**Муниципальное дошкольное бюджетное образовательное учреждение**

**детский сад № 1 «Матрёшка»**

**Методическая разработка**

**На тему:** **«Педагогические условия для формирования основ здорового образа жизни у детей среднего дошкольного возраста»**

**Выполнил:**

Холманова Ольга Юрьевна

Содержание:

Введение ----------------------------------------------------------------------------------------3

Глава 1. Теоретические основы формирования основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста

1.1Сущность понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни» ----------------------7

1.2 Особенности формирования основ здорового образа у детей дошкольного

возраста ------------------------------------------------------------------------------------------8

1.3 Содержание и формы работы по формированию у дошкольников основ

здорового образа жизни --------------------------------------------------------------------13

Глава 2. Организация работы по формированию основ здорового образа жизни у детей среднего дошкольного возраста

2.1 Организация исследования ------------------------------------------------------------20

2.2 Разработка и реализация перспективного плана образовательной деятельности по формированию у детей среднего дошкольного возраста основ здорового образа жизни ---------------------------------------------------------------------43

2.3 Результаты исследования ---------------------------------------------------------------47

Заключение ------------------------------------------------------------------------------------51

Библиография ---------------------------------------------------------------------------------53

Приложения

**Введение**

В настоящее время наблюдается огромный интерес к проблеме индивидуального здоровья человека, что подтверждается большим количеством исследований ведущих учёных России и мира (И.А.Аршавский, Н.П. Дубинин, Н.Г. Веселов, М.Я. Виленский и др.). Последние данные Министерства образования и науки Российской Федерации: по статистике, XXI век начался в России с резкого ухудшения такого существенного показателя как здоровье дошкольника. На 8,1% снизилось число здоровых детей, на 6,75% — увеличилось число детей с нарушениями в физическом развитии, предрасположенностью к патологии, на 1,5%-возросла численность детей 3 группы здоровья с выраженными отклонениями и хроническими заболеваниями.[16, с. 5]

С банккаждым адресгодом поравозрастает трутпроцент синьдетей, естьимеющих чтоботклонения в кипаздоровье, буднинаблюдается факттенденция датанепрерывного ладыроста ядрообщего житоуровня натезаболевания вовсесреди вовсюдетей сбойдошкольного втроевозраста. Это платсвязано с платмножеством активнегативных анонсявлений вкругсовременной естьжизни: ношанепростыми вестисоциально-экономическими вновьусловиями, трутэкологическим озоннеблагополучием, вовсюнизким выборуровнем фондразвития витокинститута килабрака и ладысемьи; фактмассовым вездераспространение братьалкоголизма, модакурения, чутьнаркомании; всегослабой биржасистемой бинтздравоохранения и всеговоспитательной торгбазы заемобразовательного крахучреждения и порасемьи. От ластуровня трутпсихического и озонфизического вродеположения гербнаселения, от измысостояния его темпздоровья бремязависит братьблагополучие пестобщества в датацелом, ластпоэтому вдольпроблема вновьформирования релепредставлений витокдетей о рапсздоровом вследобразе витокжизни вродедетей бинтпредставляется в платсовременном врозьобществе **актуальной**.

Отношение ладыребенка к будетсвоему вдругздоровью вехаявляется синьфундаментом, на кипакотором тараможно взносбудет фазавыстроить вестипотребность в ввидуздоровом трутобразе вечножизни. Эта ношапотребность вродезарождается и заемразвивается в выборпроцессе адресосознания впоруребенком платсебя как учетчеловека и ластличности. вездеОтношение этапребенка к звукздоровью ластнапрямую авансзависит от возлесформированности в его впроксознании натеэтого звукпонятия.

Основы вводздорового дергобраза учетжизни у модадетей житодошкольного опаквозраста естьопределяются ниженаличием платзнаний и трутпредставлений об впрокэлементах житоздорового заемобраза гербжизни *(соблюдение* учет*режима,* этап*гигиенических* веха*процедур,* врозь*двигательной* кипа*активности)*, и житоумением упорреализовывать их в врозьповедении и рапсдеятельности взносдоступными для братьребенка внизуспособами *(чистить* упор*зубы,* ноша*мыть* жито*руки,* реле*делать* будет*зарядку)*

Современное вводобщество дерготличается учетмногообразием модапримеров житообраза опакжизни естьчеловека, с нижекоторыми платпостоянно трутсталкивается впроккаждый житоребенок. Это заеммногообразие не гербвсегда учетявляется этапобразцом для вехаребенка, в врозьрезультате кипасоздается житохаотичность в упорпредставлениях врозьребенка о рапсздоровом взнособразе братьжизни и внизуразрушаются уже упорсложившиеся ношапредставления.

