

**«Познавательльно-исследовательская деятельность
дошкольников как условие формирования навыков здорового образа
жизни».**

Формирование навыков здорового образа жизни у детей – одна из ключевых целей в системе дошкольного образования. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья человека. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируются характер, отношение к себе и окружающим.

Важно отметить, что полноценная готовность ребенка к школьному обучению невозможна без приобретения им навыков ЗОЖ. Помимо общепринятых рекомендаций по выполнению режима дня, достаточной двигательной активности, ЗОЖ предполагает воспитание у детей активной жизненной позиции в отношении собственного здоровья, которая обуславливает сам стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, понимание того, как эту жизнь и здоровье сохранить в окружающей среде, полной незаметных опасностей.

Проблема воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни в последние годы является особенно актуальной в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально-демографических групп населения России и особенно детей дошкольного и школьного возраста. Ее решение требует активного осмысленного отношения к своему здоровью и укреплению его с детских лет.

Следует отметить, что именно в дошкольном возрасте создаются важные предпосылки для целенаправленного развития исследовательской активности детей: развивающиеся возможности мышления; становление познавательных интересов; развитие продуктивной и творческой деятельности. Все это создает реальную основу для развития исследовательских умений дошкольника и совершенствования его познавательной активности в области формирования здорового образа жизни.

Изложенное свидетельствует об актуальности организации в ДОУ целенаправленной работы с детьми дошкольного возраста для формирования

навыков здорового образа жизни средствами познавательно-исследовательской деятельности.

На основе актуальности выдвигаем следующие противоречия между актуализирующими потребностями в развитии личности ребенка как условия дальнейшего роста его познавательной активности в окружающем мире и недостаточной теоретической и практической разработанностью педагогических условий, способствующих формированию навыков здорового образа жизни средствами познавательно-исследовательской деятельности.

Несмотря на имеющиеся исследования в данной области существует немало современных проблем, которые нуждаются в дальнейшем их решении. Среди них:

- необходимость уточнения теоретических аспектов формирования навыков здорового образа жизни детей дошкольного возраста;
- значимость выявления педагогических условий формирования навыков здорового образа жизни у дошкольников.

Учитывая актуальность выбранной темы, нами были определены объект, предмет, гипотеза и цель исследования.

Цель работы: определение педагогических условий формирования навыков здорового образа жизни детей дошкольного возраста средствами познавательно-исследовательской деятельности.

Объект исследования – формирование навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.

Предмет исследования – педагогические условия формирования навыков здорового образа жизни у дошкольников средствами познавательно-исследовательской деятельности.

Гипотеза исследования: формирование навыков здорового образа жизни детей дошкольного возраста будет происходить успешнее, если реализовать следующие педагогические условия:

- обогатить развивающую предметно-пространственную среду в ДОО для организации познавательно-исследовательской деятельности детей дошкольного возраста;

- способствовать развитию познавательно-исследовательских умений детей через экспериментирование;
- осуществлять взаимодействие с родителями по формированию навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста средствами познавательно-исследовательской деятельности.

Задачи:

1. Охарактеризовать понятия «здоровый образ жизни», «формирование навыков здорового образа жизни» у дошкольников.
2. Определить особенности познавательно-исследовательской деятельности детей дошкольного возраста.
3. Изучить педагогические условия формирования навыков здорового образа жизни детей дошкольного возраста.
4. Провести работу по созданию педагогических условий для формирования навыков здорового образа жизни средствами познавательно-исследовательской деятельности.
5. Проанализировать полученные результаты и сделать выводы.

Наше исследование проходило на базе Муниципального дошкольного образовательного учреждения № 238 «Центр развития ребенка – детский сад с осуществлением физического и психического развития, коррекции и оздоровления всех воспитанников» г. Кемерово.

В первой главе работы «Теоретические аспекты проблемы формирования навыков здорового образа жизни средствами познавательно-исследовательской деятельности» рассмотрена сущность понятий «здоровый образ жизни», «формирование навыков здорового образа жизни» в психолого-педагогической литературе, рассмотрены особенности познавательно-исследовательской деятельности детей дошкольного возраста, определены педагогические условия формирования навыков здорового образа жизни детей дошкольного возраста.

