ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
О ЗДОРОВЬЕ**

| Вопросы по разделу "Строение человеческого тела" | Уровни представлений | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
|--|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| | | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | | | | | | | | | | |
| Кто это? | Высокий (квадрат): ребёнок знает все части тела человека, правильно называет их и верно объясняет их назначение. Не допускает ошибок, уверен в своих знаниях, легко демонстрирует их, эрудирован. | | | | | | | | | | | | | | | |
| Покажи, какие части есть у тела человека? Назови их. | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Зачем человеку голова? | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Что человек делает с помощью рук? | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Что человек делает с помощью ног? | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| <p>Зачем человеку туловище? Знаешь ли ты, что находится внутри туловища? Назови, пожалуйста (или давай наденем волшебные очки и посмотрим, что у нашего человечка находится внутри).</p> | <p>Средний (треугольник): ребенок называет части тела человека, объясняет их назначение, допуская при этом некоторые ошибки. Не всегда уверен в собственных ответах, испытывает определенные трудности.</p> <p>Низкий (круг): ребенок испытывает затруднения в назывании частей тела человека, часто ошибается, не может объяснить их назначения, отказывается отвечать или не отвечает на вопросы.</p> | | | | | | | | | | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

Вместо номера по списку можно вписать имя ребенка, с которым проводится беседа, а вместо графических символов, Вы можете использовать цветовые обозначения, например, высокий уровень представлений – зеленый цвет, средний – синий, низкий - красный. Аналогичным образом оформляются диагностические протоколы по следующим разделам: "Правила чистюли", а в старшем дошкольном возрасте "Здоровый человек", "Организм человека", "Безопасный мир", "Я и другие люди".

КАРТА НАБЛЮДЕНИЙ ВОСПИТАТЕЛЯ ЗА РЕБЕНКОМ

| Показатели оценки | номер ребенка по списку ¹ | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| <i>Условия жизни ребенка в целом:</i> | | | | | | | | | | | | | | | |
| Благоприятные | | | | | | | | | | | | | | | |
| Неблагоприятные | | | | | | | | | | | | | | | |
| <i>Атмосфера в семье:</i> | | | | | | | | | | | | | | | |
| дружная семья | | | | | | | | | | | | | | | |
| конфликты между родителями | | | | | | | | | | | | | | | |
| конфликты между родителями и детьми | | | | | | | | | | | | | | | |
| другие проблемы в отношениях | | | | | | | | | | | | | | | |
| <i>Алкоголь или наркотики:</i> | | | | | | | | | | | | | | | |
| нет заметного употребления | | | | | | | | | | | | | | | |
| один из родителей употребляет часто | | | | | | | | | | | | | | | |
| оба родителя употребляют часто | | | | | | | | | | | | | | | |

¹ К карте наблюдений оформляется нумерованный список детей, в котором указывается фамилия, имя, дата рождения ребенка, сведения о родителях. Под этим же номером ребенок заносится в таблицу.

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| <i>Отношение ребенка к родителям</i> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Положительное | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| иногда высказывается отрицательно | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| боится одного или обоих | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <i>Отношение родителей к ребенку:</i> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| всесторонняя забота и внимание | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| материальное обеспечение | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| невнимание к чувствам и потребностям ребенка | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <i>Жилищно-бытовые условия:</i> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Благоприятные | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Неблагоприятные | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <i>Поведение в детском саду:</i> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| вялый, беспомощный | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Спокойный | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| неуверенный в себе | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пугливый | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| излишне подвижный | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| беспокойный, суетливый | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| непослушный | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| активный | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| плаксивый | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| отгороженный | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| конфликтный | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| раздражительный | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| зависимый | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| доброжелательный | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <i>Положение в группе:</i> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| авторитет | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| пользуется симпатией большинства детей | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| общается в основном с мальчиками | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| общается в основном с девочками | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| большинство детей равнодушно к нему | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| большинство отвергают его | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| общается в основном с 1-2 детьми | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| круг друзей велик | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <i>Стиль отношений со сверстниками:</i> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| предпочитает быть лидером, руководить | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| подчиняется другим | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| инициативен | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| стиль неустойчив, зависит от ситуации | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| агрессивен | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| предпочитает быть в стороне | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| умеет находить компромиссы | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| испытывает трудности в общении со взрослыми | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <i>Дополнительные данные:</i> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| педагоги считают ребенка "трудным" | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| педагоги считают ребенка слабо социализированным | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| педагоги считают ребенка не воспитанным | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <i>Динамика поведения, отношений со взрослыми и сверстниками за 1-2 года:</i> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| явное улучшение | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| без существенных изменений | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ухудшение | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <i>Примечания:</i> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Деркунская Вера Александровна — кандидат педагогических наук, доцент
кафедры дошкольной педагогики Института детства Российского
государственного педагогического университета им. А.И. Герцена,
г. Санкт-Петербург

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РЕБЕНКА В ДООУ: ИГРЫ- ЭКСПЕРИМЕНТЫ С МЛАДШИМИ ДОШКОЛЬНИКАМИ

В лекции раскрывается специфика такой формы совместной деятельности взрослого и ребенка как игра-эксперимент (на примере формирования ЗОЖ - образовательная область «Физическое развитие»). Преимущество игрового экспериментирования заключается в том, что ребенок, начиная с трех лет, самостоятельно открывает необходимые для его жизни и здоровья знания и представления, получает бесценный опыт деятельности. Роль взрослого при этом не утрачивает своей дидактической миссии, воспитатель становится для ребенка со-деятелем и помощником, партнером по увлекательной игре. Предлагаемые игры вариативны в использовании. Они могут стать непосредственно образовательной деятельностью, могут использоваться в режимных моментах с образовательной целью, в самостоятельной и совместной деятельности со взрослым.

Ключевые слова: детское экспериментирование, игры-эксперименты и игры-путешествия, принципы организации игр-экспериментов с детьми младшего дошкольного возраста, тематические циклы, методические рекомендации по организации игр с младшими дошкольниками.

Вся жизнь ребенка-дошкольника пронизана игрой, только так он готов открыть себя миру и мир для себя. Отечественный философ, богослов, психолог и педагог Василий Васильевич Зеньковский, пытаясь разгадать феномен детства, утверждал что "...для того и дано нам детство, чтобы мы играли. Функция детства, согласно этой формуле, заключается в том, чтобы дать развиваться ребенку, не входя в прямое общение с действительностью, но

в то же время, не удаляя его вполне от действительности. Игры и являются той формой активности, в которой лучше всего разрешаются задачи детства...".

Сегодня одной из актуальных задач дошкольного детства является стремление ребенка реализовать себя как субъекта в разнообразных сферах жизнедеятельности, самостоятельно найти и применить необходимые знания и умения, продемонстрировать свою активность, инициативность, направленность на результат и положительное подкрепление взрослого, начиная с раннего возраста. Учитывая эти особенности современных детей, процесс воспитания дошкольников как субъектов здоровьесберегающей деятельности и поведения закономерно ищет те игровые формы организации воспитательной работы, которые привлекали бы детей и были бы эффективны в достижении поставленной цели.

Одним из видов игр, которые могут быть использованы воспитателем в ходе воспитания детей раннего и младшего дошкольного возраста как субъектов здоровьесберегающей деятельности и поведения становятся игры-экспериментирования и игры-путешествия на предметной основе.

Игры-эксперименты или игры-экспериментирования, а также игры-путешествия представляют собой один из видов дидактической игры.

Игры-эксперименты – это игры на основе экспериментирования с предметом (предметами). Основное действие для ребенка – это манипуляция с определенным предметом на основе заданного воспитателем сюжета. Цель таких игр заключается в практиковании, закреплении культурно-гигиенических умений и навыков, навыков ЗОЖ.

Игры-путешествия заключаются в том, что ребенок совершает некоторую прогулку в мир вещей, предметов, манипулирует с ними, разрешает проблемную игровую ситуацию в ходе такого условного путешествия.

Подобные игры разрабатываются или отбираются воспитателем на основе следующих принципов:

- учет возраста и опыта детей, ведущего вида деятельности;
- доступности содержания игр;
- сочетание наглядного материала и действий, словесного комментария воспитателя и действий детей;
- ориентации на обеспечение «культурной практики» детей в игре;
- сохранения положительного эмоционального настроения детей, активизации любознательности;
- адекватного соблюдения темпа и времени проведения игр в педагогическом процессе;
- постепенного усложнения игр;
- циклической организации игр.

Предлагаемые игры для детей младшего дошкольного возраста, разработанные совместно с воспитателем С.Ю. Васильевой, объединены в три тематических цикла по основанию содержания воспитания культурно-гигиенических умений и навыков:

1 цикл – «Водичка, водичка»;

2 цикл – «Я одеваюсь сам»;

3 цикл – Так привыкли мы к порядку».

Игры 1 цикла «Водичка, водичка...»

1. «Прозрачная вода»

Игра-экспериментирование

Цель: познакомиться с водой, ее свойствами (прозрачная, без запаха, льется), сформировать умения и навыки по использованию воды.

Материал: две прозрачные баночки (одна заполнена водой, вторая - с чаем), стеклянная банка с широким горлышком, таз с водой, ложки, маленькие ковшики, сахар, стаканчики для детей, предметные картинки.

Описание:

В гости к ребятам приходит Капелька.

-Кто такая капелька? Где она живёт?

Ребятам предлагается узнать, что в банках. Дети убеждаются, что в одной – вода, в другой – чай.

-Как вы догадались, что это вода? Какого она цвета? Чем она пахнет?

Взрослый предлагает детям наполнить стаканчики водой с помощью ковшиков.

-Что мы делаем? (Переливаем, наливаем воду.) Что делает водичка? (Льётся).
Послушайте, как она льется. Какой слышим звук?

Взрослый предлагает добавить в стаканчики песок ложечкой. Помешать и понаблюдать, как сахар растворился.

Детям предлагают поиграть в игру «Узнай и назови». Показывая картинки через банку с чаем, взрослый спрашивает: «Вы что-нибудь видите?» Затем идёт рассматривание картинок через банку с водой.

-Что увидели? Почему так хорошо видно картинку? Какая вода? (Прозрачная).

- Что мы узнали о воде?

2. «Чистящая вода»

Игра-экспериментирование

Цель: получить или закрепить представления, что вода смачивает и очищает, сформировать умение (навык) мыть руки водой через практикование и экспериментирование с водой.

Материал: широкая миска (желательно прозрачная) с водой, 2 салфетки: чистая и грязная, безопасная краска для нанесения на детские ладони.

Описание: Предложить ребятам взять бумажную салфетку (чистую) и осторожно опустить ее в сосуд на поверхность воды. Объяснить, что вода намочила салфетку.

Аналогично проделать с грязной салфеткой. Объяснить, что вода растворила грязь. Рассмотреть вместе с детьми, как вода оказывается грязной.

Затем нанести на детские ладошки краску и попросить детей растворить ее в воде, опустив туда руку. Понаблюдать, что будет с ладонями. Рассмотреть, как окрашивается вода, а руки становятся чистыми. Порассуждать с детьми,

зачем мыть руки, можно ли ходить с грязными руками, почему это небезопасно.