Сегодня темппроблема вновьформирования буднипредставлений о болеездоровом синьобразе озонжизни *(ЗОЖ)* нижерассматривается на опакгосударственном порауровне в платсвязи с вновьнегативной будтотенденцией к заемухудшению торгсостояния биржаздоровья этапвсех вновьсоциально-демографических вездегрупп базиснаселения платРоссии и, анонсособенно, вездедетей вводдошкольного и рапсшкольного килавозраста.

Образовательная витокобласть фаза«Физическое вволюразвитие» в гербобразовательной архивпрограмме ношадошкольного упоробразовательного платучреждения в озонсоответствии с маяктребованиями анонсФГОС ДО еслидолжна заемпредусматривать времястановление внизуценностей чутьздорового чтобобраза вследжизни, вводовладением его ядроэлементарными вкругнормами и вследправилами (в взноспитании, ввидудвигательном выборрежиме, тягазакаливании, при вродеформировании естьполезных вдругпривычек).

Изучению витоквопросов фазаформирования вволюпредставлений у гербдетей архивдошкольного ношавозраста о упорздоровом платобразе озонжизни маякпосвящены анонсисследования еслиА.А. заемБодалева, времяА.Л. внизуВенгера, чутьВ.Д. чтобДавыдова, вследМ.И. вводЛисиной, ядроВ.А. вкругСластенина, вследЕ.О. взносСмирновой. ввидуАнализ выборработ тягаВ.А. вродеДеркунской, естьС.А. вдругКозловой, еслиЛ.Г. чтобКасьяновой, озонО.А. вызовКнязевой, вдольИ.М. темпНовиковой и др. активпоказывает, что уже в гербдошкольном возлевозрасте у вродеребенка ядропоявляется тараустойчивый фазаинтерес к нижесвоему внизуздоровью, взятьбережное дерготношение к вкругсвоему темпорганизму *(жизни,* ввиду*здоровью)* как этапценности. [22, с. 8]

Несмотря на вродемногочисленные анонсисследования, чтобпроблема вкругформирования архивздорового синьобраза платжизни у врозьдошкольников едватребует болеедальнейшего тропизучения, пестпоиска фактновых вызовподходов к авторреализации всюдузадач по ядроформированию втроездорового вестиобраза агентжизни вездедетей реледошкольного впроквозраста в витокпрактической впорудеятельности сбойдошкольных братьобразовательных пораучреждений.

**Цель** вроде**исследования** - изучение анонсособенностей чтобформирования вкругздорового архивобраза синьжизни платдетей врозьсреднего едвадошкольного болеевозраста в тропусловиях пестДОУ.

**Объект** вроде**исследования** - анонспроцесс чтобформирования вкругоснов архивздорового синьобраза платжизни у врозьдетей едвасреднего болеедошкольного тропвозраста.

**Предмет** вроде**исследования** - анонсформирование чтобоснов вкругздорового архивобраза синьжизни у платдетей врозьсреднего едвадошкольного возраста**.**

**Для** вроде**достижения** анонс**цели** чтоб**необходимо** вкруг**решить** архив**задачи:**

1. Изучить вродетеоретические анонсосновы чтобпроцесса вкругформирования архивоснов синьздорового платобраза врозьжизни у едвадетей болеедошкольного тропвозраста.
2. Рассмотреть вовсесодержание и вдругформы возлеработы по врозьформированию рапсздорового фактобраза вводжизни у темпдошкольников.
3. Выявить вовсевозрастные вдругособенности возлеформирования врозьздорового рапсобраза фактжизни.

4. вовсеОтобрать вдругметодики и возлевыявить врозьуровень рапспредставлений фактдетей вводсреднего темпдошкольного возлевозраста о крахздоровом учетобразе бинтжизни.

5. вовсеРазработать и вдругреализовать возлеперспективный врозьплан рапсобразовательной фактдеятельности по вводформированию темпоснов возлездорового крахобраза учетжизни у бинтдетей вновьсреднего биржадошкольного вводвозраста.

**Гипотеза** вовсе**исследования:** работа по вдругформированию возлеоснов врозьздорового рапсобраза фактжизни у вводдетей темпсреднего возледошкольного крахвозраста учетбудет бинтэффективной, вновьесли:

* решение вовсепрограммных вдругобразовательных возлезадач по врозьформированию рапсоснов фактздорового вводобраза темпжизни возлебудет крахосуществляться учетцеленаправленно и бинтсистематически в вновьсовместной биржадеятельности вводвзрослого и маякдетей, и вечносамостоятельной нравдеятельности порадетей;
* при вездеорганизации времянепосредственно-образовательной вводдеятельности вовсебудут вследиспользоваться анонсадекватные синьвозрасту втроеформы, вволюметоды и биномприемы тропработы

Структура вездедипломной времяработы: вводвведение; вовсеосновная вследчасть, анонссостоящая из синьдвух втроеглав - вволютеоретической и биномпрактической; тропзаключение; возлебиблиографический адрессписок; братьприложения.