Теоретический анализ литературы по проблеме исследования позволил нам сформулировать следующее определение здорового образа жизни детей дошкольного возраста – это форма повседневной жизни, соблюдение режима дня, культурно-гигиенические навыки, гимнастика, двигательная деятельность,

закаливание и подвижные игры, культура питания. Определения здорового образа жизни ряда авторов показаны на слайдах .

Познавательно-исследовательская деятельность в работе рассматривается как совместная работа воспитателя и детей, направленная на решение познавательных и исследовательских задач. Направления работы по формированию познавательно-исследовательской деятельности дошкольников отражены на слайде.

- развитие познавательной инициативы ребенка (любопытности);
- освоение основополагающих культурных форм упорядочения опыта: причинно-следственных, рода-видовых (классификационных), пространственных и временных отношений;
- развитие восприятия, мышления, речи (словесного анализа-рассуждения) в процессе активных действий по поиску связей вещей и явлений;
- расширение кругозора детей посредством выведения их за пределы непосредственного практического опыта в более широкую пространственную и временную перспективу (освоение представлений о природном и социальном мире, элементарных географических и исторических представлений).

В первой главе нами была проанализирована психолого-педагогическая литература, изучены условия формирования навыков здорового образа жизни детей дошкольного возраста в условия ДОО: организация взаимодействия ДОО и семьи по вопросам формирования навыков здорового образа жизни детей и реализация познавательно-исследовательской деятельности детей дошкольного возраста в формировании представлений о здоровом образе жизни. Педагогические условия формирования навыков здорового образа жизни детей дошкольного возраста представлены на слайде . Во второй главе «Формирование навыков здорового образа жизни детей дошкольного возраста средствами познавательно-исследовательской деятельности» нами осуществляется проверка результативности педагогических условий по формированию навыков здорового образа жизни детей дошкольного возраста средствами познавательно-исследовательской деятельности.

Изучение состояния педагогических условий в МДОУ № 238 «Центр развития ребенка – детский сад с осуществлением физического и психического развития, коррекции и оздоровления всех воспитанников» включило проведение

индивидуальных бесед с детьми старшего дошкольного возраста, анкетирование родителей на выявление знаний о ЗОЖ.

По результатам диагностического опроса детей старшего дошкольного возраста можно сделать вывод о том, что представления о ЗОЖ достаточно сформированы примерно у половины детей.

46% детей имеют допустимый уровень представлений о ЗОЖ, они понимают, что такое «здоровый образ жизни», но не все имеют представление, как сформировать его.

У 54 % детей уровень сформированности ниже допустимого, они не имеют элементарных представлений о ЗОЖ и о том, как сформировать его.

По результатам опроса родителей можно сделать вывод, что больше половины семей знают, что такое ЗОЖ дошкольника и как его нужно формировать с помощью различных методов, но есть семьи, которые не имеют достаточного представления о том, как формировать здоровый образ жизни у своего ребенка.

Реализация задач формирования основ ЗОЖ в работе со старшими дошкольниками осуществляли в трех направлениях, показанных на слайде. Большое внимание уделяли экспериментальной деятельности, которая помогает активизировать мыслительную деятельность ребенка, дает возможность самому открыть новые знания.

Для формирования навыков здорового образа жизни детей дошкольного возраста средствами познавательно-исследовательской деятельности в ДОО в группе создана развивающая среда, включающая физкультурный уголок; дидактические, настольные игры, альбомы; таблицы, модели на вале логическую тему.

С родителями: проведены родительские собрания, беседы, консультации, анкетирования, совместные спортивные праздники и развлечения, дни открытых дверей и др.

Проведенные нами различные мероприятия привели к улучшению показателей в формировании представлений здорового образа жизни у детей. Мы можем сказать, что почти все дети заботятся о своем здоровье и знают, как вести здоровый образ жизни. Количество детей не имеющих представления о ЗОЖ значительно снизилось.