3. «Мокрые рукава и полотенце»

Игра-экспериментирование

Цель: показать необходимость засучивать рукава (т.к. они будут мокрые) и вытирать руки полотенцем насухо, сформировать умение (навык) мыть руки водой и правильно вытирать их полотенцем через практикование и экспериментирование.

Материал: кусочек полотенца или маленькое полотенце целиком, широкая миска с водой.

Описание: Предложить ребятам взять полотенце и положить в миску.

-Как вы думаете, что будет с кусочком? (Намокнет, станет мокрым).

Попробовать с рукавом одежды. Объяснить, что рукава одежды тоже могут намокнуть. Подумать, удобно и полезно ли ходить с намоченными рукавами рубашки. Почему это не безопасно. Объяснить, что полотенце впитывает воду (становится мокрым), которая есть на руках.

4. «Грязные и чистые руки»

Игра-экспериментирование

Цель: получить или закрепить представления, что вода очищает, сформировать и закрепить умение (навык) мыть руки водой через практикование и экспериментирование с водой.

Материал: две прозрачные миски, условная грязь (глина, краска).

Описание: Предложить ребёнку пополоскать руки в миске. Затем испачкать руки и снова пополоскать их. Сравнить воду по цвету. Подвести к выводу, что грязь, которая бывает на руках, остается в воде, что вода смывает грязь, делает руки чистыми.

5. «Какой формы мыльце»

Игра-экспериментирование

Цель: получить или закрепить представления о мыле, его полезных свойствах, сформировать и закрепить умение (навык) мыть руки с мылом через практикование и экспериментирование.

Материал: кусочки мыла разной формы, тазик с водой.

Описание: Рассмотреть кусочки мыла разной формы, обратив внимание, что такими их изготовили на фабрике. Но человек, когда мылит руки, может изменить форму мыла. Взрослый берёт мыло и хорошо намыливает руки, показывая детям необходимые действия, фиксируя их внимание на этом процессе. Затем обращает внимание на форму мыла, рассматривает ее с детьми, ищет, что изменилось. Затем предлагает детям повторить самим действия с мылом и водой. Обращает внимание на действия детей, помогает, подсказывает. Затем, после мытья рук с мылом и вытирания их полотенцем насухо, рассматривает с детьми, какой формы оказалось мыльце, какие фигурки получились у детей, на что они похожи. Обращается внимание на воду, ее загрязненность. Делается совместно вывод о том, что вода вместе с мылом делает руки чище, ароматнее.

б. «Делаем мыльные пузыри»

Игра- экспериментирование

Цель: познакомить детей со способом изготовления мыльных пузырей, со свойствами мыла: может растягиваться, образует пленочку, меняет цвет. Поддержать интерес к здоровьесберегающим предметам.

Материалы: жидкое мыло, кусочки мыла, петля с ручкой из проволоки или специальная пластиковая петля для мыльных пузырей, стаканчики, вода, ложки, подносы.

Описание: Медвежонок Миша рассказывает, что любит пускать мыльные пузыри. Но он не знает, как они делаются.

-Как получаются мыльные пузыри? Можем ли мы их изготовить? Что для этого нужно?

Дети пробуют изготовить мыльные пузыри из куска мыла и воды путем смешивания. Наблюдают, что происходит: опускают петлю в жидкость, вынимают её, дуют в петлю.

Берут другой стакан, смешивают жидкое мыло с водой (1ложка воды и 3 ложки жидкого мыла). Опускают петлю в раствор.

-Что мы видим, когда вынимаем петлю?

Потихоньку дуем.

- Что происходит? Как получился мыльный пузырь? Пузырь получился только из жидкого мыла. Жидкое мыло может растягиваться в очень тонкую плёнку. Она остаётся в петле. Мы выдуваем воздух, плёнка его обволакивает, и получается пузырь.

Игры: «Какой формы пузырь», «Какой летит дальше, выше?». Дети пускают пузыри и рассказывают, на что похож получившийся пузырь, какой формы, какие цвета можно увидеть на его поверхности.

7. «Госпожа зубная щетка»

Игра-экспериментирование

Цель: познакомить со свойствами зубной щетки: состоит из маленьких ворсинок, хорошо трёт, чистит. Закрепить культурно-гигиенический навык в ситуации практикования.

Материал: зубные щетки для каждого ребёнка, тазик с водой, зубная паста.

Описание:

Лена-гигиена приносит зубную щетку.

-Чем мы чистим зубы? Почему мы чистим зубной щеткой?

Взрослый предлагает рассмотреть зубную щетку, потереть ею о руку.

- Что вы чувствуете? Зубная щетка хорошо трёт, маленькие ворсинки попадают в щелочки между зубами и достают грязь. Зубки остаются чистыми, а значит здоровыми. А откуда в зубах грязь? Как она скапливается во рту? Как часто надо чистить зубы? Зачем это необходимо делать? Что будет, если не чистить зубы совсем или неправильно?

Поэкспериментировать с зубной щеткой и водой, размочить ворсинки, посмотреть, как по-разному они выглядят. Потереть ладошку влажной щеткой, сравнить результаты. Нанести на зубную щетку пасту, растворить ее в воде, понаблюдать, что будет происходить в воде.

8. «Путешествие в страну щеток»

Игра-путешествие

Цель: Обратить внимание детей на то, что существует разные щетки (обувная, смётка, швабра, зубная, для расчесывания), но, цель у них одна – помочь человеку убрать грязь. Закрепить необходимый навык в использовании здоровьесберегающего предмета.

Материал: разные щетки: обувная, зубная, смётка, швабра, щетка-расческа для волос.

Описание: Взрослый рассказывает, что Госпожа зубная щетка приехала к ним из страны щеток. Предлагает попутешествовать в эту страну.

- В стране щёток живут разные жители. Посмотрите на них. Они разные. Что разного у этих жителей? (внешний вид, размер, назначение). Для чего они нужны? Показ детьми разнообразных действий с щетками. Но они все живут в одной стране. Что похожего у всех жителей? (ворсинки). Для чего нужны нам эти вещи? (для чистоты, помощи...).

Игры с щетками по желанию детей, предметно-манипулятивные действия. Так же воспитатель может создать ситуацию, в которой щетки используются Незнайкой неправильно: зубная – чистит обувь, столовая – причесывает волосы и т.п. Дети решают эту запутанную ситуацию правильно, раскладывая щетки по назначению.

9. «Путешествие в город предметов личной гигиены»

Игра-путешествие

Цель: Обратить внимание, что вокруг нас много вещей, среди них есть предметы личной гигиены, которые помогают нам соблюдать чистоту и опрятность. Продиагностировать знания детей об их необходимости и умения использовать их.

Материалы: Предметы личной гигиены: мыло, мочалка, зубная щетка, зубная паста, полотенце, расческа. Изображение предметов личной гигиены на картинках.

Описание:

В гости к ребятам приходит «девочка чумазая».

-Ах ты, девочка чумазая,

Где ты руки так измазала?

Черные ладошки;

На локтях – дорожки.

- Играла на улице вот и испачкала.

-Ребята, что нужно сделать «нашей девочке»? (Умыться). Ты знаешь, что тебе поможет в этом?

-Нет.

-Ребята, давайте отправимся в путешествие в страну вещей, в город «Предметов личной гигиены». Там мы встретим жителей этого города – помощников, которые помогут «девочке чумазой» быть чистой и опрятной.

Воспитатель вместе с ребятами отправляется в путь. Взрослый подчеркивает, что в стране вещей живут разные вещи, но в городе «предметов личной гигиены» живут вещи необходимые нам стать чистыми, опрятными, красивыми и здоровыми.

-Вот один из жителей этого города. Что это? (Мыло). Зачем нам нужно мыло? Что мы с ним делаем? (Намыливаем руки, отмываем грязь...).

Мыло душистое, белое, мыльное,

Мыло глядит на грязнулю с ухмылкой:

Ты бы, грязнуля, вспомнил про мыло –

Мыло тебя, наконец, бы отмыло.

-Что это? (Полотенце) Зачем нам нужно полотенце? (Вытирать руки). Где у нас хранится полотенце? (На вешалке) Вы умеете вытирать руки. Покажите мне.

«Махровое, душистое, мягкое, пушистое.

Любит воду промокать, где что влажно вытирать.»

-А вот две подружки? Что это? (Зубные щетка и паста). Зачем они нам нужны? (Чистить зубы)

«Я щетка-хохотушка,
Зубам твоим подружка.
Люблю всё убирать.

Мести и вычищать.»

«Здравствуй, друзья!

Я тюбик.

И совсем я не опасен,
Мятный запах мой прекрасен.

Я не жадный, - говорю.

Пасту всем свою дарю.

Чтоб улыбка засияла белизной,

Вы, ребята, подружитесь и со мной!»

- Кто помогает нам сделать аккуратными, красивыми волосы? (Расческа)

- Вот сколько помощников, чтобы стать чистыми и опрятными мы встретили в этом городе. Ты запомнила их «девочка чумазая». Пора возвращаться домой. Что бы нам не забыть жителей этого города мы возьмём их портреты и повесим в комнате гигиены.

Игры 2 цикла: «Я одеваться сам могу»

1 «Что отражается в зеркале»

Игра-экспериментирование

Цель: познакомить детей с понятием «отражение». О необходимости использования зеркала для человека.

Материалы: зеркала, ложки

Описание: Любознательная обезьянка предлагает детям посмотреть в зеркало.

- Кого вы видите? Посмотрите в зеркало и скажите, что находится сзади вас? А теперь посмотрите на ложку без зеркала и скажите, отличаются ли

они от тех, какие вы видели в зеркале? (Нет, они одинаковые). Изображение в зеркале называется отражением. Зеркало отражает предмет таким, каков он есть на самом деле. Мы можем увидеть в зеркале то, что не можем увидеть у себя. Посмотрите, обезьянка запачкала мордочку. И она не видит этого, это видим мы с вами. Как ей узнать, что у нее грязные щеки и ухо? Правильно, посмотреть в зеркало. Давайте понаблюдаем, как это сделать. (Импровизация). Поэтому, если вы себя увидите грязными в зеркале, значит, вы испачкались и необходимо умыться.

А еще, глядя в зеркало, можно корчить рожицы. Организуется момент радости с детьми.

2. «А варежки последние»

Игра-экспериментирование

Цель: закрепить последовательность вещей в ходе одевания, уточнить, что в варежках неудобно одеваться, поэтому их надевают последними.

Материалы: игрушка с пуговицами и молнией, варежки.

Описание: Предложить детям надеть варежки, застегнуть пуговицы и молнию на игрушке. Показать, что в варежках это неудобно, поэтому мы их надеваем последними при одевании. Обратить внимание детей на значение варежек в прохладную и холодную погоду. Объяснить, чем опасно, когда мерзнут руки, что может последовать за переохлаждением.

Отработать несколько приемов согревания рук, если потерялись варежки.

3. «Путешествие в страну Одежды»

Игра-путешествие

Цель: Продиагностировать, что знают дети о назначении одежды и о правилах ухода за ней. Попрактиковаться.

Материалы: картинки с изображением одежды, обуви, головных уборов.

Описание: Взрослый предлагает ребятам отправиться в страну одежды (например: в раздевалку).

-Зачем нам одежда? Какая она бывает? (Показывает картинки).