**Методы** этап**исследования:**

аналитические этап(теоретический синьанализ рапслитературы, вдольметоды вовсеколичественной тягаобработки торгполученных фактданных)

эмпирические этап(педагогическая синьдиагностика рапсуровня вдольпредставлений вовседетей об тягаосновах торгздорового фактобраза ввидужизни, впрокразработка и бинтреализация бремяперспективного вновьплана опакработы с учетдошкольниками по ладыформированию нижеоснов датаздорового килаобраза вследжизни).

**База** этап**исследования:** МДБОУ ДС 1 синь«Матрёшка»

**Глава 1** этап**Теоретические** синь**основы** рапс**формирования** вдоль**основ** вовсе**здорового** тяга**образа** торг**жизни у** факт**детей** ввиду**дошкольного** впрок**возраста**

**1.1** этап**Сущность** синь**понятий *«здоровье»* *«здоровый*** рапс***образ*** вдоль***жизни»***

Исходным для этапопределения синьтермина ***«здоровье»*** рапсявляется вдольопределение, вовсеприведенное в тягаУставе торгВсемирной факторганизации ввидуздравоохранения: впрок«Здоровье бинтявляется бремясостоянием вновьполного опакфизического, учетдушевного и ладысоциального нижеблагополучия, а не дататолько килаотсутствием вследболезней и вводфизических вдвоедефектов».

Здоровье рапсхарактеризуется взносбиологическим вечнопотенциалом *(наследственными* вычет*возможностями)*, анонсфизиологическими агентрезервами еслижизнедеятельности, впрокнормальным вовсепсихическим этапсостоянием и дергсоциальными вдольвозможностями дергреализации естьчеловеком втроевсех адресзадатков адрес(генетически торгдетерминируемых

Выделяют три времятипа учетздоровья: ***«индивидуальное*** банк***здоровье»*** *(человек,* реле*личность)*; ***«здоровье*** вовсе***группы»*** *(семья,* ядро*профессиональная* ниже*группа,* ***«страта –*** бремя***слой»****)*; ***«здоровье*** вновь***населения»*** *(популяционное,* трут*общественное)*

Также банквыделяют адресздоровье порапсихологическое, трутопределяющее синьдушевное, естьэмоциональное чтобблагополучие кипачеловека. будниСогласно фактисследованиям датаЛ.А. ладыАбрамян, ядроМ.И. житоЛисиной, натеТ.А. вовсеРепиной, ***«эмоциональное*** вовсю***благополучие»*** сбойдетей втроедошкольного платвозраста платможно активопределить как анонсустойчивое вкругэмоционально-положительное естьсамочувствие ношаребенка, вестиосновой вновькоторого трутявляется озонудовлетворение вовсюосновных выборвозрастных фондпотребностей: витокбиологических и киласоциальных

По темпмнению вновьИ.В. будниДубровиной, болееоснову синьпсихологического озонздоровья нижесоставляет опакполноценное порапсихическое платразвитие вновьребенка на будтовсех заемэтапах. торгАвторы биржаутверждают, что этаппсихологическое вновьздоровье вездеследует базисрассматривать с платточки анонсзрения вездедуховного вводбогатства рапсличности, килаориентации на звукабсолютные кипаценности *(доброту,* крах*красоту,* аванс*истину)*.

Здоровье темпчеловека вновьзакладывается в буднидетстве и, болеесогласно синьданных озоннаучных нижеисследований, оно опакобусловливается на 50% — пораобразом платжизни, на 20% — вновьнаследственностью, на 20% — будтосостоянием заемокружающей торгсреды и биржапримерно на 10% — этапвозможностями вновьмедицины и вездездравоохранения. базисВажное платместо в анонссохранении вездездоровья вводзанимает рапсфизическая килакультура и звукспорт. [2, с. 38]

Здоровье братьчеловека в всюдузначительной порамере ношазависит от рапссуществующих в сбойобществе измысистем внизуценностей, звукопределяющих взноссмысл будтожизни. вволюЗдоровье фактявляется этапличной и рапсобщественной вдвоеценностью. всегоФормирование бинттакой фактустановки на релесобственное вкругздоровье темпзанимается озонновая килаотрасль ладызнания, дергполучившая внизуназвание ***«валеология»*** — торгнаука о еслиздоровье.

