

EXPERIMENTAL WORK ON THE DETERMINATION OF THE ACTUAL LEVEL OF THE FORMATION OF HEALTHY WAYS OF LIFE IN CHILDREN OF THE SENIOR PRESCHOOL AGE

Shishlevskaya E.V.¹, Eremenko V.V.² (Russian Federation)

Email: Shishlevskaya59@scientifictext.ru

¹Shishlevskaya Elena Vladimirovna - Teacher, Associate Professor,

²Eremenko Victoria Viktorovna – Student,

THE DEPARTMENT OF PRESCHOOL EDUCATION AND PEDAGOGY
CRIMEAN ENGINEERING- PEDAGOGICAL UNIVERSITY,
KERCH, REPUBLIC OF CRIMEA

Abstract: the article describes the features of the formation of ideas about healthy lifestyles in children of preschool age. The results of experimental work on the identification of the current level of formation of ideas about a healthy lifestyle in children of preschool age are shown. Criteria (cognitive, behavioral), indicators and levels of formation of ideas about a healthy lifestyle in children of preschool age (high, medium, low) are defined, diagnostic tools are selected and adapted. The results of the work at the ascertaining stage of the study are presented.

Keywords: healthy lifestyle, diagnostics, criteria, indicators and levels of formation of ideas about a healthy lifestyle, children of preschool age.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ АКТУАЛЬНОГО УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Шишлевская Е.В.¹, Еременко В.В.² (Российская Федерация)

¹Шишлевская Елена Владимировна - преподаватель, кандидат педагогических наук,

²Еременко Виктория Викторовна - студент,

кафедра дошкольного образования и педагогики,
Крымский инженерно-педагогический университет,
г. Керчь, Республика Крым

Аннотация: в статье рассмотрены особенности формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста. Показаны результаты экспериментальной работы по выявлению актуального уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста. Определены критерии (когнитивный, поведенческий), показатели и уровни сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста (высокий, средний, низкий), подобран и адаптирован диагностический инструментарий. Представлены результаты работы на констатирующем этапе исследования.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, диагностика, критерии, показатели и уровни сформированности представлений о здоровом образе жизни, дети старшего дошкольного возраста.

Отношение ребенка к своему здоровью является фундаментом, на котором можно будет выстроить потребность в здоровом образе жизни. Эта потребность зарождается и развивается в процессе осознания ребенком себя как человека и личности. Отношение ребенка к здоровью напрямую зависит от сформированности в его сознании этого понятия. Основы здорового образа жизни у детей дошкольного возраста определяются наличием знаний и представлений об элементах здорового образа жизни (соблюдение режима, гигиенических процедур, двигательной активности), и умением реализовывать их в поведении и деятельности доступными для ребенка способами (чистить зубы, мыть руки, делать зарядку).

Понятие «здоровый образ жизни» однозначно не определено: П.А. Виноградов, Б.С. Ерасов, О.А. Мильштейн, В.А. Пономарчук, В.И. Столяров и др. рассматривают здоровый образ жизни как глобальную социальную проблему, составную часть жизни общества в целом [2, с. 6].

Г.П. Аксенов, В.К. Бальсевич, М.Я. Виленский, Р. Дитлс, И.О. Матынюк, Л.С. Кобелянская и др. здоровый образ жизни рассматривают с точки зрения сознания, психологии человека, мотивации. Также существуют другие точки зрения, например медико-биологическая; но резкой грани между ними нет, т.к. они нацелены на решение одной проблемы – укрепление здоровья индивидуума [1, с. 35].

Здоровый образ жизни – это типичные формы и способы повседневной жизнедеятельности человека, которые укрепляют и совершенствуют резервные возможности организма, обеспечивая тем самым успешное выполнение своих социальных и профессиональных функций независимо от политических, экономических и социально-психологических ситуаций.

Таким образом, можно сказать, что ЗОЖ – это деятельность человека направленная на укрепление своего здоровья и профилактику различных заболеваний. ЗОЖ является предпосылкой и фундаментом для достижения успехов во всех сферах жизнедеятельности человека.