-Что может плохое произойти с одеждой? (Испачкаться, порваться, помяться)

-Что делают взрослые, что привести одежду в порядок, чистой, красивой?
(Стирают, гладят, зашивают)

-И вы можете помочь своей одежде. Как? (Не пачкать, не мять, сложить аккуратно). Что надо делать, чтобы одежда не мялась, не пачкалась?
(Аккуратно складывать, вешать на вешалку).

Взрослый предлагает поухаживать за своей одеждой и аккуратно сложить в шкафчиках. Возвращаются из страны одежды в группу.

Игры 3 цикла: «Так привыкли мы к порядку»

1. «Путаница или что для чего»

Игра-путешествие

Цель: выявить путем исправления ошибок, что каждая вещь нужна для определённых действий и должна находиться на своем месте.

Материал: тарелка, свитер, сапоги, игрушка, книжка.

Описание: Взрослый спрашивает, что за предметы лежат на столе.

-Зачем нам нужна тарелка (свитер, сапоги, игрушка, книжка)? Давайте посмотрим все вместе, каждая ли вещь лежит на своем месте? Где должна находиться тарелка (свитер, сапоги, игрушка, книжка)? Что будет, если тарелка находится в шкафчике для одежды? (Может испачкаться, разбиться). Можно ли потом использовать ее для еды? Почему? Аналогично находятся и рассматриваются все остальные вещи. Детям предлагается разложить их по своим местам.

2. «Путешествие в страну Чистоты»

Игра-путешествие

Цель: Продиагностировать, что знают дети о необходимости соблюдения чистоты и порядка, какие способы создания чистоты и порядка им знакомы и используются ими.

Материалы: стол с грязной посудой, крошки на полу вокруг стола.

Описание: Воспитатель рассказывает, что получила письмо от Лены-гигиены, которая приглашает в страну Чистоты. Дети отправляются в

путешествие. (Дети идут по группе, взрослый подчеркивает как вокруг чисто, красиво, везде порядок). Подходят к столу.

-Ребята, посмотрите, кто-то насорил. Почему это плохо? Что нужно делать, чтобы не было грязи и крошек? (Есть аккуратно).

-Что нужно делать, если вдруг вы разлили суп или чай или крошили хлеб? (Собрать салфеткой или щеткой-сметкой, убрать за собой).

Давайте уберём, чтобы было чисто, мы находимся в стране Чистоты.

Дети самостоятельно выбирают необходимые предметы и совершают действия с ними. Воспитатель совместно с детьми и Леной-гигиеной оценивает результаты, поощряет детей.

3 «Путешествие в страну Игрушек»

Игра-путешествие

Цель: Продиагностировать, что знают дети о необходимости соблюдения порядка в помещении, о необходимости убирать игрушки на место, быть бережным в отношении с ними.

Материалы: разбросанные игрушки.

Описание: Взрослый предлагает детям отправиться в путешествие в страну Игрушек. Вместе с дошкольниками подходит к кукольному уголку.

-Что случилось!? Игрушки разбросаны. Что-то случилось? Жалко игрушки. Что будет с игрушками, если оставить их так. Безопасно ли будет ребятам поиграть или побегать по группе, если будут разбросаны игрушки? (Нет) Почему? (Могут упасть, удариться, сломать сами игрушки).

-Что нужно сделать, чтобы игрушки не пострадали и ребята смогли безопасно играть? (Убрать их на место) У каждой игрушки должно быть своё место. Можно ли положить настольную игру в кукольный шкафчик? Куда бы вы положили настольную игру (кукол, мячи, музыкальные инструменты)? Давайте поможем игрушкам и положим их на место.

Деркунская Вера Александровна — кандидат педагогических наук, доцент
кафедры дошкольной педагогики Института детства Российского
государственного педагогического университета им. А.И. Герцена,
г. Санкт-Петербург

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РЕБЕНКА В ДООУ: ТЕМАТИЧЕСКИЕ ИГРЫ-ЭТЮДЫ С ДЕТЬМИ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

В лекции раскрывается специфика такой формы совместной деятельности взрослого и ребенка как игра-этиюд (на примере формирования основ здорового образа жизни у дошкольников - образовательная область «Физическое развитие»). Преимущество предложенных игр заключается в том, что они отвечают социальной ситуации развития и ведущему виду деятельности детей 4-5 лет и являются увлекательной деятельностью для дошкольников. Предлагаемые игры вариативны в использовании и, прежде всего, становятся формой организации образовательных режимных моментов. Подбор игр по тематике может выглядеть как непосредственно образовательная деятельность детей среднего дошкольного возраста, особенно на завершающем этапе освоения конкретной темы. Предложенные игры могут быть частью мониторинга, не оторванного от естественного хода педагогического процесса в детском саду.

Ключевые слова: игра-этиюд, принципы организации игр-этиюдов с детьми среднего дошкольного возраста, тематические циклы, рекомендуемая литература для организации игр-этиюдов по темам, методические рекомендации по организации игр с дошкольниками 4-5 лет, организация предметно-игровой среды в группе, перспективное планирование.

Игра-этиюд – это небольшая драматизация на основе стихотворного текста, которая осуществляется детьми совместно с воспитателем. Учитывая возраст детей, методика организации подобных игр осуществляется следующим образом: педагог читает текст, предлагая детям показывать

отдельные действия героев сюжета или, если дети подготовлены, импровизируются фрагменты поведения героев.

В подборе литературной основы для подобных игр с детьми воспитателю следует руководствоваться следующими критериями:

- Подбор художественного слова должен осуществляться с учетом особенностей детей, чтобы вызывать у ребенка яркий эмоциональный отклик и чувства сопричастности к тому, о чем рассказывает художественное произведение;
- Содержание литературного произведения должно поддерживать интерес к культурно-гигиеническим процессам и формировать представления о необходимости культурно-гигиенических умений;
- Побуждение ребенка к активности и самостоятельности в использовании культурно-гигиенических умений в ходе игровой деятельности и активизация их использования в повседневной жизни.
- Содержание литературного произведения должно подходить для драматизации: обязателен игровой сюжет, роли, диалоги, действия персонажей.

Примерный список рекомендуемых произведений по темам:

Гигиена:

«Теплою водою»

И.Демьянов «Замарашка»

А.Кондратьев «Зеркало»

Р.Сеф «Мыло»

Э.Мошковская «Уши»

«Солнце рано утречком»

И.Токмакова «Гном»

Р.Куликова «Мыло»

Прием пищи:

Г.Лагздынь «Куклу кормили?»

О.Дриз «Ну и каша!»

Э.Мошковская «Маша и каша»

С.Капутикян «Кто скорее допьет?»

«Ножками потопали»

А. Прокофьев «Вечером»

Г. Лагздынь «Просто объединь!»

И. Токмакча «Ай да суп»

Опрятность:

«Уж я косу заплету»

«Где мой пальчик?»

«Мне уже 4 года»

«Завяжу потуже шарф»

В.Бардадым «Вот как Галю одевали»

Г.Лагздынь «Одевали малыша»

С.Капутикян «Пожалейте нас!»

Э.Успенский «Мальчик стричься не желает»

Э. Мошковская «Митя и рубашка»

Е.Благинина «Как у нашей Ирки»

Э.Мошковская «Митя и рубашка»

Бережное отношение к вещам и игрушкам:

К.Жанэ «Братишки»

А.Шибает «Подружки»

И.Муравейка «Я сама!»

М.Александрова «Что взяла, клади на место!»

А.Барто «Лошадка»

Е.Благинина «Приходите, поглядите»

Н.Глазкова «Танечка-хозяйка»

«Мальчик Петя»

Для реализации игр-этюдов в работе с детьми среднего дошкольного возраста требуется организация игровой пространственно-развивающей среды.

Для создания положительного эмоционального фона в оформлении помещения группы вносятся фотографии детей, членов семьи в ходе совместного умывания, одевания, закаливания, уборки комнаты и квартиры. Дети с удовольствием рассматривают их вместе с воспитателем. Подбираются аудиозаписи литературного материала, звуки природы, детские музыкальные произведения, записи чтения стихов детьми, которые периодически прослушиваются воспитанниками.

Зная, что разнообразие содержания игр-этюдов достигается посредством игровых атрибутов, в группе необходимо подобрать игрушки для настольного театра, плоскостные предметы-заместители, театральные куклы (различные животные, люди, предметы быта и гигиены).

Так, для настольного театра на начальных этапах используются реалистичные резиновые и мягкие игрушки определенного размера, которые ребенок может удерживать в руках и проводить с ними игровые действия (помыть, причесать, почистить зубы, аккуратно накормить, переодеть). Это зайки, собачки, кошки, лиса, медведь и др.

Затем в практику с детьми вводятся театральные игрушки, которые имеют меньшее сходство с натуральными предметами. Для развития мелкой моторики рук используются пальчиковые и театральные куклы на шариках (сделанные из пенопласта), которые надеваются на один палец. В конце года планируется ввести в игру привычные театральные куклы-бибабо — с отверстием в головке для указательного пальца и двумя отверстиями для большого и среднего пальцев.

В дальнейшем вводятся плоскостные графические изображения. В плоскостном театре дети действуют с фигурками-иллюстрациями, приклеенными к палочкам, а также вырезанными бумажными фигурками, которые прикрепляются на фланелеграф, ковролинограф, на стенд-книжку, на плоскостные ширмы. В группе должны быть наборы к играм-этюдам «Вот как Галю одевали», «Куклу кормили?», «Братишки», «Подружки» и др.

Для того чтобы дети смогли отделить сказочную ситуацию от реальной, уделяется внимание специальной организации пространства игры. В ходе игры-этюда детям еще сложно определить четкие границы волшебной страны, поэтому владения ребенка обозначаются разными способами: объемным моделированием — ширмой, занавесом, книжной раскладушкой, кубиками, а также моделированием пространства на плоскости фланелеграфа, коврового графа, стола, пола с помощью нити, лент, обруча и т. п. В данном случае важен показ способа действия. Например, в игре-этюде «Уж я косу заплету» кубиками обозначаются стены комнаты. В игре-этюде «Гном» лентами разграничивается «улица» от «дома детей».

Обучение действиям с предметами-заместителями происходит в процессе создания декораций для игр-этюдов, конструирования интерьера стихотворения с помощью предметов окружающего быта — мебели (стулья, столы), подручного материала, макетов, поделок, изготовленных на занятиях по изобразительной деятельности и ручному труду.

Таким образом, в организации пространства важно:

- использовать настольный театр (резиновые и мягкие игрушки), плоскостные предметы-заместители, театральные куклы (пальчиковые и театральные куклы на шариках, бибабо), то есть все виды театра с учетом особенностей детей.
- учитывать возможности детей (от простого к сложному, от реалистичных резиновых и мягких игрушек до кукол бибабо), при этом очень важно использовать показ взрослым способов действий с игрушками, моделирование пространства.

Для того чтобы пробудить у детей среднего дошкольного возраста интерес к играм-этюдам, необходимо проводить их два раза в неделю. Продолжительность игры соответствует возрасту детей: в средней группе - 20-25 минут.