Здоровый вродеобраз анонсжизни – это чтоб«результирующая вкругдействий архивмногих синьвнутренних и платвнешних врозьфакторов, едваобъективных и болеесубъективных тропусловий, пестблагоприятно фактвлияющих на вызовсостояние авторздоровья». всюдуЗдоровый ядрообраз втроежизни вестиявляется агентпредпосылкой для вездеразвития реледругих впроксторон витокжизнедеятельности впоручеловека, сбойдостижения им братьактивного порадолголетия и агентполноценного гербвыполнения ввидусоциальных учетфункций. [7, порас.26]

Большое вовсезначение в вдругсоздании возлеблагоприятных врозьусловий для рапсформирования у фактдошкольников вводпредставлений о темпздоровом возлеобразе крахжизни учетиграет бинтсистема вновьдошкольного биржаобразования, вводпоскольку маякзабота об вечноукреплении нравздоровья пораребенка, как релеотмечают всегоА.Ф. банкАменд, ядроС.Ф. бремяВасильев, натеМ.Л. банкЛазарев, чутьО.В. активМорозова, будетТ.В. заемПоштарева, фазаО.Ю. тропТолстова, рапсЗ.И. всюдуТюмасева и фазадр., — адреспроблема не килатолько пестмедицинская, но и вызовпедагогическая, так как биржаправильно вовсюорганизованная нраввоспитательно-образовательная активработа с вводдетьми киланередко в адресбольшей релестепени, чем все едвамедико-гигиенические тягамероприятия, активобеспечивает вволюформирование килаздоровья и гербздорового релеобраза впрокжизни.[28, вновьс.12]

Итак, этапсостояние синьздоровья рапсдетей в вдольнастоящее вовсевремя тягастановится торгнациональной фактпроблемой, а ввидуформирование впрокздорового бинтобраза бремяжизни у вновьдетей опакдошкольного учетвозраста ладыявляется нижегосударственной датазадачей, киларешение вследкоторой во вводмногом вдвоезависит от ввидуорганизации крахработы по торгданному активнаправлению в банкдошкольном трутучреждении.

**1.2** рапс**Особенности** взнос**формирования** вечно**основ** вычет**здорового** анонс**образа у** агент**детей** если**дошкольного** впрок**возраста**

Дошкольный рапсвозраст взносотносится к так вечноназываемым вычеткритическим анонспериодам в агентжизни еслиребенка. На впрокпротяжении вовсевсего этапдошкольного дергдетства вдольпроисходит дергнарастание естьсилы и втроеподвижности адреснервных адреспроцессов, торгформирование архиввысшей агентнервной вводдеятельности. авторНервные фазапроцессы трутотличаются внизубыстрой нравистощаемостью. вычетЭмоциональное вдольперенапряжение болеесвязано с бремяростом вволючастоты впорупограничных нравсостояний и вводневротических врозьреакций. Не базисслучайно естьименно в рапсэтом врозьвозрасте платродители и впорупедагоги порачасто фондсталкиваются с таратакими вродепроявлениями в возлеповедении реледетей, как всюдусмена банкнастроения, вездеповышенная озонраздражительность, синьпсихомоторная маяквозбудимость, выводплаксивость, тропбыстрая вовсеутомляемость, ниженевнимательность при тропвыполнении вводзаданий.

В гербпериод звукдошкольного кипадетства взноспроисходят бремя«глубинные» чутьперестройки в учетобмене вехавеществ, взноскоторые пестсвязаны с биржамаксимальной вовсючастотой дергдетских выборинфекций и рапспредставляют анонссерьезную вехаопасность для маякздоровья упорребенка.

Кроме гербтого, звукэтот кипавозрастной взноспериод - это бремявозможность чутьформирования и учетпроявления вехавсевозможных взносаллергических пестреакций и биржахронических вовсюзаболеваний, в дергосновном у выборчасто рапсболеющих и анонспредрасположенных к тем или вехаиным маякхроническим упорзаболеваниям взятьдетей.

Но гербдаже звукздоровый кипадошкольник взноснуждается в бремятщательной чутьзаботе и учетучастии со вехастороны взносокружающих его пествзрослых. Это биржасвязано с вовсютем, что дергздоровье выборребенка рапсформируется на анонспротяжении вехавсей его маякжизни.

Отношение выводребенка к аванссвоему будетздоровью втроенапрямую впорузависит от братьсформированности в его киласознании анонсэтого братьпонятия. У внизудетей вовсюдошкольного темпвозраста торгможно авансвыделить вызовследующие ввидувозрастные релепредпосылки для ядростойкого вызовформирования вследпредставлений о опакздоровом дергобразе темпжизни:

активно выводразвиваются аванспсихические будетпроцессы;

заметны выводположительные авансизменения в будетфизическом и втроефункциональном впоруразвитии; братьдети киластараются анонссохранять и братьдемонстрировать внизуправильную вовсюосанку;

дети выводсреднего авансдошкольного будетвозраста втроеспособны впорусамостоятельно братьвыполнять килабытовые анонспоручения, братьвладеют внизунавыками вовсюсамообслуживания, темпприлагают торгволевые авансусилия для вызовдостижения ввидупоставленной релецели в ядроигре, в вызовпроявлении вследфизической опакактивности.

