|  |
| --- |
| **Формирование здорового образа жизни у дошкольников посредством валеологии** |

*"Я не боюсь еще и еще раз сказать: забота о здоровье - важнейшая работа воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы."*

*В. С у х о м л и н с к и й*

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду. Многие идеи воспитания у детей привычек здорового образа жизни оказались нежизнеспособными из-за невозможности решать проблемы, связанные с семьей. Усугубляют эту проблему и условия экономической нестабильности общества.

Но главным препятствием является, по нашему убеждению, отсутствие у детей осознанного отношения к своему здоровью. Потребность в его здоровье есть у родителей, школы, общества, и все вместе мы пытаемся внушить ребенку свое представление о здоровье. Поэтому и в образовательных программах дошкольных учреждений все больше разделов, посвященных изучению организма человека, обеспечению безопасности его жизни. Не исключая этих подходов, мы считаем, что главное - помочь малышам выработать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни, научить оценивать свои физические возможности, видеть перспективы их развития, осознать ответственность за свое здоровье.

Возможно ли это в таком юном возрасте? При создании определенных условий возможно. Необходимо погружение ребенка в особо организованную жизненную среду, формирующую привычки здорового образа жизни без их декларирования взрослыми. Новая организация жизненной среды, активизация методов профилактики требует решения не только организационно - методических проблем, но, прежде всего изменения управленческих подходов к оздоровительной деятельности дошкольного учреждения и соответственного изменения его структуры. Для этого важно уметь конструировать познавательную деятельность детей на занятиях, в быту и в игре.

Осознавая важность поставленной проблемы, нами был проведен анализ организации познавательных занятий в детском саду и их влияние на формирование осознанного отношения детей к своему здоровью.

Выявлены положительные тенденции, а именно:

1. С детьми проводятся занятия по валеологии и ОБЖ;

2.Оосуществляется методическое обеспечение этих занятий;

3. Созданы условия для проведения занятий: экологическая комната;

4. Занятия проводят: инструктор по физкультуре, эколог, воспитатели.

Однако обозначилось проблемное поле:

1. Необходимость приведения познавательных занятий в систему;

2. Ееобходимость замены иллюстративно-объяснительной модели проведения занятий познавательного цикла на проблемно-поисковую;

3. Поиск эмоционально привлекательных для детей форм получения информации о здоровом образе жизни;

4. Поиск методов и приемов, активизирующих собственную познавательную активность детей;

5. Расширение объема содержания занятий.

В результате исследовательской деятельности по проблемному полю была определена цель работы - разработка системы занятий познавательного цикла, оказывающих влияние на формирование здорового образа жизни у детей.

**Актуальность**

В последние годы наблюдается огромный интерес к проблеме индивидуального здоровья человека, что подтверждается большим количеством исследований ведущих ученых России и мира (И.А. Аршавский, Н.Г. Веселов, М.Я. Виленский, Н.П. Дубинин и др.).

Особую обеспокоенность вызывает здоровье наших детей, ибо здоровье нации и прогрессивная динамика всего общества связаны со здоровьем нового человека XXI века и будущим России.

Однако данные физического состояния детей свидетельствуют, что здоровье нашего подрастающего поколения далеко не соответствует ни потребностям, ни потенциальным возможностям современного общества.

По мнению ученых необходима сконцентрированность на детском периоде жизни, т.к. именно этот период определяет развитие потенциальных возможностей взрослого человека.

В детстве человек осуществляет более напряженную, более сложную, чем взрослый, работу по саморефлексии, самопостроению, самоконтролю и саморегулированию. Если ребенок пассивен в этом процессе, то деформируется его социализация, разрушается здоровье.

Поэтому именно на этапе дошкольного возраста приоритетными являются задачи воспитания у детей мотивации на здоровье, ориентации их жизненных интересов на здоровый образ жизни.