Игры-этюды предлагаются и разучиваются с детьми в порядке возрастания требований к поведению ребенка в группе. Так, если в начале от

ребенка требуется одновременное и одинаковое действие («Ну и каша!», «Теплую водою»), то затем предлагаются игры-этюды, в которых нужно действовать по очереди, небольшими группами («Куклу кормили?», «Кто скорее допьет?», «Зеркало» и т.д.). Взрослый не только вносит новую игру, но и служит для детей образцом выполнения игровых действий и движений. Держась свободно и артистично, он заражает детей своей увлеченностью, весельем, создает эмоциональный настрой. Постепенно, при неоднократном проведении игры-этюда, дети начинают выполнять движения самостоятельно.

Для правильной организации игр-этюдов с детьми рекомендуется учитывать следующие принципы.

1. Содержательность игр, разнообразие тематики.
2. Ежедневное включение игр-этюдов во все формы организации педагогического процесса, что делает их такими же необходимыми, как дидактические и сюжетно-ролевые игры.
3. Максимальная активность детей на всех этапах подготовки и проведения игр.
4. Сотрудничество детей друг с другом и со взрослыми.
5. Подготовленность и заинтересованность воспитателей.

Рассмотрим некоторые игры-этюды для детей среднего дошкольного возраста, разработанные совместно с педагогом Н.И. Клементьевой.

Игра-этюда «Я сама!»

Педагог читает детям стихотворение и предлагает движениями изобразить то, о чем в нем говорится. Затем педагог и ребенок читают стихотворение по ролям.

- Давай будем одеваться...

- Я сама! Я сама!

(Ребенок одевается.)

- Пойдем, будем умываться...

- Я сама! Я сама!

(Умывается.)

- Ну идем, хоть причешу я.

- Я сама! Я сама!

(Причесывается.)

- Ну давай, хоть накормлю я.

- Я сама! Я сама!

(Делает вид, что жует.)

Вопросы к детям: Правильно ли поступает девочка? Почему вы так решили? А как вы поступаете, когда вам предлагают помощь?

Игра-этюд «Купание»

Педагог вносит игрушку поросенка, маленькое корыто, большой таз, мочалку, детское ведерко, ковшик. Читает стихотворение и предлагает детям с помощью мимики, жестов изобразить эмоциональное состояние героев. Педагог и дети вместе инсценируют стихотворение, используя мимику и жесты.

Педагог: Визжит поросенок...

Поросенок (ребенок с куклой): Спасите! (Глаза широко раскрыты, рот полуоткрыт, резко машет руками.)

Педагог: Купают его в корыте.

Он в луже не прочь помыться,

А мыльной воды боится.

А в кухне купают Олю.

Воды ей нагрели вволю.

Но Оля кричит...

Оля: Уйдите!

Мочалкой меня не трите!

Я голову мыть не стану!

Не буду садиться в ванну!

(Лоб сморщен, нижняя губа оттопырена, голова опущена, сердитый взгляд.)

Педагог: Вот оба они помыты,

Надуты, слегка сердиты,

С коленок отмыты пятна,
Купаться было приятно...

Ребенок: Чего же ты, Оля, кричала?

Педагог: И Оленька отвечала...

Оля: Кричал поросенок Тошка,
А я помогала немножко!

Вопросы к детям: Почему кричала Оля? Правильно она поступила? А как надо было? Кто покажет, как надо было поступить?

Игра-этюд «Вкусная каша»

Педагог вносит шапочки гусей, цыплят, синиц, собачки и кошки. Читает стихотворение «Вкусная каша» З.Александровой. Затем педагог и дети вместе инсценируют его.

Педагог: Как из гречки
Где варилась? В печке.
Сварилась, упрела,
Чтоб Оленька ела,
Кашу хвалила,
На всех разделила.

(Добрая улыбка, ласковый взгляд.)

Оля: Досталось по ложке
Гусям на дорожке,
Цыплятам в лукошке,
Синицам в окошке.
Хватило по ложке
Собаке и кошке.

(Неторопливыми движениями раздает из воображаемого чугунок кашу гусям, цыплятам, синицам, собаке и кошке, ест сама.)

Педагог: И Оля доела
Последние крошки!

Игра-этюд «Митя и рубашка»

Педагог вносит рубашку Мити-Замарашки. Показывает детям.

- Дети, как вы думаете, чья эта рубашка? Как можно назвать такого мальчика? Как вы думаете, почему рубашка стала такой? Послушайте стихотворение Э.Мошковой «Митя и рубашка».

Педагог читает стихотворение. Затем предлагает детям инсценировать его.

Педагог: Это Митина рубашка.

Ребенок: На, рубашка, простоквашку!

Педагог: Съела маслица она,
Съела кашку из пшена

И подливку из барашка...

Выразительные движения: ребенок рассматривает свои грязные руки, вытирает их о свою одежду.

Ребенок: Ты сыта, моя рубашка?

Вопросы к детям: Как надо есть за столом? Кто покажет Мите, как надо есть?

Игра-этюд «Мальчик Петя»

Педагог читает:

Мальчик Петя поздно встал –
Просыпаться тяжело.
Умываться он не стал –
Он ведь замарашка.

Просит детей высказать свое отношение к поведению Пети. Спрашивает: «Есть ли среди вас такие замарашки?» Дети высказываются; с помощью движений и мимики изображают Петю.

Выразительные движения: капризная гримаса на лице, брови опущены и сдвинуты, голова наклонена вниз, рассматривает свои руки..

Игра-этюд «Уши»

Педагог вносит халат доктора, читает стихотворение Э.Мошковой «Уши» и предлагает изобразить эмоциональное состояние детей и с помощью

мимики, жестов и интонации. Педагог и дети вместе инсценируют стихотворение.

1-й ребенок: Доктор, доктор,
Как нам быть:
Уши мыть
Или не мыть?

2-й ребенок: Если мыть,
То как нам быть:
Часто мыть
Или пореже?

Педагог: Отвечает доктор...

Доктор: ЕЖЕ-

Педагог: Отвечает доктор...

Доктор: ЕЖЕ-

Педагог: Отвечает доктор гневно:

Доктор: ЕЖЕ-

ЕЖЕ-

ЕЖЕДНЕВНО!

Выразительные движения детей: внимательный взгляд устремлен на доктора, они заинтересованно смотрят на доктора.

Выразительные движения доктора: нахмуренные брови, сердитый взгляд, устрашающая интонация голоса.

Игра-этюд «Приходите, поглядите»

Педагог вносит детский фартук, игрушечную метлу. Читает стихотворение «Приходите, поглядите» Е.Благиной. Предлагает определить характер литературного персонажа и изобразить его с помощью мимики, жестов, движений и интонации.

Педагог: Метлу взяла

И двор подмела.

Девочка: Всюду нос метла совала,

Но и я не отставала –
От сарая до крыльца
Танцевала без конца.
Приходите, поглядите,
Хоть сориночку найдите.

Выразительные движения: уверенные взмахи метлой, доброе выражение лица, улыбка, выразительная интонация.

Игра-этюд «Танечка-хозяйка»

Педагог вносит мягкую игрушку зайчика, фартук, косынку для Танечки-хозяйки, тазик тряпку. Читает стихотворение «Танечка-хозяйка» Н.Глазковой и предлагает определить, что чувствует Танечка в начале и в конце стихотворения. Когда дети называют эмоции, которые испытывает Танечка, педагог предлагает им изобразить настроение героини с помощью мимики, жестов, движений, выразительной интонации.

Педагог: Нынче Танечка – хозяйка

И хлопчет день-деньской.
Отложила в угол зайку
И сказала...

Таня: Спи, косой!

Педагог: Тянет тряпку из комода,

Из кладовки тащит таз.
Окуная тряпку в воду,
Ненароком облилась.

Таня: Ты не смейся, глупый зайка!

Поджидай себе обед...
Ох, и трудно быть хозяйкой,
Если мамы дома нет!

Выразительные движения:

1 – сосредоточенный взгляд, уверенные движения, ласковая речевая интонация.

2 – сердитый взгляд, резкая жестикуляция, недовольная интонация.

Игра-этюд «Как у нашей Ирки»

Педагог читает стихотворение «Как у нашей Ирки» Е.Благиной и предлагает определить характеры девочек. Дети высказывают свое отношение к поступкам персонажей стихотворения и изображают их с помощью мимики и жестов.

Педагог: Как у нашей Ирки

На чулках по дырке!

Почему,

Почему

На чулках по дырке?

1-й ребенок: Потому что неохота

Штопать нашей Ирке.

(Неряшливый вид: пуговицы расстегнуты, волосы растрепаны, чулки в дырках, сандалии не застегнуты. Выражение лица растерянное).

Педагог: Как у нашей Натки

Штопка на пятке!

Почему,

Почему

Штопка на пятке?

2-й ребенок: Потому что неохота

Быть неряхой Натке.

(Одежда у девочки опрятная, она аккуратно причесана; на лице улыбка, уверенный взгляд).

Остальные игры-этюды на литературном материале организуются аналогичным образом.

Перспективное планирование использования игр-этюдов в развитии культурно-гигиенических умений и навыков у детей среднего дошкольного возраста представлено в приложении к статье.

Необходимо подчеркнуть, что особенность развития современного дошкольника такова, что он стремится сочетать несколько привлекающих его видов деятельности. Это наводит на размышление о возрастающей роли совместной деятельности с детьми интегрированного характера, где объединяются и разнообразные виды детской деятельности, и специфические виды деятельности, и разнообразные темы, которые представлены в опыте ребенка.

Перспективное планирование игр-этюдов в развитии культурно-гигиенических умений
и навыков у детей среднего дошкольного возраста

| Месяц | Задача | Название игры-этюда | Материал | Связь с другими образовательными областями |
|----------|--|--|---|--|
| Сентябрь | Мониторинг: – диагностическая игра «Правила Чистюли»; – система наблюдений. | | | |
| Октябрь | Обретать опыт снимать зажатость и скованность, а также согласовывать свои действия с другими детьми. | «Куклу кормили?» «Ну и каша!» | Игрушки: кукла, медведь, заяц, собака. Подушки на пол. | Оздоровительная гимнастика: массаж ушей, лица. |
| | Развивать интерес к сценическому искусству. Развивать умение пользоваться жестами. | «Маша и каша» | Стол, стул, тарелка, ложка, чашка. | Украшение пластиковых тарелок. |
| | Продолжать развивать умение правильно пользоваться ложкой и вилкой. Учиться есть аккуратно | «Кто скорее допьет?» | Стол, стул, чашка, мисочка, чайник, маска кошки, наряд для мамы. | Игры-эстафеты «Кто быстрее» |
| Ноябрь | Продолжать развивать интерес к | «Теплою водою» | Картинки на «липучке»: | Рисование ладошек (обводка). |