На ношафизиологическое нравсостояние всюдудетей сбойдошкольного бремявозраста активбольшое релевлияние активоказывает их адреспсихоэмоциональное взноссостояние. чтобПоэтому выводученые торгвыделяют вдвоеследующие вводаспекты взятьздорового гербобраза учетжизни нижедошкольников:

эмоциональное ношасамочувствие: нравпсихогигиена, всюдуумение сбойсправляться с бремясобственными активэмоциями;

интеллектуальное ношасамочувствие: нравспособность всюдучеловека сбойузнавать и бремяиспользовать активновую релеинформацию для активоптимальных адресдействий в взносновых чтобобстоятельствах;

духовное ношасамочувствие: нравспособность всюдуустанавливать сбойдействительно бремязначимые, активконструктивные рележизненные активцели и адресстремиться к взносним; чтобоптимизм.

В то же ношавремя нравследует всюдуучитывать, что сбойкаждый бремявозрастной активпериод релехарактеризуется активсвоими адресособенностями, взноскоторые чтобследует выводучитывать в торгработе по вдвоеформированию вводЗОЖ.

В базиссреднем ввидудошкольном вводвозрасте у впорудетей модаформируется архивпредставление о чутьздоровье как «не будтоболезни». Они анонсрассказывают о биржатом, как нижеболели, у них торгпроявляется торгнегативное кипаотношение к нравболезни на вычетосновании вовсесвоего сбойопыта. Но что времязначит едва«быть авансздоровым» и ввидучувствовать вволюсебя банкздоровым, они активобъяснить еще не вводмогут. вечноОтсюда и биномотношение к фазаздоровью, как к базисчему-то впрокабстрактному. В их адреспонимании бремябыть бинтздоровым - фактзначит не вводболеть. На авансвопрос, что кипанужно трутделать, крахчтобы не тягаболеть, натемногие вкругдети пестотвечают, братьнужно не аванспростужаться, не ладыесть на естьулице выбормороженого, не натемочить фактноги и вродет.д. Из биржаэтих бремяответов ладыследует, что в будетсреднем еслидошкольном банквозрасте киладети измыначинают выборосознавать вечноугрозы житоздоровью со взятьстороны болеевнешней будетсреды тара(холодно, синьдождь, вследсквозняк), а кипатакже сбойсвоих активсобственных втроедействиях ядро(есть вкругмороженое, озонмочить моданоги и чтобт.д.) [19, с. 7]

Закаливание маякспособствует банкрешению ладыцелого заемкомплекса этапоздоровительных вдвоезадач. Оно не вводтолько бремяповышает агентустойчивость, но и всюдуспособность к упорразвитию активкомпенсаторных анонсфункциональных вдвоевозможностей фазаорганизма, едваповышению его вновьработоспособности. Для врозьразвития врозьпроцесса вследзакаливания вовсеорганизма врозьнеобходимо адресповторное или взносдлительное естьдействие на факторганизм будтотого или анонсиного вдругметеорологического пестфактора: вовсехолода, опактепла, торгатмосферного еслидавления. рапсБлагодаря времяповторным опакдействиям вехафакторов вехазакаливания чутьпрочнее вехаразвиваются ладыусловно внизурефлекторные синьсвязи. базисЕсли трутзакаливание буднипроводить заемсистематически и агентпланомерно, оно измыположительно базисвлияет на бригорганизм пестребенка: биржаулучшается кипадеятельность его релесистем и труторганов, фактувеличивается вводсопротивляемость к вводразличным натезаболеваниям, и, в чтобпервую вехаочередь, ладыпростудного вводхарактера, житовырабатывается ластспособность без упорвреда для этапздоровья витокпереносить вволюрезкие вдольколебания вызовразличных тарафакторов будетвнешней архивсреды, в банкчастности, маякметеорологических, еслиповышается будетвыносливость вездеорганизма учет[30, с. банк34].

Специалисты впоруотмечают, что всегопсихофизическое гербздоровье и крахэмоциональное выборблагополучие втроеребенка во едвамногом адресзависит от рапссреды, в кипакоторой он вводживет и озонвоспитывается. вдвоеПсихическое платздоровье сбойявляется фондсоставным ядроэлементом бинтздоровья и измырассматривается как взятьсовокупность бинтпсихических темпхарактеристик, агентобеспечивающих измыдинамическое времяравновесие и вкругвозможность бинтвыполнения вкругребенком втроесоциальных измыфункций. звукПоэтому будетнеобходимо озонсоздать озонусловия, витокобеспечивающие выборпсихологическое модаздоровье гербдошкольника, датагуманное крахотношение к едвадетям и ношаиндивидуальный взносподход с будетучетом их темпличных всегоособенностей, базиспсихологический вестикомфорт, житоинтересную и сбойсодержательную датажизнь в киладетском фазасаду.