Однако в отличие от взрослого ребенок "за здоровьем" не побежит. Необходима технология формирования культуры двигательной деятельности личности соответственно возрастным особенностям дошкольников, которая была бы ориентирована на их самосохранение и саморазвитие.

Разработанная система обучения знаниям, умениям и навыкам обеспечения и поддержания здоровья начиная с периода первого детства, позволит успешно решать задачу формирования своей философии жизни, собственной философии здоровья.

Между тем в существующих программах обучения и воспитания детей дошкольного возраста отсутствует научно обоснованная технология решения данного вопроса. В этой связи назрела необходимость специального исследования процесса формирования здорового образа жизни детей 3-7 лет в условиях дошкольных образовательных учреждений.

Данную задачу целесообразно решать не в форме дополнительного образования, путем введения, к примеру, занятий по валеологии, а интегрированно, в процессе физкультурной деятельности. Такой подход, на наш взгляд, более оправдан, учитывая перегруженность программ дошкольного воспитания в последние годы информационно-познавательной деятельностью, увеличением числа различного рода дополнительных образовательных услуг.

Процесс обучения здоровому образу жизни неразрывно связан с двигательной активностью, как мощным и стимулирующим фактором интеллектуального и эмоционального развития ребенка. Именно на основе интереса детей к физкультурной деятельности следует формировать умения и навыки обеспечения здоровой жизнедеятельности, мотивацию на здоровье.

Во главе всех принимаемых решений по развитию дошкольного воспитания должен стоять ребенок, его психическое и физическое здоровье, эмоциональное благополучие. Ведущей идеей является идея постоянного развития человека, развития личности в период ее физического и социально- психологического созревания, расцвета и стабилизации жизненных сил и способностей, формирование достоинства личности и «базового» доверия, а % также соблюдение конвенциальных норм и прав ребенка.

Особенно актуальным это становится в настоящее время, когда в педагогической действительности наметилась тенденция к переходу от массового унифицированного образования, направленного на передачу определенного набора стандартных знаний, к образованию дифференцированному, ориентированному на конкретного ребенка с его личностными особенностями, склонностями и т.д.

Являясь важнейшим интегральным показателем, отражающим биологические характеристики человека вообще и ребенка, в частности, здоровье, характеризует социально-экономическое состояние страны, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства, в конечном счете - отношение государства к проблемам материнства, детства и многое другое.

В последние годы одной из ведущих стала идея валеологизации образования, согласно которой здоровье детей рассматривается как приоритетная ценность, цель, необходимое условие и результат успешного педагогического процесса.

В основу концепции валеологического обеспечения физкультурной деятельности детей положена идея создания условий для реализации доминирующих базовых потребностей, природно присущих человеку. Ведущей в системе этих потребностей выступает потребность в двигательной активности, физическом самосовершенствовании. Она проявляется в единстве с потребностью получения удовольствия, наслаждения от участия в двигательной деятельности; потребностью сопереживания в процессе взаимодействия и общения; потребностью в самоутверждении.

Первичные базовые потребности являются мотивом поведения ребенка на этапе начального обучения здоровому образу жизни. Однако постепенно под воздействием педагогических средств формирования здоровья они перестраиваются и превращаются во вторичные побуждения; действия детей по истечении времени становятся самомотивированными.

Валеологическая концепция физкультурного образования основана на следующих принципах:

- единства валеологической и физкультурной деятельности;

- непрерывности и преемственности;

- единства индивидуализации и дифференциации;

- целеполагающего подхода к инновационной валеологической деятельности.

**Педагогическая идея**

Разработать модель формирования валеологической культуры детей старшего дошкольного возраста и определить педагогические условия ее реализации в дошкольном образовательном учреждении.

**Диапазоном опыта** является единая среда воспитательно - образовательного процесса (занятия, игры, упражнения).

Валеология – наука о здоровом образе жизни, сохранении, формировании и управлении здоровья.