| | | | | |
|---------|---|---------------------|---|---|
| | <p>сценическому искусству.</p> <p>Знакомить с видом театрального искусства: драматический.</p> <p>Развивать умение самостоятельно мыть руки и лицо.</p> <p>Учиться самостоятельно замечать свои грязные руки, лицо и мыть их.</p> | | лук, репа, картофель, морковь. | Аппликация «Замарашка». |
| | | «Замарашка» | Вырезанный из картона силуэт зеркала. | Рисование «Зеркало» (свободная деятельность). |
| | | «Зеркало» | | |
| | | «Мыло» | Игрушечное мыло. | Игры-экспериментирования с мыльной водой и пеной. |
| Декабрь | <p>Готовить детей к действиям с воображаемыми предметами.</p> <p>Развивать умение погружаться в воображаемую ситуацию.</p> <p>Учиться самостоятельно замечать беспорядок в причёске и устранять их с помощью расчески.</p> <p>Продолжать развивать умение</p> | «Уж я косу заплету» | Кукла с длинными волосами, расческа, бант | а) Сюжетно-ролевая игра «Семья»; |
| | | «Где мой пальчик?» | Варежка | б) Ручной труд «Плетение косичек из шерстяных ниток». |
| | | «Мне уже 4 года» | Пальто, ботинки, щетка, рубашка или кофта | Пальчиковые игры. |
| | | | | а) Лепка: «Девочка в зимней одежде»; |
| | | | | б) Рисование: «Снегурочка». |

| | | | | |
|---------|--|----------------------|---|--|
| | бережно и аккуратно относиться к одежде. | «Завяжу потуже шарф» | Шарф | Декоративная аппликация «Украсим шарфик» |
| Январь | Воспитывать доброжелательность и коммуникативность в отношениях со сверстниками. Развивать интонирование, умения пользоваться различными интонациями, произнося фразы грустно, радостно. По напоминанию убирать игрушки на место, бережно обращаться с ними. | «Братишки» | Две книги: одна новая, другая мятая и рваная. | Конструирование из бумаги: «Книжка» (атрибуты к игре). |
| | | «Подружки» | Воздушный шарик. | А) Игры с воздушными шарами; б) Аппликация «Воздушные шары». |
| | | «Я сама!» | Платье, полотенце, расческа, тарелка, ложка. | Сюжетно-ролевая игра «Семья». |
| Февраль | Развивать навыки действия с воображаемыми предметами. Развивать умение использовать разнообразные жесты. | «Ножками потопали» | Подушки на пол. | Утренняя гимнастика (общеразвивающие упражнения). |
| | | «Вечером» | Игрушечная посуда: кастрюля, поварешка, | А) Сюжетно-ролевая игра «Семья»; б) Пальчиковая гимнастика «Сорока- |

| | | | | |
|------|---|------------------------|--|--|
| | Продолжать развивать умение пользоваться салфеткой. | | тарелка, ложка. | белобока». |
| | Закреплять умение правильно пользоваться ложкой и вилкой. | «Просто объеденье!» | Салфетки, игрушечная чашка и тарелка. | А) Лепка: «Посуда» (чашка, тарелка); б) Рисование: «Салфетка» (атрибуты к игре). |
| | | «Ай да суп!» | Игрушечная посуда: три тарелки, три ложки. | А) Аппликация: «Украшение тарелки овощами»; б) Изготовление масок-шапочек: морковь, лук, петрушка, картофель. |
| Март | Развивать способность перевоплощения в воображаемой ситуации, «превращать» предметы. Продолжать знакомить с видом театра: кукольный. | «Уши» | Кукла би-ба-бо Доктор. | А) Рисование: «Доктор» (строгий); б) Сюжетно-ролевая игра «Доктор». |
| | | «Солнце рано утречком» | | Подвижная игра «Солнышко». |
| | Продолжать развивать умение самостоятельно | «Гном» | Кукла би-ба-бо Гном. | А) Рисование «Гном»; б) Лепка «Гном». |

| | | | | |
|--------|---|------------------------|--|--|
| | замечать свои грязные руки, лицо и мыть их. Закреплять умение самостоятельно мыть руки, лицо и уши. | «Мыло» | Игрушечное мыло. | Игры-экспериментирования с мыльной водой и пеной. |
| Апрель | Воспитывать культуру поведения в театре. Знакомить детей с устройством театра, зрительного зала и сцены. Продолжать обогащать представления об обуви, учить различать обувь на правую и левую ногу, правильно надевать ее. Закреплять умение одеваться и раздеваться в определенном порядке. | «Вот как Галю одевали» | Маски-шапочки (бычок, сверчок, собака, козленок, синица, кот), ботинки, шапка, шубка, рукавички. | А) Коллективная аппликация: «Помощники Гали»; б) Рисование: «Девочка в одежде». |
| | | «Одевали малыша» | Кукла-пупс, простынка, распашонка, ползунки, игрушечный кот. | Сюжетно-ролевая игра «Дочки-матери». |
| | | «Пожалуйста нас!» | Кукла, носки для куклы, ботинки, мяч. | Обводка стоп ног. |

| | | | | |
|-----|---|------------------------------------|---|---|
| | | «Мальчик стричься не желает» | Кресло, фартук «парикмахера» , игрушечные ножницы, парик, платье. | А) Сюжетно-ролевая игра «Парикмахерская»; б) Рисование головы с длинными волосами. |
| Май | Развивать игровое творчество. Развивать умение использовать разнообразные жесты при показе сюжета стихотворения. Продолжать развивать умение убирать игрушки на место, бережно обращаться с ними. | «Лошадка» | Кукла би-ба- бо: мальчик; игрушка- лошадка. | Рисование лошади (трафарет). |

Деркунская Вера Александровна — кандидат педагогических наук, доцент кафедры дошкольной педагогики Института детства Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена, г. Санкт-Петербург

**Организация проектной деятельности детей дошкольного возраста
в детском саду в условиях здоровьесберегающего сопровождения.**

При всей своей популярности проектная деятельность дошкольников остается наиболее запутанным видом совместной деятельности взрослых и детей. В статье раскрывается специфика проектной деятельности детей дошкольного возраста, описывается технология ее организации в детском саду, приводится примерная тематика проектов для разных возрастных групп.

Ключевые слова: проектная деятельность, организация проектной деятельности детей дошкольного возраста, позиция воспитателя в проектной деятельности, продукт проектной деятельности, примерная тематика детских проектов.

Проектная деятельность — это разнообразные, основанные на текущих и перспективных интересах ребенка виды самостоятельной деятельности, поведения и опыта. Проектная деятельность базируется, с одной стороны, на взаимодействии со взрослыми, а с другой — на постоянно расширяющихся самостоятельных действиях ребенка (собственных пробах, поиске, выборе, манипулировании предметами и действиями, конструировании, фантазировании, наблюдении-изучении-исследовании).

Проектная деятельность — это создание воспитателем таких условий, которые позволяют детям самостоятельно или совместно со взрослым открывать новый практический опыт, добывать его экспериментальным, поисковым путем, анализировать и преобразовывать. «Каждый узнает лишь то, что сам пробует сделать» — писал Песталоцци. В проектной деятельности ребенок чувствует себя субъектом, поскольку получает возможность быть самостоятельным, инициативным, активным деятелем, который ответственен за опыт своей деятельности, свои поступки.

Суть проектной деятельности — активизировать и поддерживать интерес детей к обозначенным в данной деятельности проблемам. В основе проектной деятельности лежит развитие познавательных интересов детей, умение самостоятельно применять полученные представления в типичных ситуациях, ориентироваться в информационном пространстве, восполнять недостающие знания и обретать умения. Проектная деятельность стимулирует надситуативную активность, что означает стремление ребенка к углублению в проблему.

Руководство проектной деятельностью ведет к изменению позиции педагога. Из транслятора готовых знаний он превращается в организатора познавательной деятельности своих воспитанников и помогает ребенку приобретать универсальные культурные способы действий (умения), универсальные компетентности, помогающие действовать во всех обстоятельствах жизни и деятельности.

Проектную деятельность или метод проектов от других методов организации педагогического процесса в дошкольном образовательном учреждении отличает следующее:

- практическое применение детьми имеющихся знаний и умений;
- нежесткое формулирование задач, их вариативность, повышающие самостоятельность и творчество дошкольников;
- интерес к деятельности, приносящей публичный результат, личная заинтересованность в нем.

Проектная деятельность включает в себя:

- задание для детей, сформулированное в виде проблемы;
- целенаправленную детскую деятельность;
- формы организации взаимодействия детей с воспитателем и друг с другом;
- результат деятельности как найденный детьми способ решения проблемы проекта.

Проектная деятельность дошкольников может быть познавательно-исследовательского, игрового и творческого характера. По продолжительности проекты бывают краткосрочными (от одной недели до нескольких месяцев) и долгосрочными (от полугода до нескольких лет).

Для детей младшего дошкольного возраста характерны небольшие по продолжительности и простые по результату продуктивной деятельности тематические мини-проекты, организуемые чаще при участии родителей или совместно с родителями. Для детей старшего дошкольного возраста проектная деятельность становится более продолжительным занятием, она может активно развиваться, приостанавливаться на какое-то время и снова нарастать по мере активности детей.

Метод проектов включает в себя несколько этапов, выделенных Н.Ю. Пахомовой, и только при их соблюдении можно говорить о том, что в детском саду реализуется проектная деятельность:

Погружение в проект.

Организация деятельности.

Осуществление деятельности.

Презентация результатов.

Новая форма работы закономерно влечет за собой изменение в профессиональном взаимодействии взрослого и ребенка. Педагог:

- переходит от трансляции готовых знаний к инициированию поисковой активности воспитанников, совместному поиску решения поставленной или обнаруженной ими проблемы;
- помогает детям самостоятельно найти решение, «открыть» новое знание и присвоить его на уровне опыта. В ходе выполнения проекта дети учатся самостоятельно искать информацию, делать выводы, подбирать способы изложения найденного материала для сверстников, младших детей.

Рассмотри более подробно этапы проектной деятельности и сущность выполняемых действий со стороны воспитателя и детей в ее условиях (см. табл.).

Сущность взаимодействия детей и воспитателя на каждом этапе проектной деятельности

| Воспитатель | Дети |
|---|---|
| Погружение в проект | |
| Формулирует проблему проекта, сюжетную игровую ситуацию, цель и задачи. Вводит детей в проблему, активизируя интерес к ней, «заражая» стремлением решить ее | Осуществляют присвоение проблемы на личном уровне, вживаются в ситуацию, принимают, уточняют и конкретизируют цели и задачи предстоящей деятельности |
| Организация деятельности | |
| Создает условия для самостоятельной деятельности детей. Предлагает и организует (помогает): группы детей; распределение ролей, ответственности; планирование детской деятельности по решению | Осуществляют распределение по группам с помощью взрослого. Распределяют роли, ответственность. Планируют свою работу и работу всех участников проекта. Выбирают формы и способы презентации |

| | |
|--|--|
| задач проекта; предполагаемые формы презентации результатов, итогов работы | полученных результатов |
| Осуществление деятельности | |
| <p>При косвенном участии: при необходимости консультирует, отвечает на вопросы, подсказывает, советует; деликатно контролирует; обогащает знания детей, повышает их эрудицию; репетирует с детьми презентацию, обсуждает, помогает</p> | <p>Активно и самостоятельно при косвенном участии воспитателя: выполняют свою работу в рамках выбранной роли и ответственности; консультируются, задают вопросы, ищут поддержки и положительного подкрепления; добывают необходимые и недостающие знания; фантазируют; готовят презентацию</p> |
| Презентация результатов | |
| <p>Обобщает полученные результаты проекта и подводит его итоги. Оценивает умения детей и совместную деятельность дошкольников. Поощряет каждого участника, подобрав ему свою номинацию</p> | <p>Демонстрируют: понимание проблемы, цели и задачи; умение планировать и осуществлять работу; найденные способы решения проблемы; самоанализ деятельности и ее результата; взаимную оценку в деятельности, способность выбрать лучших участников</p> |

Самое сложное в проектной деятельности для воспитателя — это обозначить и сформулировать проблему для детей таким образом, чтобы они захотели ее решить,

чтобы у них возник интерес к исследовательскому и творческому поиску. Об этом стоит серьезно задуматься на предварительном этапе.