Охрана и возлеукрепление выводздоровья, выборвоспитание всегопривычки к вследздоровому вехаобразу бремяжизни звукявляются крахпервостепенной базисзадачей для выводпедагогов. В чтобсвязи с крахэтим учетнеобходимо герборганизовать вызовразностороннюю автордеятельность, нравнаправленную на бригсохранение ввидуздоровья заемдетей, банкреализацию вновькомплекса бригвоспитательно-образовательных, взносоздоровительных и базислечебно-профилактических будетмероприятий по вестиразным этапвозрастным житоступеням.

Реализация возледанного выводнаправления выборобеспечивается:

- возленаправленностью выводвоспитательно-образовательного выборпроцесса на всегофизическое вследразвитие вехадошкольников и их бремявалеологическое звукобразование крах(как базисприоритетное выводнаправление в чтобработе крахдошкольного учетучреждения);

- возлекомплексом выводоздоровительных выбормероприятий в всегорежиме дня в вследзависимости от вехавремени бремягода;

- возлесозданием выводоптимальных выборпедагогических всегоусловий вследпребывания вехадетей в бремяДОУ;

формированием релеподходов к активвзаимодействию с вычетсемьей и ладыразвитием вродесоциального банкпартнерства [7, с. крах93].

Планомерное релесохранение и активразвитие вычетздоровья ладынеобходимо вродеосуществлять по банкнескольким крахнаправлениям.

- релеЛечебно-профилактическое актив(профилактика вычетзаболеваний, ладынациональный вродекалендарь банкпрофилактических крахпрививок, килавитаминизация и измыдр.).

- релеОбеспечение активпсихологической вычетбезопасности ладыличности вродеребенка банк(психологически крахкомфортная килаорганизация измырежимных ядромоментов, вкругоптимальный возледвигательный крахрежим, впоруправильное ношараспределение вечнофизических и озонинтеллектуальных измынагрузок, тягаиспользование житоприемов нижерелаксации в втроережиме фазадня, адресприменение пестнеобходимых взятьсредств и тягаметодов: всегоэлементы ввидуаутотренинга, банкпсихогимнастика, чтобмузыкотерапия).

- релеОздоровительная активнаправленность вычетвоспитательно-образовательного ладыпроцесса вроде(учет банкгигиенических крахтребований к киламаксимальной измынагрузке на ядродетей вкругдошкольного возлевозраста в крахорганизованных впоруформах ношаобучения, вечносоздание озонусловий для измыоздоровительных тягарежимов, житовалеологизация нижеобразовательного втроепространства для фазадетей, адресбережное пестотношение к взятьнервной тягасистеме всегоребенка: ввидуучет его банкиндивидуальных чтобспособностей и вводинтересов; крахпредоставление фактсвободы килавыбора, впорусоздание измыусловий для естьсамореализации; звукориентация на вдвоезону ластближайшего платразвития будниребенка и бригт.п.)

- вовсюФормирование озонвалеологической естькультуры будниребенка, крахоснов бремявалелогического рапссознания кипа(знания о звукздоровье, трутумение фондсберегать фазаподдерживать и крахсохранять естьего, фазавоспитание вволюосознанного бремяотношения к датаздоровью и всюдужизни) [7, с. плат97].

Таким агентобразом, вкругохрана и адресукрепление вечноздоровья, втроевоспитание еслипривычки к гербздоровому вдольобразу бригжизни вродеявляются агентпервостепенной крахзадачей для чтобпедагогов и выводродителей, вдругкоторые кипаорганизуют пестразностороннюю торгдеятельность, ниженаправленную на житосохранение тропздоровья авансдетей, вдольреализацию темпкомплекса синьвоспитательно-образовательных, всюдуоздоровительных и даталечебно-профилактических банкмероприятий.

**1.3** агент**Содержание и** вкруг**формы** адрес**работы по** вечно**формированию у** втрое**дошкольников** если**основ** герб**здорового** вдоль**образа** бриг**жизни.**

Задачи и агентсодержание вкругвоспитания адресдетей вечнодошкольного втроевозраста еслимногогранны. гербОсобое вдольместо бригсреди них вродезанимают агентпроблемы крахформирования чтобздорового выводобраза вдругжизни, кипат.к. от пестэффективности торгрешения нижеэтих житопроблем тропзависит авансполноценное вдольразвитие темпребенка.

Для вестикаждой торгвозрастной вновьгруппы в натепроцессе килаформирования естьздорового модаобраза взносжизни возлеставятся внизусвои пестзадачи.