Термин "валеология" происходит от латинских слов "вале", что означает "быть здоровым" и "логос" - "наука". Таким образом, валеология - наука о здоровье. Древние римлянине часто поздравляли друг друга словом "вале!" - "будь здоровым".

Валеология как наука возникла не так давно. "отцом" современной валеологии называют русского ученого И.И.Брехмана, который в 1982 году научно обосновал необходимость здравоохранения практически здоровых людей. Предметом изучения валеологии есть здоровый человек, поэтому часто термин валеология объясняют как наука о здоровье человека или здоровье здоровых.

Применительно к дошкольному образованию, валеология ставит своей целью обучение детей основным гигиеническим правилам и нормам, укрепления здоровья и привитие навыков здорового образа жизни: активный труд, рациональный отдых, закаливание, занятие физкультурой и саморазвитием, рациональное и полноценное питание, личная гигиена, своевременное обращение к врачу и др.

Следует различать валеологию медицинскую, валеологию педагогическую и разнообразные псевдо и околонаучные учения, использующие этот термин в собственных целях. Именно педагогическая валеология изучает вопросы воспитательной и образовательной работы по сохранению и укреплению здоровья детей, а также знакомит детей с азами анатомии и строения тела человека.

Привычка к здоровому образу жизни – это главная, основная, жизненно важная привычка; она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

Поэтому дошкольное учреждение и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. И именно в семье, в детском образовательном учреждении на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить малыша самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

Чтобы активно влиять на позицию ребенка по отношению к собственному здоровью, нам, воспитателям, необходимо знать, прежде всего, что сам термин «здоровье» определяется неоднозначно.

Понятие “здоровье” имеет множество определений. Но самым популярным, и, пожалуй, наиболее емким следует признать определение, данное Всемирной организацией здравоохранения: “Здоровье- это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов”[[2]](http://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=467320" \l "_ftn2" \o ").

Данное определение крайне сложно применить к здоровью граждан России, живущих в условиях экономической нестабильности и социального напряжения. С учетом этого современным условиям более адекватно сформулированное профессором С. М. Громбахом определение здоровья как “степени приближения” к полному здоровью, которая позволяет человеку успешно выполнять социальные функции[[3]](http://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=467320" \l "_ftn3" \o ").

Именно поэтому любое общеобразовательное учреждение (и в первую очередь детский сад) должно стать “школой здорового стиля жизни” детей, где любая их деятельность (учебная, спортивная, досуговая, а также прием пищи и двигательная активность и др.) будет носить оздоровительно-педагогическую направленность и способствовать воспитанию у них привычек, а затем и потребностей к здоровому образу жизни, формированию навыков принятия самостоятельных решений в отношении поддержания и укрепления своего здоровья.

В последнее время как часть общей культуры человека выделяется валеологическая культура - социально-психологическая деятельность индивидуума, направленная на укрепление и сохранение здоровья, освоение норм, принципов, традиций здорового образа жизни, превращение их во внутреннее богатство личности.

Вокруг детей с самого раннего детства необходимо создавать такую учебно-воспитательную среду, которая была бы насыщена атрибутами, символикой, терминологией, знаниями, ритуалами и обычаями валеологического характера.

Это приведет к формированию потребности вести здорового образа жизни, к сознательной охране своего здоровья и здоровья окружающих людей, к овладению необходимыми для этого практическими навыками и умениями. Таким образом, сформированные традиции здорового образа жизни становятся достоянием нации, государства, неотъемлемой частью жизни людей.

Зачастую у детей отсутствует заинтересованность в занятиях оздоровительного характера. Это связано с тем, что, во-первых, рекомендации по здоровому образу жизни насаждаются детям чаще всего в назидательной категорической форме и не вызывают у них положительных эмоциональных реакций, а во-вторых, сами взрослые редко придерживаются указанных правил в повседневной жизни, и дети хорошо это видят.