Продукт проектной деятельности дети предложат сами, как только произойдет погружение в проблемную ситуацию. Для воспитателя главное — поддержать активность детей, помочь ей развернуться и развиваться самостоятельно.

В отличие от проектной деятельности школьников, где больший упор делается на исследовательскую активность учащихся, проектная деятельность дошкольников более разнообразна и вариативна. Она допускает элементы фантазирования и творчества, обязателен игровой контекст, учитывая возраст и опыт детей, ведущий вид деятельности.

Представим примерную тематику детских проектов в разных возрастных группах детского сада (на примере образовательных областей «Здоровье» и «Безопасность»).

Младшая группа

Основные новообразования возраста: опыт освоения предметного мира и простейших манипуляций с предметами; развитие наглядно-действенного мышления; возникновение новых социальных мотивов — войти в жизнь взрослых, пользоваться их предметами, действовать с ними как взрослые; образование системы «Я» и развитие потребности действовать самому.

Ведущий вид деятельности: предметная и предметно-манипулятивная.

Тематика краткосрочных и мини-проектов с детьми четвертого года жизни (совместно с родителями):

- Эти разные и полезные щетки (выставка щеток с последующим накоплением опыта манипуляций с ними).
- Мыло (создание коллекции мыла с последующим накоплением опыта его применения).
- Надо, надо умываться (создание алгоритма мытья рук для куклы Кати или девочки чумазой).
- Хлеб-соль (как с пользой для здоровья употреблять хлеб).
- Зонты и зонтики.

- Варезки, перчатки.
- Как одеться по погоде (создание коллекций сезонной одежды с пользой для здоровья).
- Такая разная обувь.
- Наши любимые игры (пальчиковые, подвижные, физкультминутки).
- Я катаюсь на качелях.
- Любимая еда в детском саду и дома.
- Фрукты.
- Овощи.
- Аккуратно, мебель!

Создание коллекций в рамках проектной деятельности в младшем дошкольном возрасте отвечает ведущей деятельности детей — предметной и предметно-манипулятивной. Создание коллекций — это возможность познания ребенком предмета, его сенсорной стороны, разнообразных свойств и качеств, знакомство с разнообразием предметного мира в рамках одной темы или одного предмета. Учитывая возраст детей и небольшой опыт деятельности и представлений об окружающем, следует говорить о детско-родительском коллекционировании. Такой подход в свою очередь позволяет ребенку активно взаимодействовать с другими детьми и взрослыми, создает доброжелательную атмосферу в группе детского сада и в семье, поскольку совместная деятельность сближает родителей с ребенком.

Коллекционирование как продуктивная проектная деятельность позволяет по-новому взглянуть на обогащение предметно-развивающей среды в группе детского сада. Воспитатель имеет возможность обращаться к детской коллекции (выставке), решая разнообразные задачи воспитания и развития детей. Тематическая коллекция может стать опорой для педагога в организации познавательно-речевой и художественно-эстетической деятельности, в организации здоровьесбережения и социально-нравственном воспитании.

Средняя группа

Основные новообразования возраста: освоение социальных ролей и связей, социальных отношений; развитие наглядно-образного мышления; развитие способности к замещению и пространственному моделированию; развитие

познавательных интересов; развитие произвольности в эмоциональной сфере; появление новых социальных мотивов — заниматься общественно значимой и общественно оцененной деятельностью.

Ведущий вид деятельности: игровая (сюжетно-ролевая игра).

Примерная тематика проектов:

- Идем к врачу.
- Как проверить и сохранить слух.
- Утром дома (правила умывания, закаливания, выполнение зарядки, прием пищи).
- Научим (какой-то игровой персонаж) соблюдать режим дня, умываться, правильно принимать пищу, полоскать рот после еды, чистить зубы и т.п.
- Полезно-вредно для наших зубов.
- Опасно-безопасно.
- Книга здоровья нашей группы.
- Острые предметы в наших руках: будь осторожен!
- Правила поведения в автобусе.
- Мы — пешеходы.

Старшая и подготовительная к школе группы

Основные новообразования возраста: опыт осознания своей внутренней жизни, своих чувств и переживаний (самолюбие и самооценка, самосознание); стремление к разностороннему общению; развитие логического и понятийного мышления; соподчинение мотивов деятельности и начало формирования индивидуальной мотивационной сферы; компетентность; освоение новой социальной позиции.

Ведущий вид деятельности: игровая и продуктивная полидеятельность, учебная и исследовательская деятельность.

Примерная тематика проектов:

- Что внутри у человека? (Создание буклета или дидактического плаката).
- Азбука здоровья.
- Зимние и летние виды игр, или Во что поиграть зимой и летом? (Картотека игр).
- Как увидеть красивые сны?
- Хочу быть спортсменом.

- Энциклопедия спорта.
- Чистота в нашей группе.
- Осторожно, незнакомец!
- Ядовитые растения и ягоды (создание дидактической игры).
- Стоп: крыши, деревья, люки! (Создание правил безопасного поведения).
- Детская площадка: качели, горки, карусели, спортивные снаряды.
- Правила катания на велосипеде, роликах, самокате.
- Знаки дорожного движения (изготовление знаков дорожного движения).
- Осторожно, пешеход.
- Что и как мы едим?
- Создаем меню для малышей.
- Наши друзья — витамины.
- Где искать витамин С?
- Накорми меня правильно, или Книга полезных советов.
- Сладкое и полезное (выпуск стенгазеты).

В условиях проекта «Сладкое и полезное» у дошкольников развиваются умения определять полезные продукты, значимость их потребления для здоровья человека, применять имеющиеся знания в практических житейских ситуациях (например, при приготовлении блюд). Проект предполагает организацию следующих видов деятельности: беседы «Полезная и вредная пища», «Бывает ли сладкое полезным?»; чтение художественной литературы (Т. Собакин «О пользе овсяной каши», Г. Ладонщиков «Лето в разгаре», Ф. Алхазова «Ягоды»); дидактическая игра «Витаминная семейка»; подготовка презентации (подбор стихотворения, составление сценария); оформление «Книги рецептов»; приготовление салатов из сладких блюд; работа в практических тетрадях («Определи составные продукты для салата здоровья»); дегустации с последующей оценкой и самооценкой деятельности ребенка; фотовыставка «С мамой вместе»; выполнение домашнего задания; встреча с поваром.

При подведении итогов проекта проводится беседа, направленная на систематизацию и обобщение полученных представлений. Дети выпускают стенгазету или тематический номер газеты.

В заключение статьи хочется подчеркнуть, что детские проекты — это деятельность, в которой много детей, а не взрослых, и у которой есть конкретный продукт, позволяющий дошкольникам увидеть и ощутить ценность собственных усилий и действий, знаний и творчества.

Литература

1. *Волкова М.С.* Деятельностно-ценностные задачи в проектной деятельности младших школьников // Педагогические технологии. 2011. № 2. С. 58–63.
2. *Деркунская В.А.* Проектная деятельность // Успех. Совместная деятельность взрослых и детей: основные формы: Пос. для педагогов / О.В. Акулова, А.Г. Гогоберидзе и др. М.: Просвещение, 2012. С. 108–127.
3. *Деркунская В.А.* Проектная деятельность дошкольников. М., Центр педагогического образования, 2018.
4. *Крылова Н.Б.* Проектная деятельность школьников и новые задачи педагогов // Дополнительное образование и воспитание. 2007. № 3. С. 9–15.
5. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования: Учеб. пос. для студентов пед. вузов и системы повыш. квалиф. пед. кадров / Под ред. Е.С. Полат. М.: Изд. центр «Академия», 2005.
6. *Пахомова Н.Ю.* Метод учебного проекта в образовательном учреждении: Пос. для учителей и студентов педагогических вузов. М.: АРКТИ, 2003.
7. Проектный метод в деятельности дошкольного учреждения: Пос. для руководителей и практических работников ДОУ / Авт.-сост.: Л.С. Киселева, Т.А. Данилина и др. М.: АРКТИ, 2011.
8. *Романовская М.Б.* Метод проектов в учебном процессе: Метод. пос. М.: Центр «Педагогический поиск», 2006.

Деркунская Вера Александровна — кандидат педагогических наук, доцент кафедры дошкольной педагогики Института детства Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена, г. Санкт-Петербург

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РЕБЕНКА В ДООУ: СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ ДЛЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

В лекции раскрывается специфика такой формы совместной деятельности взрослого и ребенка как ситуационная задача. Ситуационный подход в современной педагогике сегодня становится одним из актуальных и перспективных, поскольку нацелен на становление у ребенка компетентности как результата образования. Преимущество предложенных ситуационных задач заключается в том, что они отвечают социальной ситуации развития и ведущему виду деятельности детей 5-7 лет и позволяют аккумулировать ребенку имеющийся у него багаж знаний и представлений, умений, опыт об окружающем мире. Предлагаемые задачи вариативны и могут использоваться воспитателем как непосредственно образовательная деятельность нового типа, как индивидуальная работа, как совместная деятельность в режиме дня, как один из методов мониторинга по освоению ребенком основ здорового образа жизни.

Ключевые слова: ребенок как субъект деятельности и поведения; субъектность; задачный подход; ситуационная задача; логика и этапы ситуационной задачи; речевые клеше, примерные конспекты занятий с детьми старшего дошкольного возраста, основанные на ситуационных задачах.

Проблема воспитания ребенка-дошкольника как субъекта детских видов деятельности и здоровьесберегающего поведения активно возрастает в связи с интенсивным развитием у современного ребенка субъектных свойств и качеств, к которым относятся активность, инициативность, наличие интересов и мотивации к избираемым видам деятельности, самостоятельность и стремление сделать так, как задумано самим ребенком, оценить качество достигнутого результата.

Выраженная субъектность дошкольников требует изменения позиции взрослых в педагогическом процессе дошкольного образовательного учреждения, поиска новых форм организации воспитания, обучения и развития детей. Одним из таких вариантов может быть задачный подход в воспитании и развитии детей дошкольного возраста.

Возникновение задачного подхода в образовании тесно связано с формированием компетентности у учащихся как нового качества результата общего образования. Задача как единица педагогического процесса требует от ребенка не только знаний, умений и навыков, а самое главное – развитой способности применять их, анализировать и оценивать результат предложенного решения. Решая задачи или проблемные ситуации, основанные на задачах, дети воспринимают знания без отрыва от жизни, не разобщиено, а целостно, легче и эффективнее осваивая их.

Специфика ситуационной задачи заключается в том, что она носит ярко выраженный практико-ориентированный характер. Поэтому с одной стороны в ее решении ребенок использует имеющиеся у него знания, умения и навыки, а с другой – совершая поисково-практические действия, самостоятельно открывает новое знание, приобретает новые умения.