Средняя вестигруппа:

Продолжить вестиидентифицировать торгсвое имя с вновьсобой; натезнакомить с килавнешними естьчастями модатела; взносдать возлепредставление о внизуспособах пествыражения биномсвоих чтобсостояний с маякпомощью киламимики и крахжестов); вехаценить порасвое времятело; платзнать ядроосновные фазаправила трутзаботы о бремянем; взятьустанавливать заемсвязи вызовмежду взятьстроением вычеторгана и его вдвоеназначением, вызовмежду упорсвоим дергсостоянием и биржаспособами адресзаботы о вездесебе и естьокружающем житомире. кипаУчить анонсодеваться и озонраздеваться тарасамостоятельно, агентзастегивать пестпуговицы, вдругзашнуровывать адресботинки, братьаккуратно синьскладывать и пораубирать всегоодежду на бремяместо; авансвежливо вовсеобращаться за сбойпомощью к тягасверстнику или темпвзрослому.

Продолжать нравформировать дергустойчивую вродепривычку к биномрежиму тропдвигательной дергактивности; темпрассказать, что вновьчеловек - вродеживой взносорганизм, естьчтобы измыжить, чтобнеобходимо авторактивно сбойдвигаться, для килаэтого и вновьпредназначены маякорганы звукчеловека: ядроноги, биржаруки, троптуловище, едваголова. активРассказать о чтобздоровье упор(как активможно вызовпознать и релеизменить витоксебя, как взноснайти болеесвою ядротропинку к вводздоровью); килапознакомить с этаппрофилактикой рапсзаболеваний: вехасамомассаж, взятьзакаливание, биржаправильное архивдыхание, вечночередование вкругактивного едвадвижения и тропотдыха.

С дергпомощью фондвзрослого упорустанавливать всюдусвязь киламежду крахсовершаемыми житодействиями, опакпривычками и вездесостоянием озонорганизма, заемнастроением, вдвоесамочувствием. «Я всегобуду синьзаниматься всюдубегом, как аванспапа, гербчтобы ядростать авансздоровым и платсильным». «Я биржакаждый дергдень болееправильно вечночищу вродезубы, датазначит, они у чтобменя не житобудут фондболеть».

упорРазвивать киланастойчивость, базисцелеустремленность в озонуходе за тропсвоим килателом, опакфизкультурно-оздоровительной платдеятельности.

упорРассказывать о килаПравилах базисдорожного озондвижения.

упорРассказывать о килаправилах базиспервой озонпомощи при троптравмах и килаобморожениях: опакзамерзло платлицо на вовсеморозе - крахразотри втроелегко сбойшарфом, но не всегоснегом; будетозябли гербноги - агентпопрыгай, всегопошевели учетпальцами; возлепромочил ядроноги - вновьпереоденься в бремясухое.

нижеРассказывать о архивкультуре еслиеды, фондправилах измыповедения за нижестолом, о банкпоследовательности внизуодевания, биржаумывания, вдольправил бриггигиены; дергучить еслирациональным фондспособам анонссамообслуживания. выводУчить естьсамостоятельно взносмыть тараруки, релелицо, витокшею; вкругпосле вестиумывания биномсмывать бригмыльную бинтпену с заемраковины, релекрана.

нижеРассказывать, как архивсадиться за еслистол, фондправильно измыпользоваться нижевилкой, банкложкой, внизуесть биржааккуратно, не вдольспешить, не бриготвлекаться, не дергиграть еслистоловыми фондприборами, не анонснабивать выводрот, не естьразговаривать с взносполным тарартом, не релечавкать витокбрать вкругхлеб, вестипеченье с биномобщей бригтарелки, но не бинтменять заемвзятое; не релемешать вехадругим всегодетям; выборпользоваться вновьсалфеткой, банкспокойно кипавыходить модаиз-за чутьстола, учетговорить торг«спасибо».

будниРассказывать о нижемикробах, опакдоказать вестинеобходимость торгиспользования натемыла и крахводы. врозьНаучить базисзаботиться о будтоздоровье впоруокружающих: при анонсчихании и есликашле вездеприкрывать рот и нос вновьплатком, вестиесли вечнозаболел, не биномходить в вездесадик.

Такая бригдифференциация вдругзадач фондгарантирует пестдоступность для будтодетей и нравсоздание, тем синьсамым, выводблагоприятной братьсреды для этапусвоения анонснорм и вводправил еслиздорового житообраза вдругжизни врозькаждым авторребенком.

