

Сформированность представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста средствами игровых технологий

А.Ю. Хилова

магистрант факультета педагогики и психологии

ФГБОУ ВО «Ульяновский государственный педагогический университет

имени И.Н.Ульянова»

г. Ульяновск, Российская Федерация

Реализация важнейшей государственной задачи, связанная с охраной и укреплением здоровья детей, активизировала поиск новых технологий формирования основ здорового образа жизни. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, раскрывающий цели, задачи и содержание работы дошкольных образовательных организаций, нацеливает, прежде всего, на развитие познавательных и созидательных способностей ребенка, при этом важная роль отводится игре [1].

Поэтому изучение уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста средствами игровых технологий является актуальным.

Перед нами стояли задачи:

- 1) подобрать диагностический инструментарий для изучения актуального уровня сформированности представлений и способов ведения основ здорового образа жизни у дошкольников;
- 2) разработать критериально-диагностический аппарат оценки освоения детьми представлений и способов ведения основ здорового образа жизни.
- 3) изучить и проанализировать актуальное состояние сформированности представлений и способов ведения основ здорового образа жизни у дошкольников.

В исследовании приняло участие 58 детей старшего дошкольного возраста МБДОУ № 226 г. Ульяновска.

На основании теоретического анализа литературы были выделены основные параметры: показатели, критерии и уровни сформированности основ здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста.

В качестве критериев и показателей мы рассматриваем:

- познавательный – наличие представлений о здоровье и здоровом образе жизни, влиянии поведения на здоровье, способах укрепления и сохранения здоровья, перенос имеющихся представлений в здоровьесберегающую деятельность,

- эмоционально-ценностный – интерес и эмоционально-положительное отношение к здоровому образу жизни, мотивы выбора ведения здорового образа жизни;

- двигательно-игровой - реализация элементов здорового образа жизни в поведении и деятельности на практике.

На основании выделенных критериев и показателей были определены уровни сформированности основ здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста: высокий, достаточный и низкий.

Исследование осуществлялось посредством комплекса взаимодополняющих методов, которые позволили с разных точек зрения, посмотреть на изучаемую проблему: контрольные упражнения, наблюдение за двигательной деятельностью детей, беседы с детьми, математическая обработка данных.

Констатирующее исследование, которое осуществлялось комплексно, условно представлено в трех основных направлениях.

Первое направление было направлено на изучение уровня представлений детей о здоровом образе жизни. С этой целью использовалась методика «Неоконченные предложения», предложенная В.А. Деркунской.

С целью реализации второго направления диагностического исследования, направленного на выявление уровня развития эмоционального

отношения детей к здоровому образу жизни, был адаптирован художественно-экспрессивный тест Л.В. Школяра, основанный на оценке эмоциональной выразительности интерпретаций художественных произведений. Нами были подобраны репродукции картин, отражающие активный отдых детей и передающие различные настроения (радости, веселья, удивления, любования).

Испытуемым предлагали рассмотреть репродукции картин Ф. Сычкова «Катание с горы» и Д. Нистрёма «Дети на лыжах», а затем устно рассказать о детях, изображенных на картинах и ответить на вопросы.

Второе направление также было направлено на изучение особенностей освоения детьми позиции субъекта в игровой деятельности и интереса детей к различным видам игр, их содержанию, желания играть со сверстниками или одному, и проводилось по адаптированной методике «Выбор картинки» С.Д. Забрамной. Данная методика была адаптирована с учетом целей эксперимента, в нее были включены картинки с изображением не только сюжетно-ролевых игр, но и игры со спортивным инвентарем, подвижные игры.

Третье направление направлено на изучение уровня физического развития и двигательной активности. Диагностическую основу исследования по третьему направлению составила система диагностических тестов физического воспитания дошкольного возраста М.А. Руновой, Г.Н. Сердюковской.

Полученные данные по всем направлениям суммировались и определялся общий уровень. Результаты констатирующего этапа показали, что из 58 детей низкий уровень сформированности представлений об основах здорового образа жизни имеют 38% детей, достаточный – 43% детей, высокий – 19% детей.

Для проведения дальнейшего эксперимента прибегли к методу параллельных групп – вся выборка была разделена на группы - экспериментальную и контрольную. Таким образом, это позволит говорить

об определенной однородности исследуемых групп в плане формирования у детей основ здорового образа жизни.