На основе теоретического обоснования данной проблемы мы провели педагогический эксперимент. Эксперимент проводился на базе МБДОУ г. Керчь РК «Детский сад комбинированного вида № 28 «Орленок». Для исследования были выбраны две группы детей старшего дошкольного возраста: Группа А и Группа Б в количестве 40 детей. Также в экспериментальной работе приняли участие 4 воспитателя и родители детей в количестве 40 человек.

Цель констатирующего этапа эксперимента – определить исходный уровень сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи констатирующего этапа: 1)определить критерии, показатели и выявить уровни сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста. 2)подобрать и адаптировать диагностическую методику по проблеме исследования.

Для достижения поставленной цели констатирующего этапа эксперимента и реализации поставленных задач, мы проводили работу по двум направлениям: работа с детьми, работа с родителями. Работа с детьми предполагала: проведение диагностического исследования; метод – индивидуальная беседа с детьми. Работа с родителями предполагала: анкетирование, с целью определение уровня знаний родителей о здоровом образе жизни и его сформированности у их детей.

На основе анализа психолого-педагогической и методической литературы мы выделили следующие критерии и показатели сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста: когнитивный с показателями – полнота, осознанность, обобщенность, системность и поведенческий критерий с показателями инициативность, самостоятельность.

К каждому критерию и показателям были подобраны задания для определения актуального уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста. За основу данной диагностики по выявлению и оценке уровня сформированности представлений о ЗОЖ у детей старшего дошкольного возраста были взяты методики И.М. Новиковой (Методика «Незаконченные предложения», Беседа «Мотивация здорового образа жизни дошкольников», Диагностическое задание «Что делать, чтобы быть здоровым?», Диагностическое задание «Полезная покупка», Проблемная ситуация «Место для отдыха», Игровая ситуация «Больница», Игровая ситуация «Телевизор дома», Наблюдение за детьми в режимные моменты и в свободном общении) [3].

На основании всех диагностических заданий нами были определены уровни сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста: высокий уровень, средний, низкий уровень сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста.

Нами было проведено изучение уровня знаний родителей о здоровом образе жизни и сформированности здорового образа жизни в семьях детей, которое позволило сделать вывод, что больше половины семей знают, что такое здоровый образ жизни и как его нужно формировать, они формируют его с помощью различных методов. Есть семьи, которые даже не имеют представления о том, как формировать здоровый образ жизни у своего ребенка. Семья должна учувствовать в физическом развитии своего ребенка и самого себя, так как это влияет на развитие и формирование дошкольника.

Был осуществлен анализ предметно-развивающей среды групп, направленный на формирование ценностей здорового образа жизни у детей, который показал, что предметно-пространственная среда в обеих группах дошкольного образовательного учреждения находится на достаточном уровне и во многом соответствует требованиям ФГОС ДО, обеспечивает возможность общения и совместной деятельности детей и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности формирования основа здорового образа жизни.

Результаты обследования показали, что уровень сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста в большинстве своем – «средний». Так количество детей в Группе А и Группе Б, находящихся на высоком уровне сформированности представлений о здоровом образе жизни представлены в виде 15% детей (3 чел.) и 30% (6 чел.) соответственно. На среднем уровне в Группе А находятся 65% (13 чел.), в Группе Б 45% (9 чел.) На низком уровне сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста в результате проведенной диагностики выявлено 20% детей Группы А (4 чел.), в Группе Б 15% детей (3 чел.).

В процессе анализа полученных данных в результате диагностики нами был сделан вывод о том, что большинство детей имеет средний уровень сформированности представлений о здоровом образе жизни, несмотря на то, что работа в данном направлении ведется педагогами в группах. Так же в группе имеется часть детей, у которых уровень сформированности низкий, они имеют частичные, фрагментарные представления о здоровом образе жизни и о том, как сформировать его.

Поэтому свое дальнейшее исследование видим в апробации педагогических условий, направленных на формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста.

Список литературы / References

1. *Касьянова Л. Г.* Формирование культуры здоровья дошкольников / Л.Г.Касьянова, В.К.Литвинюк // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. Выпуск 15. Шадринск, 2010. С. 123 – 127.

2. *Мартыненко А.В.* Формирование здорового образа жизни молодежи / А.В. Мартыненко. М.: Медицина, 1988. 224 с.
3. *Новикова И. М.* Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников / И.М. Новикова. М.: Мозаика-синтез, 2010. 96 с.