Кроме того, выполнение необходимых правил здорового образа жизни требует от человека значительных волевых усилий, что крайне затруднительно для ребенка-дошкольника, имеющего недостаточно сформированную эмоционально-волевую сферу.

 Поэтому в работе с детьми важно помнить и соблюдать заповеди, сформулированные гениальным русским режиссером К. С. Станиславским: трудное надо сделать привычным, а привычное - легким и приятным.

Исходя из этого занятия оздоровительно-педагогического характера должны быть систематичными и комплексными, вызывать у ребенка положительные эмоциональные реакции, по возможности содержать элементы дидактической игры и двигательные упражнения. Кроме того, материалы подобных занятий должны находить отражение во всех режимных моментах дошкольного учреждения (учебных занятиях, режиме дня, занятиях физической культурой, воспитательных занятиях, в мероприятиях общего масштаба для всего детского сада).

По словам Б. Н. Чумакова, купить здоровье нельзя, его можно только заработать собственными постоянными усилиями. Но для того, чтобы сохранить здоровье ребенка необходимо объединить усилия всех взрослых, окружающих его (родителей, воспитателей, врачей, учителей и др. ), с целью создания вокруг него атмосферы наполненной потребностями, традициями и привычками здорового образа жизни[[4]](http://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=467320" \l "_ftn4" \o ").

Таким образом, с ранних лет формируется определенная культура поведения и соответствующий стиль жизни. Знания, умения и навыки валеологического характера, заложенные в детском возрасте, станут прочным фундаментом для создания положительной мотивации к охране собственного здоровья во взрослой жизни.

Интегративний курс "валеология" в детском садике - первый важный этап непрерывного валеологического образования человека, который должных обеспечить реализацию таких задач:

·  воспитание у детей сознания того, что человек - часть природы и общества;

·  установление гармонических отношений детей с живой и неживой природой;

·  формирование личности ребенка;

·  воспитание привычек личной гигиены;

·  закаливание ребенка и его двигательная активность;

·  профилактика и устранения вредных привычек;

·  осуществление валеологического мониторинга.

Учитывая реальность настоящей и объективной закономерности педагогики, валеологическое воспитание должно быть глубоко национальным, т.е. базироваться на культурном опыте народа, его традициях, обычаях, обрядах и формах социальной практики.

Организация обучающе-воспитательной работы в дошкольном учреждении должна быть направлена на то, чтобы дети овладели глубокими знаниями, обще учебными умениями и привычками, сохранили и укрепили здоровье. Достижение этой цели возможное при условии учета возрастных особенностей дошкольников, соблюдение гигиенических требований.

Многолетний опыт оздоровительной работы показал, что кроме создания благоприятных условий для развития здорового ребенка, необходимо сформировать у дошкольников новый «пласт” знаний по валеологии.

В результате научного исследования проблемы формирования культуры здорового образа жизни у дошкольников нами были уточнены цели, задачи и содержание валеологической работы, а адаптированная программа внедрена в практику ДОУ.

Основная **цель**  работы по данному направлению – создание устойчивой положительной мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья; формирование психологического здоровья дошкольника как важного фактора здоровья человека в целом; профилактика психосоматических заболеваний.

Система работы построена с учетом возрастных, психофизических и психологических особенностей детей дошкольного возраста, опирается на основные принципы психологии и дошкольной педагогики.

Значительное место отведено повышению психоэмоциональной устойчивости: элементы релаксации под музыку и звуки природы, гимнастика на основе упражнений детской хатха-йоги, обучение пониманию своего эмоционального состояния.

Большая роль в работе отводится созданию информационной “Среды здоровья” (схемы, рисунки, стенды), которая не только напрямую, но и опосредованно влияет на формирование мировоззрения ребенка.

Проведение занятий совместно с родителями дает возможность выявить проблемы в общении *Родитель-Ребенок* и найти совместные пути их решения через использование игровых и двигательных методик, телесной терапии.

Таким образом, создается благоприятная база для формирования не только соматического, но и психического и психологического здоровья ребенка.