Дальнейшая работа заключалась в разработке и апробации программы формирования основ здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста посредством игровых технологий и педагогических условий, позволяющие повысить эффективность этого процесса.

Разработанная программа получила название «Играя, учимся здоровью».

Цель программы: формирование системы представлений о здоровье и здоровом образе жизни, усвоение здоровьесберегающих норм поведения, воспитание чувства ответственности за собственное здоровье на основе игровых технологий.

Задачи и содержание педагогического процесса в нашей программе определялось в соответствии с теоретическими основаниями, связанными с определением понятия игровых технологий в процессе формирования основ здорового образа жизни дошкольников. Исходя из этого определения, содержание программы направлено на формирование трех сфер личности – познавательной, двигательной, игровой, что и определило выделенные направления в программе.

Данная программа предлагает насыщенное образовательное содержание по трем направлениям: познавательному, двигательному, игровому, каждое из которых решает свои задачи.

Первое – познавательное направление предусматривало решение следующих задач:

- формирование представлений о здоровье как основополагающем понятии здорового образа жизни, рациональных способах ведения здорового образа жизни;
- развитие познавательной активности и интереса к здоровому образу жизни;

- развитие коммуникативных способностей для построения конструктивного общения.

Двигательное направление направлено на формирование двигательной активности старших дошкольников.

Основные задачи:

- совершенствование техники выполнения основных движений;
- формирование двигательно-координационных способностей детей;
- обогащение представлений детей о различных видах игр (подвижных, народных, спортивных), видах спорта;

- привитие интереса к физической культуре и спорту, самостоятельности при выполнении физических упражнений и организации подвижных игр;

- снятие эмоционального напряжения, обучение способам управления поведением.

Третье направление – игровое, предусматривало отражение накопленных здоровьесберегающих представлений и умений в игровой деятельности.

Задачи данного направления:

- формирование умения выстраивать здоровьесберегающую траекторию поведения в игровой деятельности;

- планирование собственных игровых действий исходя из первичных ценностных представлений о здоровом образе жизни, своих физических возможностей, интересов.

С целью решения поставленных задач могут быть использованы следующие игровые технологии формирования основ здорового образа жизни дошкольников:

- педагогические игровые технологии (технология сотрудничества, технология дифференцированного обучения по интересам детей, технология развивающего обучения с направленностью на развитие творческих качеств личности);

- здоровьесберегающие игровые технологии (проблемно-игровые ситуации, игротренинг, динамические паузы, пальчиковая, дыхательная гимнастика, игровой массаж и самомассаж и др.)

- игровые технологии (познавательные, коммуникативные, дидактические, сюжетно-ролевые, подвижные, игры-драматизации, народные игры и др.).

Эффективность реализации программы определялась педагогическими условиями формирования основ здорового образа жизни посредством игровых технологий:

- создание предметно-развивающей среды, обеспечивающей развитие познавательной, творческой и двигательной активности для освоения детьми представлений и способов ведения основ здорового образа жизни;

- учитываются индивидуально-личностные особенности дошкольников при активной включенности в игровую деятельность, ориентированную на приобщение к основам здорового образа жизни;

- систематически и целенаправленно осуществляется взаимодействие дошкольной образовательной организации и семьи по внедрению здорового образа жизни.

Повторное изучение уровня сформированности представлений и способов ведения основ здорового образа жизни у дошкольников показало, что в экспериментальной группе количество детей на контрольном этапе увеличилось на 37%, а в контрольной группе их число осталось неизменным, в экспериментальной группе уменьшилось количество детей с достаточным (на 10%) и низким уровнем (на 27%), это свидетельствует о том, что дети перешли на более высокий уровень. В контрольной группе наблюдаются изменения по достаточному и низкому уровню, но они не столь существенны: количество детей с достаточным уровнем выросло на 7%, с низким уменьшилось – на 7%.

Таким образом, сравнительные результаты позволяют утверждать о целесообразности разработки и внедрения программы и педагогических

условий, доказавших свое положительное влияние на сформированность основ здорового образа жизни старших дошкольников посредством игровых технологий.

Литература

1. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Утвержден приказом Министерством образования и науки РФ от 17.10.2013г. № 1155. – 29с. - URL: <http://d25101.edu35.ru/ourchhome/obraz-standarty/128-fgos-do>.