Еще одно преимущество ситуационных задач – это возможность интеграции в одной задаче разнообразного содержания. Современные дошкольники обладают очень развитой способностью и стремлением комбинировать разнообразные впечатления жизни и способы деятельности в решении возникшей проблемы, ситуации, задаче, они мыслят вариативно и широко.

Логика ситуационной задачи выглядит следующим образом: ознакомление-понимание-применение-анализ-синтез-оценка.

Ядром задачи становится проблемный вопрос, решая который ребенок становится создателем, обретает позицию деятеля, преобразователя, что крайне важно для современных детей и полностью отражает специфику субъектности дошкольника. Самое важное, чтобы задача была интересна ребенку, находила у него живой отклик, вызывала яркую эмоциональную реакцию, удивление.

Ситуационные задачи могут быть разных типов. Так, например, возможно построение задач на основе программного содержания по разделам, методических рекомендаций к его реализации. Возможно создание практико-ориентированных

задач, требующих экспериментирования и прикладных действий от дошкольников. Задачи могут возникнуть из реальной жизни, из условий происходящего с детьми на улице, в помещении, дома и т.п. А могут быть задачи на применение знаний, умений и навыков на значимом для ребенка материале (развитие речи, математические представления, экология и др.).

Рассмотрим классификацию ситуационных задач, предложенную Л.С. Илюшиным и помогающих воспитывать ребенка как субъекта здоровьесберегающей деятельности в условиях совместной деятельности с детьми или самостоятельной деятельности дошкольников при косвенном помогающем участии взрослого. В предложенной классификации представлены речевые клише, которые становятся началом ситуационной задачи для ребенка. Учитывая особенности психологии детей дошкольного возраста и их познавательной деятельности лучше всего использовать наглядность: тематические картинки, фотографии, рисунки детей, дидактические игры, модели.

Ознакомление:

- назови основные части тела человека, основные моменты режима твоего дня и т.п.
- сгруппируй...
- составь классификацию (разложи, объедини)...
- расположи в определенном порядке...
- перескажи...
- вспомни и расскажи, выложи с помощью моделей...

Понимание

- объясни причины того, что...
- что ты будешь делать в этом случае (если чего-то не будет)...
- покажи связи, установи связи...
- что будет дальше, как ты думаешь...
- расскажи так, чтобы тебя понял инопланетянин или сказочный персонаж...
- приведи пример того, что...
- составь режим дня для малышей (своего маленького братика, сестрички)...

- из взрослых ты остался один в садике, составь меню для маленьких детей (своего маленького братика, сестрички)...

Применение

- изобрази как это будет...
- смоделируй ситуацию...
- предложи способ, позволяющий...
- сравни и объясни разницу или общее...
- давай проведем эксперимент, попробуем узнать, чистый или грязный воздух в нашей группе...
- давай проведем эксперимент, подтверждающий что...
- объясни младшему брату или сестренке как себя вести, что делать в этой ситуации...

Анализ

- составь правила здоровья или правильного поведения на улице, если бы ты был мылом, зубной щеткой, машиной, светофором и т.д.
- разложи по группам, по ячейкам картинки...
- сравни вкусы, запахи, тактильные ощущения в этом и вот этом случае, как ты обобщишь их...
- найди ошибку (в сказке, сюжетной картинке, этом рисунке, и т.д.)...
- послушай, пожалуйста, один персонаж говорит так..., а второй по-другому, вот так..., чье мнение тебе правильнее, больше тебе понятно, с кем из персонажей ты согласен...

Синтез

- предложи новый вариант светофора, чтобы не было аварий, новый вариант зарядки, чтобы взбодриться, новые правила поведения в группе, в природе, на улице и т.п.
- найди необычный способ для того, чтобы научить маленького ребенка (брата, сестренку) мыть руки, умывать лицо, вытирать руки насухо полотенцем, полоскать рот после еды, не бежать по лестнице, не толкаться и т.п.
- придумай игру, которая...
- покажи или расскажи, что будет с куклой, твоим любимым игровым персонажем, если не лечить его, если не будет мыть руки и лицо, расчесываться, следить за собой, спать днем, убирать игрушки...

- представь, что ты самый умный, самый-самый всезнайка, что ты скажешь по этому поводу... (выскажи свое мнение).

Оценка

- какое из решений, предложенных ребятами, на твой взгляд, самое лучшее, самое правильное, самое полезное для здоровья...
- что в этом решении тебе не очень нравится, понятно, заставляет задуматься...
- проверь, стал ли воздух в нашей группе чище, вымыли ли ребята руки, вытерли ли их полотенцем, чисто ли в группе...
- как узнать накормлены ли рыбки, попугай...сыт ли ты сам...
- как узнать, правильно мы сделали или нет...

Предложенная классификация ситуационных задач может быть использована так же в условиях занятий с детьми дошкольного возраста. Такое занятие строится как цепочка задач, где сохраняется обозначенная логика. Очень удобно использовать такие занятия на обобщающем или закрепляющем этапе обучения, когда воспитатель имеет возможность проверить качество приобретенных детьми знаний, умений и навыков, способность переносить их в самостоятельную деятельность.

Рассмотрим несколько примеров организации подобных занятий.

Конспект НОД «Где прячется здоровье?» с детьми старшего дошкольного возраста

Цели и задачи:

1. Формировать представления детей о зависимости здоровья от двигательной активности, закаливания и чистоты тела; уточнить знания о полезных свойствах воздуха с опорой на исследовательские действия. Учить избирательно относиться к рекламе.
2. Развивать познавательный интерес и речь.
3. Воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье.

Предварительная работа: рассматривание детских энциклопедий, беседы о здоровье, чтение литературы, загадывание загадок, просмотр телевизионных рекламных пауз.

Активизация словаря: физические упражнения, физкультура, воздух, дыхание, закаливание.

Методические приемы: художественное слово, ситуационные задачи, беседа, исследовательские действия, упражнения на дыхание, игра «Рекламный мячик», использование наглядности, физкультминутка, обращение к жизненному опыту детей.

Оборудование: модель солнца, рекламный мячик, емкость с водой, бутылочки по количеству детей, грамзапись для физкультурной минутки.

Ход:

Воспитатель:

- Ребята, у нас сегодня гости! Подойдите, поздоровайтесь с душой и сердцем. (Дети здороваются.)

Воспитатель:

- Знаете, вы ведь не просто поздоровались, вы подарили друг другу частичку здоровья, потому, что вы сказали: «Здравствуйте!» Здоровья желаю.

(Дети рассаживаются на стульчики.)

Воспитатель:

- Сегодня я хочу рассказать вам старую легенду:

«Давным-давно, не горе Олимп жили-были Боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали решать, каким должен быть человек?»

Один из Богов сказал: «Человек должен быть сильным». Другой сказал: «Человек должен быть здоровым». Третий сказал: «Человек должен быть умным». Но один из Богов сказал так: «Если все это будет у человека, он будет подобен нам». И решили они спрятать главное, что есть у человека – здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие – за высокие горы. А один из Богов предложил: «Здоровье надо спрятать в самого человека».

Так и живет с давних времен человек, пытаясь найти свое здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар Богов!

Воспитатель:

- Значит, здоровье-то оказывается спрятано и во мне, и в тебе, и в каждом из вас. Ребята, а вы чувствуете себя здоровыми? Что значит быть здоровым? (Ответы детей). А как ты считаешь? А ты здоров? Почему? (Ответы детей).

Воспитатель:

- Я открою вам маленький секрет! Наше здоровье можно сравнить с солнышком, у которого много лучиков, эти лучики живут в каждой клеточке вашего организма. Первый лучик вашего здоровья - это физические упражнения или физкультура.

(На модели солнца открывается первый лучик с изображением физических упражнений).

Воспитатель:

- Давайте подумаем, какую пользу приносят физические упражнения?

Дети:

- Укрепляют мышцы, закаляют организм, дарят нам бодрое хорошее настроение, прогоняют сон.

Воспитатель:

- А вы сами выполняете физические упражнения? Где и когда? (Ответы детей). Ребята, давайте покажем, как мы тренируем мышцы своего тела. Выбегайте, вставайте в круг.

Дети выполняют упражнения под музыку. Затем рассаживаются по местам.

Воспитатель:

- Кто зарядкой занимается, тот здоровья набирается. Как вы понимаете это выражение? (Ответы детей).

Воспитатель:

- Какие мышцы стали у вас? (Крепкие, сильные). Значит верно, говорят: «Силушка по жилушкам огнем бежит». Скажите мне, почему человек должен заниматься физкультурой?

Дети:

- Физкультура укрепляет здоровье человека.

Воспитатель:

-Чтоб больным не лежать, надо спорт уважать. Помните об этом дети.

Воспитатель:

- Чтобы узнать, как называется второй лучик нашего здоровья, я покажу вам фокус. Возьмите по бутылочке и загляните внутрь. Что там лежит? А у тебя что-то есть?

Сейчас мы увидим, кто там прячется! «Один, два, три - невидимка из бутылочки беги!» Опустите бутылочки в воду.

Опыт: дети опускают бутылочки в емкость с водой и нажимают на них.

Воспитатель:

- Что за невидимка сидел в бутылочке? (Воздух)

Воспитатель:

- Ребята, все мы знаем:

Без дыханья жизни нет,

Без дыханья меркнет свет.

Дышат птицы и цветы

Дышим он, и я, и ты.

- Давайте проверим, так ли это? Сейчас вы постараетесь глубоко вдохнуть и закрыть рот и нос ладошками.

Опыт: дети глубоко вдыхают и закрывают рот и нос ладошками.

Воспитатель:

- Что вы почувствовали? Почему не смогли долго быть без воздуха? (Ответы детей).

Воспитатель:

- Правильно! Это каждая клеточка вашего организма взбунтовалась – пришлите, пожалуйста, воздух, а то мы погибаем. Давайте, с вами выполним упражнение на дыхание.

Дети выполняют упражнения на дыхание:

1. «*Погремся*». Руки развести в стороны, затем быстрыми движениями скрестить их перед грудью, хлопнуть ладонями по плечам, произнести «у-х-х!».
2. «*Сердитый ежик*». Присесть ниже, обхватить голени, опустить голову, произнести звук «ф-р-р».
3. «*Заблудился в лесу*». Сделать вдох на выдохе прокричать «а-у-у».

Воспитатель:

- Скажите, пожалуйста, почему мы на зарядке выполняем дыхательные упражнения?

Дети:

-Чтобы наш организм обогатился кислородом.

Воспитатель:

- Правильно, ребята, воздух богатый кислородом, - это чистый свежий воздух. Так как же называется второй лучик здоровья? (Воздух)

(На модели солнца открывается второй лучик с изображением воздуха.)

Воспитатель:

- Послушайте пословицу: «Хочешь – не хочешь, а есть надо». Почему так пословица говорит? Зачем человеку еда? Как ты считаешь? (Ответы детей). Вы согласны?

Воспитатель:

- В магазинах продают много разных продуктов, если бы вас мама попросила сходить в магазин, смогли бы вы выбрать полезные продукты. Давайте поиграем в игру «Рекламный мячик» и узнаем, можно ли вам доверить домашнее хозяйство.