После изучения и отбора необходимого содержания из дошкольных методик был составлен перспективный план работы для старшего дошкольного возраста, определены формы и методы работы.

Информация для родителей оформляется на специальных стендах, проводятся консультации, совместные занятия с детьми.

Для персонала ДОУ организуются консультации, семинары, педагогические советы, деловые игры.

Таким образом, совместная работа всех взрослых, окружающих дошкольника, через выбор методов, средств и форм обучения, а также контроля за изменениями в стиле жизни создает фундамент культуры ЗОЖ, включающий в себя положительную мотивацию и знания, умения, навыки валеологического характера.

В работе широко используется наглядная агитация – уголок здоровья в группах, стенды в ДОУ, альбомы индивидуальной работы с детьми.

В детском саду постепенно создаются традиции ЗОЖ – минутки здоровья на занятиях, дни здоровья в ДОУ, семейный клуб “Здоровячок”.

Формирование культуры ЗОЖ проходит на протяжении всего времени пребывания ребенка в ДОУ:

· Режимные моменты: утренняя гимнастика, прогулка, режим питания, послеобеденный сон.

· Учебно-воспитательный процесс: занятия (гимнастика, познавательная часть, релаксация), учебно-воспитательные занятия (минутки здоровья, физминутки, минутки психологической разгрузки), физкультурные занятия, музыкальные занятия (физминутки, повышение психоэмоциональной устойчивости), логопедические занятия (физминутки, словарная работа), рисование (физминутки, повышение психоэмоциональной устойчивости).

Таким образом, осуществляется комплексный подход в формировании культуры ЗОЖ у воспитанников ДОУ.

Организация работы с детьми строится с учетом следующих методических требований:

*1. Структура занятий:*

1. Организационный момент

2. Гимнастика

3. Дидактическая игра или игра-беседа на повторение изученного ранее

4. Познавательный блок

5. Сообщение нового материала через игру-беседу или самостоятельные выводы детей на основе наблюдения, опыта и т. п.

6. Дидактическая или подвижная игра на закрепление

7. Релаксация под музыку

*Продолжительность занятия*: 2-я младшая группа – 15-20 минут; средняя группа – 20-25 минут; старшая и подготовительная к школе группа – 25-30 минут.

Продолжительность каждого блока занятия может варьироваться в зависимости от психо-физиологического и эмоционального состояния детей на данный момент.

*2. Выполнение санитарно-гигиенических требований*:

· Занятия проводятся в хорошо проветренном, чистом помещении

· Уровень освещения соответствует санитарно-гигиеническим требованиям

· Дети должны быть одеты в удобную одежду, которая не стесняет их движения

· Занятия проводятся не раньше чем через 30 минут после еды и не позднее чем за 1 час до еды

· Музыка для релаксации должна быть не громкой

· Подбор упражнений должен соответствовать возрастным особенностям детей

· Контроль условий пребывания ребенка в ДОУ осуществляется мед. работниками

*3. Учет психо-физиологических и эмоционально-личностных особенностей детей.*

· Соответствие уровня материала познавательным возможностям и интересам детей данного возраста

· Соответствие упражнений двигательным возможностям детей

· Учет индивидуальных особенностей ребенка (темперамент, анамнез, эмоциональное состояние и др. )

· Учет социального анамнеза и опыта ребенка, тактичное упоминание о любых фактах жизни ребенка

· Учет индивидуальных особенностей познавательной сферы каждого ребенка (уровень внимания, памяти, мышления и др. ) и уровня его работоспособности

· Особое внимание уделяется детям “группы риска” (ППЦНС, дети, родившиеся при помощи кесарева сечения, дети, перенесшие травмы, соматически ослабленные и т. п. )

· Единство требований всех членов педагогического коллектива по отношению к каждому конкретному ребенку с учетом всех выше названных особенностей детей.