Результаты повторного диагностического исследования отражены на слайдах . Таким образом, работа по формированию навыков здорового образа жизни детей дошкольного возраста средствами познавательно-исследовательской деятельности дала положительные результаты, что подтверждено нами результатами дитагностического исследования участников образовательных отношений. Дети и родители овладели более глубокими представлениями о здоровом образе жизни.

Спасибо за внимание!

Список литературы

1. Агаджанян, Н. А., Смирнов, В. М. Нормальная физиология: Учебник для студентов медицинских вузов [Текст] / Н. А. Агаджанян. – М.:МИА, 2016. – 341 с.
2. Александрова, Е. Ю. Оздоровительная работа в дошкольных учреждениях по программе «Остров здоровья» [Текст] / авт.-сост. Е.Ю. Александрова. – Волгоград: Учитель, 2017. – 151 с.
3. Алямовская, В. Г. Как воспитать здорового ребенка [Текст] / В.Г. Алямовская. – М.: Просвещение, 2013. – 243 с.
4. Апанасенко, Г. Л. Медицинская валеология [Текст] / Г.Л. Апанасенко. – Ростов н/Д.: Феникс, 2017. – 248 с.
5. Ахвердова, О. А. К исследованию феномена «культура здоровья» в области профессионального физкультурного образования [Текст] / О.А. Ахвердова, В.А. Магин // Теория и практика физической культуры. – 2018. – № 2. – С. 12-18.
6. Бондин, В. И. Безопасность жизнедеятельности: учеб.пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования [Текст] / В.И. Бондин, Ю.Г. Семехин, О.Г. Бериев. – М.: Академцентр, 2016. – 349 с.
7. Воробьева, М. Воспитание здорового образа жизни у дошкольников [Текст] / М.Воробьева // Дошкольное воспитание. – 2017. – № 7. – С. 5 - 9.
8. Выготский, Л. С. Педагогическая психология [Текст] / Под ред. В. В. Давыдова. – М.: Педагогика-Пресс, 1996. – 536 с.
9. Егорова, Т. А. Развитие исследовательского потенциала дошкольников / Т.А. Егорова // Современный детский сад. – 2016. – № 1. – С. 42-45.
10. Жбанков, Р. Г. Учись быть здоровым [Текст] / Р.Г. Жбанков.- М.: Просвещение, 2014. – 143 с.
11. Журавлева, В. Н. Проектная деятельность старших дошкольников [Текст] / В.Н. Журавлева // Педагогика. – 2017. – № 4. – С. 32-35.
12. Зайцев, Г. К. Валеология: Культура здоровья: Книга для учителей и студентов педагогических специальностей [Текст] / Г.К. Зайцев, А.Г. Зайцев. – М.: Бахрах-М, 2016. – 272 с.

13. Захарова, Т. Н. Формирование здорового образа жизни [Текст] / Т.Н. Захарова. – Волгоград: Учитель, 2017. – 174 с.
14. Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология XXI века [Текст] / сост. Ю.Е.Антонов, М.Н.Кузнецова и др. –М.: Гардарики, 2018. – 164 с.
15. Ильюшенков, В.В. Здоровье и образование [Текст] / В.В. Ильюшенков, Т.А. Берсенева. – СПб.: Питер, 2017. – 216 с.
16. Исакова, Н. В. Развитие познавательных процессов у старших дошкольников через экспериментальную деятельность [Текст] / Н. В. Исакова // Дошкольное воспитание. – 2017. - № 4. – С. 15-18.
17. Киреева, М. М. Экспериментируем вместе! [Текст] / М.М. Киреева // Детский сад от А до Я. – 2017. – № 1 (67). – С. 84-92.
18. Кмито, О. Я – исследователь: из опыта работы [Текст] / О.Я. Кмито // Дошкольное воспитание. – 2015. – № 6. – С. 42-45.
19. Коджаспирова, Г. М. Словарь по педагогике [Текст] / Г. А. Коджаспирова, А. Ю. Коджаспиров. – М. :МарТ, 2005. – 448 с.
20. Комарова, И. А. К вопросу о разработке экспериментальной модели методики формирования осознанного отношения к природе у детей дошкольного возраста [Текст] / И. А. Комарова, С. В. Спирин // Педагогика психология. – 2016. – № 2. – С .60-64.