(Проводится игра).

Воспитатель:

- Желтая «Фанта» – напиток для франта.

Ребенок:

- Будешь «Фанту» пить, смотри, растворишься изнутри.

Воспитатель:

- В мире лучшая награда – это плитка шоколада.

Ребенок:

- В мире лучшая награда – это ветка винограда.

Воспитатель:

- Знайте дамы, господа «Сникерс» - лучшая еда.

Ребенок:

- Будешь кушать «Сникерс» сладкий, будут зубы не в порядке.

Воспитатель:

- Если много есть горчицы – полетишь быстрее птицы.

Ребенок:

- Если много есть горчицы, будешь злей самой волчицы.

Воспитатель:

- Я собою очень горд, я купил сегодня торт.

Ребенок:

- Фрукты, овощи полезней, защищают от болезней.

Воспитатель:

- В благодарность «Пепси-Коле» самым умным будешь в школе.

Ребенок:

- Вкус обманчивый порой – молоко пей, дорогой.

Воспитатель:

- Дает силы мне всегда очень жирная еда.

Ребенок:

- Даем силы нам всегда витаминная еда.

Воспитатель:

- Стать здоровым мне помог с красным кетчупом хот-дог.

Ребенок:

- Будешь часто есть хот-доги, через год протянешь ноги.

Воспитатель:

- Рыбий жир всего полезней, хоть противный – надо пить,

Ребенок:

- Он спасет от всех болезней, без болезней лучше жить.

Воспитатель:

- От простуды и ангины помогают апельсины,

Ребенок:

- Ну а лучше съесть лимон, хоть и очень кислый он.

Воспитатель:

- Молодцы! Обязательно скажу вашим мамам, что вы знаете и умеете выбирать полезные продукты. Ответьте мне еще на один вопрос: Какие овощи и фрукты защищают от вредных микробов? (Ответы детей.)

Воспитатель:

- Вы совершенно правы. И пословица такая есть: «Чеснок да лук – от всех недугов». Скажите, как же называется третий лучик здоровья?

Дети:

- Полезная еда.

(На модели солнца открывается третий лучик.)

Воспитатель:

- Сейчас я хочу показать вам фотографии. Рассмотрите их внимательно и скажите, чем занимаются люди?

Дети:

- Закаляются.

Воспитатель:

- Смолоду закалишься – на весь век сгодишься. Есть много видов закаливания, помогите мне вспомнить их.

Дети:

- Обливание душем, обтирание рукавичкой, умывание прохладной водой, полоскание горла, бег в прохладном помещении.

Воспитатель:

- Как вы думаете, для чего люди закаляются? (Ответы детей.)

Воспитатель:

- Какие вы молодцы, все знаете. Люди закаляются для того, чтобы научить свой организм сопротивляться вредным условиям, научить его быть сильным, а значит - выносливым и здоровым. Теперь вы знаете название четвертого лучика здоровья. Кто скажет, как он называется? (Закаливание.)

(На модели солнца открывается четвертый лучик.)

Воспитатель:

- Ребята, посмотрите на модель здоровья. У нас остался неоткрытым только один лучик. Хотите узнать какое имя у последнего лучика? Я его открою, а вы постарайтесь сами догадаться, как он называется.

(На модели солнца открывается пятый лучик.)

Дети:

- Нужно быть чистым.

Воспитатель:

- Правильно вы сказали. Пятый лучик здоровья называется чистота. Как вы думаете, связаны ли чистота и здоровье? Почему говорят: «Чистота – залог здоровья»? (Ответы детей).

Воспитатель:

- Я предлагаю вспомнить правила чистоты.

Дети:

1. Каждое утро умывайся, а вечером принимай ванну или душ перед сном.
2. Зубы чисти утром и вечером.
3. Следи за чистотой ногтей – подстригай их через каждые 10 дней.
4. Не забывай следить за чистотой ушей – мой их каждый день.
5. Следи за чистотой носа, всегда имей при себе носовой платок.
6. Нижнее белье меняй каждый день.
7. Обязательно мой руки перед едой и после каждого посещения туалета.
8. Помни, что расческа, зубная щетка, полотенце и мочалка – предметы личной гигиены, они должны быть у каждого свои.

Воспитатель:

- Посмотрите, солнышко улыбается, радуется за вас, потому что мы нашли, куда Боги спрятали наше здоровье. Я уверена, что вы сохраните здоровье, данное вам Богами. Напомните нашим гостям, как же называются лучики здоровья? (Ответы детей).

Воспитатель:

- На прощанье я хочу вам пожелать: «Будьте здоровы!» А вы, пожалуйста, пожелайте это нашим гостям.

Дети хором:

- Будьте всегда здоровы!!!

*Конспект НОД «В царстве лекарственных растений»
с детьми старшего дошкольного возраста*

Задачи:

1. Развивать умение рационально использовать лекарственные растения для здорового образа жизни.
2. Развивать экологическое мышление на основе представлений о «царстве» лекарственных растений.
3. Развивать творческое воображение и коммуникативное общение в процессе игры, основываясь на свободном обмене мнениями и интересах детей.
4. Формировать умение и желание активно беречь и защищать природу.

Методические приемы: Рассматривание альбома «Лекарственные растения», загадки, ситуационные задачи и решение проблемных ситуаций, исследовательская

деятельность: изучение строения трав (крапивы, тысячелистника, ромашки, корня валерианы), рассказ воспитателя о способах лечения травами. Игра «Какого растения не стало?».

Ход:

Воспитатель: Ребята, сегодня мы побываем в царстве растений, а каких растений – вы узнаете, отгадав загадки:

Ах, не трогайте меня,
Обожгу и без огня (крапива)

Рос шар бел, дунул
Ветер- шар
Улетел (одуванчик)

Стоят сестрички,
Желтый глазок, белые реснички (ромашка)

Это не простые растения - они могут лечить, поэтому их называют – лекарственные растения.

Издавна люди заметили, что больные домашние животные уходят, чтобы найти какую-то травку, съев которую они выздоравливали. Так и человек стал искать помощи у разных растений. Наши предки знали полезные свойства многих цветов и трав: больных и раненых лечили травяными бальзамами и настоями, пили чай из разных трав. Давайте побольше узнаем о лекарственных растениях и для чего они нужны человеку.

Исследовательская деятельность.

Знаете ли вы, чем хорошо лечить царапины и разбитые коленки?

Зелёным бинтом, который называется ПОДОРОЖНИК!

Да, ребята, мы иногда топчем его, оно плотнее прижимается к земле, листья его упругие, с прочными жилками. Надежно укрепился в почве густым пучком корней. Вверх поднят только стебелёк с соцветием. Они тоже жесткие и упругие вот и не боится подорожник вытаптывания, от которого так страдают многие другие растения.

Семена подорожника клейкие, легко прилипают к ногам людей и шерсти животных, поэтому животные и люди, проходящие по дорожке, помогают семенам распространяться вдоль дорожек и тропинок.

Вы знаете, как пользоваться подорожником при ушибе и порезе?

(лист подорожника надо обязательно очистить от пыли, затем немного поцарапать, чтобы выделился сок, и затем прикладывать к ране).

О каком растении говорят, что оно жжет?

Из крапивы готовят великолепные щи, крапивное пюре с яйцом, можно даже заквашивать крапиву, как капусту. Листья крапивы богаты разными полезными солями и витаминами. В крапиве содержатся вещества, убивающие микробов, а также она хорошо останавливает кровь. Для этого надо взять крапиву, растолочь её и приложить к ранке. А еще отвар из крапивы укрепляет волосы. Из неё делают бумагу, веревки и мешковину, вспомните сказку Г.Х. Андерсена «Дикие лебеди», именно из крапивы пришлось сестрице вязать рубашки для братцев, чтобы спасти их от чар колдуньи. Но почему всё-таки крапива обжигает?

На листьях и стеблях крапивы имеются особые волоски. Каждый волосок, как игла крошечного шприца. Внутри волосков - едкая жидкость. Дотронулся - получишь укол. Но пройдет немного времени, и вы перестанете чувствовать жжение.

А что это за растение? Выставляется картинка с изображением ромашки.

Если горло заболело, то лучший доктор – отвар из луговой лекарственной ромашки. Еще её называют аптечная ромашка. Давайте научимся отличать её от другой, которая никого не лечит и называется ПОПОВНИКОМ.

Дети приходят к выводу: у лекарственной ромашки листья, рассеченные и много мелких цветков; у поповника – листья цельные на каждом стебле один цветок. Аптечная ромашка не имеет запаха. Она растёт только на солнечных местах, а поповник может расти и в тёмных, влажных местах.

Кто отгадает по запаху, о каком растении пойдёт сейчас речь?

(даёт ватку с запахом валерианы).

Это растение называется ВАЛЕРИАНА. В переводе с латинского языка «Валере» означает «Быть здоровым». В медицине используют корень валерианы.

Рассмотрите корневище, что можно сказать о нём? (корневище толстое, короткое, внутри полое с многочисленными корешками).

На Руси валериану издавна рекомендовали в качестве успокаивающего средства, при бессоннице. Еще царь Петр 1 повелел выращивать лекарственные растения, в том числе валериану, в специально созданных «аптекарских огородах». Растет валериана по заболоченным и влажным местам, по берегам рек и канав, на лесных опушках.

Кто знает это растение? (Мать-и-мачеха).

Лишь только сходит снег, появляются цветы мать-и-мачехи, а по окончании цветения отрастают листья. Давайте сравним верхнюю и нижнюю часть листа (сравнивают, приходят к выводу почему называется растение именно так), листья этого растения используют как отвар для лечения кашля.

Физминутка

Игра «Какого растения не стало?» (на внимание)

Правила сбора лекарственных растений.

1. Цветки собирают, когда растение цветет. Корневища – поздней осенью, когда плоды уже осыпались.
2. Запрещается сбор лекарственных растений, занесенных в Красную книгу.
3. Нельзя собирать лекарственные растения вблизи автомобильных дорог, в городе, рядом с железной дорогой. А как вы думаете почему?
4. Сушить траву надо под навесом, чтобы не попадали прямые солнечные лучи.
5. При сборе цветков часть из них оставляют на растении. Зачем?
6. Нельзя собирать больные и поврежденные вредителями растения.

Итог занятия. Какие лекарственные растения вы знаете?

Какое растение называют «зелёным бинтом»?

Отвар листьев, какого растения лечит кашель?

Из какого растения готовят витаминные щи и салаты?

Приведите пример того, как можно помочь заболевшему братику или сестренке, маме или папе, используя лекарственные растения, с которыми мы познакомились.

Таким образом, использование ситуационных задач в воспитании ребенка как субъекта здоровьесберегающей деятельности:

- развивает мотивацию дошкольников к освоению правил и норм здоровьесбережения и здоровьесохранения, мотивацию к активному освоению ценностей здоровья, здорового образа жизни;
- актуализирует имеющиеся у ребенка знания с целью решения личностно-значимых проблем на деятельностной основе;
- способствует развитию субъектных основ детской личности, активизируя самостоятельность, инициативность, свободу выбора, целеустремленность, способность к оценке своих действий и в целом результата и мн.др.;
- способствует становлению партнерских отношений между детьми и детьми и воспитателем.