Программа оздоровительно-педагогических занятий с дошкольниками состоит из 6 блоков, каждому блоку соответствует графическое изображение (см.Приложение 2).

**Знай свое тело:**

На занятиях по этому блоку дети получают элементарное представление о строении и функциях некоторых органов своего организма (сердца, мозга, костей и др.), кроме того, рассматривается влияние на работу этих органов различных форм поведения.

**Соблюдай правила гигиены:**

Особое внимание уделяется формированию практических умений и навыков соблюдения правил гигиены.

**Скажи “НЕТ” вредным привычкам**:

В работе по данному блоку широко используются психологические приемы; параллельно профилактике вредных привычек идет закрепление полезных привычек.

**Занимайся физкультурой**:

Совместно с детьми выявляются значимость движения для здоровья, польза подвижных игр и занятий спортом.

**Соблюдай режим дня:**

Работа направлена на воспитание самостоятельности при выполнении основных режимных моментов. Также в данный блок включены знания о правильном питании, т. к. прием пищи является одним из режимных моментов в детском саду.

**Следи за датчиком настроения:**

Дети получают представление о настроении, эмоциях и чувствах, об их влиянии на здоровье. Основная цель занятий – повышение психоэмоциональной устойчивости. В работе с родителями также можно использовать различные тесты, которые помогают родителям определить, умеют ли они заботиться о своем здоровье.

Была также выпущена стенная валеологическая газета для родителей "Будь здоров, малыш!»

3. РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ

В процессе ознакомления старших дошкольников с человеческим организмом решаются следующие задачи:

1. Формировать у детей адекватные представления об организме человека;

2. Помочь ребёнку создать целостное представление о своём теле;

3. Научить "слушать" и "слышать" свой организм;

4. Осознать самоценность своей и ценность жизни другого человека;

5. Формировать потребность в физическом и нравственном совершенствовании, в здоровом образе жизни;

6. Прививать навыки профилактики и гигиены, первой медицинской помощи;

7. Развивать умение предвидеть возможные опасные для жизни последствия своих поступков для себя и своих близких;

8. Воспитывать уважение к жизни другого человека, умение сочувствовать, помогать, сопереживать чужой боли.

При валеологическом обследовании дети старшей группы должны знать:

1.Чем отличается живая природа от неживой?

2.Работа с картинками, показать представителей:

 a) живой природы; b) неживой природы.

 3.Назвать признака: зимы, весны, лета, осени.

4.Какая связь между живой и неживой природой? (Ответы давать на примере.)

5.Имеют ли объекты неживой природы влияние один на другой? (Примеры.)

6.Влияет ли состояние погоды на поведение и здоровье людей? Как?

7.Какие явления природы наиболее характерные для нашего города? Найти и показать их на картинках.

8.Как охраняют природу в нашем городе?

9.Какой вклад в охрану природы можешь внести ты?

10.Работа с картинками:

 a) показать и назвать садовые растения. Какая их роль в нашей жизни?

 b) показать и назвать декоративные растения. Какая их роль в нашей жизни? Есть ли среди них лечебные?

При организации проектной деятельности ДОУ по формированию здорового образа жизни важно ненавязчиво вовлекать родителей в совместную работу над проектом, создавая радостную атмосферу совместного с ребенком творчеств.

Реализуя данную систему работы, мы отследили следующие результаты. Более полные представления у детей формируются через:

1. циклы последовательных занятий в каждом направлении;

2. интеграцию последовательных, продуктивных занятий в рамках проекта.

Обозначены прогнозы и задачи деятельности на следующий учебный год, а именно:

1. Разработать систему последовательных циклов познавательных занятий для детей с валеологической направленностью.

2. Углубить содержание знаний.

3. Расширить сферу деятельности.

4. Совершенствовать формы и методы работы с детьми в процессе занятий.

Сверхзадача нашей работы - пропаганда здорового и творческого образа жизни, формирование у ребенка желания "сделать себя лучше, сильнее, умнее", научить его фантазировать и делать дело, иными словами - "создать свой собственный великолепный мир и воплощать его в реальность".

Причем не когда - нибудь потом, в будущей взрослой жизни, а сегодня, сейчас, немедленно, не теряя драгоценного времени.

Проведение экспериментальных занятий по блоку “Следи за датчиком настроения”, направленных на формирование психологического здоровья воспитанников дало следующие результаты:

1. Процесс адаптации вновь прибывших детей прошел легко: дезадаптивных детей не было отмечено ни в одной возрастной группе; полная адаптация прошла у 63% детей во 2-й младшей и 75% детей в средней группе, у 100% детей в старшей и подготовительной к школе группе; средняя степень адаптации отмечена у 37% детей во 2ой младшей группе и 25% детей в средней группе.

2. Согласно опроснику “Отношение к школе” высокий уровень сформированности положительной мотивации к школьному обучению отмечен у 51,9% выпускников подготовительной к школе группы, средний уровень – у 44,4% детей.

В конце учебного года была осуществлена диагностика детей старшей группы, которая показала следующие результаты:

Уровень знаний по теме: "Ознакомление с организмом человека" (до изучения и после изучения темы)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Вопросы по теме** | **До изучения темы** | **После изучения темы** |
| 1.   | Как ты понимаешь, что такое организм? | · знают - 21%· не знают - 79% | · знают - 58%· не знают - 42% |
| 2.   | Какие части тела ты знаешь? | · знают - 74%· не знают - 26% | · знают - 95%· не знают - 5% |
| 3.   | Из каких маленьких частичек состоит наш организм? | · знают - 0%· не знают - 100% | · знают - 37%· не знают - 63% |
| 4.   | Какие органы ты можешь назвать? | · знают - 74%· не знают - 26% | · знают - 89%· не знают - 11% |
| 5.   | Для чего человек должен знать свой организм? | · знают - 58%· не знают - 42% | · знают - 79%· не знают - 21% |
| 6.   | Как можно использовать знания об организме в жизни? | · знают - 47%· не знают - 53% | · знают - 79%· не знают - 21% |

Диагностика показала, что в результате работы у детей значительно повысился уровень знаний в области валеологии. В процессе наблюдений выяснилось, что дети осознанно стали относиться к укреплению своего здоровья, а родители больше проявляют интереса к изучению законодательных материалов и формированию валеологической и физической культуры в своей семье.

Тестирование родителей показало следующие результаты:

Представления родителей о факторе, в наибольшей степени влияющем на здоровье человека (до изучения и после изучения темы)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | экологическая обстановка | наследственность | образ жизни | нет ответа |
| до | 5 | 3 | 3 | 5 |
| после | 3 | 3 | 9 | 1 |

**Отношение родителей к прогулке на свежем воздухе в выходные дни**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1-2 ч. | 2-3 ч. | 3-4ч. | более 4 ч. | другие ответы |
| до | 8 | 5 | 1 | 1 | 1 |
| после | 5 | 5 | 3 | 2 | 1 |

Подчеркнем в заключении существенные педагогические условия реализуемости приводимой системы работы:

—   система работы возможна при наличии педагогов, не только теоретически подготовленных в области валеологии, но и компетентных в практическом отношении.

—   система работы предполагает взаимодействие всех участников образовательного процесса: педагогов, детей и их родителей.

—   взаимодействие педагогов дошкольного образовательного учреждения с родителями воспитанников будет конструктивным, если осуществляется через формы работы, которые:

- **актуальны** для конкретного дошкольного учреждения в соответствии со спецификой учреждения;

 - **востребованы**родителями.

—   основная работа по формированию здорового образа жизни ребенка-дошкольника проводится в семье, родителями при условии оказания им своевременной методической помощи.

—   сотрудничествопедагогов дошкольного учреждения и родителей осуществляется на позициях диалога, что способствует реализации принципов гуманизации образования.