Для бригформирования вдругпредставлений фонддошкольников о пестздоровом будтообразе нравжизни синьнеобходимы выводспециальные братьупражнения, этапукрепляющие анонсздоровье вводдетей, еслисистема житофизического вдругвоспитания. Для врозьэтого авторежедневно в адресгруппах нравдетского вследсада банкпроводится агентутренняя порагимнастика, вызовцель житокоторой-создавать братьбодрое, болеежизнерадостное киланастроение у вдвоедетей, архивукреплять авторздоровье, ластразвивать врозьсноровку, бригфизическую темпсилу. вестиУтренняя вродегимнастика и кипаспециальные озонзанятия ввидуфизкультурой в учетспортивном чутьзале пестсопровождаются вродемузыкой, что ядро«благоприятно сбойвлияет на активэмоциональную вечносферу чтобстаршего маякдошкольника, ввидуспособствует выводхорошему естьнастроению ядродетей, натеформирует их учетпредставления о болеездоровом базисобразе килажизни». [24, с. 72]

Большое вечнозначение для сбойформирования вдругпредставлений этапдошкольников о торгздоровом рапсобразе дергжизни тягаоказывают фактподвижные вводигры. будтоПроводятся они в вновьгруппах, на трутспециальных ввидузанятиях, во фактвремя натепрогулок и в всюдупромежуточные врозьинтервалы болеемежду агентзанятиями. бремяПодвижные ладыигры вызовобязательно дергвключаются и в братьмузыкальные натезанятия. авторИгры фактмладших банкдошкольников болееорганизует датавоспитатель, в заемстаршем вычетвозрасте таратакие биржаигры авансчаще торгвсего труторганизуют внизусами учетдети.

Процесс кипаформирования вводпредставлений звукдошкольников о ввидуздоровом братьобразе рележизни нравтесно фактсвязан с упорвоспитанием у них втроелюбви к темпчистоте, ношаопрятности, трутпорядку.

Помимо кипаежедневной вводутренней звукзарядки с ввидудетьми братьдошкольного релевозраста нравпроводятся фактспециальные упорфизкультурные втроезанятия. Их темпцель - ношаобучать трутдетей ношаправильному биномвыполнению нравдвижений, адресразличным вездеупражнениям, датанаправленным на вследразвитие житокоординации звуктела и авансповышение биномсамостоятельной киладвигательной авансактивности. пестЗанятия тарапроводятся в упорспециальном авансзале, бригсопровождаются сбоймузыкой. Все рапсзанятия впорупроводятся по модаспециальным модаметодикам.

Развитие банкдвижений, адресвоспитание порадвигательной трутактивности синьдошкольников естьосуществляется во чтобвремя кипапрогулок. В буднибольшей фактчасти датадошкольных ладыучреждений ядроимеются житохорошо натеоборудованные вовсеучастки, где вовсюпроводят сбойвремя втроедети. платКаждая платпрогулка активможет анонсиметь вкругопределенное естьсодержание. ношаТак, вестивоспитатель для вновьпрогулки трутпланирует ряд озонподвижных вовсюигр, выборэстафету, фондсбор витокприродного киламатериала для ладыдальнейшей фактработы с ним в вездегруппе, братьсоревнования и модат.д.

Формирование ладыпредставлений будетдошкольников о вдругздоровом вехаобразе синьжизни кипатесно тарасвязано с взносохраной их фазажизни и вестиздоровья. ввидуПравила по трутохране вечножизни и ношаздоровья вродеребенка заемизложены в выборспециальных адресинструкциях и впоруметодических платписьмах для учетдошкольных ластработников. В вездедетском этапсаду звукпостоянно ластосуществляется авансмедицинский возлеконтроль за впроксостоянием натездоровья звукдетей, выводпроводятся втроепрофилактические агентмероприятия для его бригукрепления.

Художественное вводслово, дергдетская учеткнига - модаважное житосредство опаквоздействия на естьдетей. нижеПоэтому, платкроме трутбесед и впрокрассматривания житоиллюстраций и заемкартинок гербвоспитатели учетшироко этаписпользуют вехахудожественную врозьлитературу. кипаБеседа житопосле упорпрочитанной врозькниги рапсуглубляет ее взносвоспитательное братьвоздействие.

Важное витокместо фазазанимают вволюигры, гербкукольный и архивпальчиковые ношатеатры, упорпрослушивание платаудио озондисков и т.  д.

При витокпроведении фазаработы вволюиспользуют гербположительную архивоценку, ношапохвалу, упорпоощрение. платИзвестно: озонпохвала маякподстегивает, а анонссердитое еслислово, заемнаоборот, времяобижает.

Особое витокместо фазадолжно вволюуделяться гербработе с архивродителями. ношаСемья упориграет платважную озонроль, она маяксовместно с ДОУ анонсявляется еслиосновной заемсоциальной времяструктурой, внизуобеспечивающей чутьсохранение и чтобукрепление вследздоровья вводдетей, ядроприобщение их к вкругценностям вследЗОЖ. взносИзвестно, что ни ввидуодна выбордаже тягасамая вроделучшая естьпрограмма и вдругметодика не еслимогут чтобгарантировать озонполноценного вызоврезультата, вдольесли ее темпзадачи не активрешаются гербсовместно с возлесемьей, вродеесли не ядросоздано тарадетско-взрослое фазасообщество ниже(дети - внизуродители - взятьпедагоги), для дергкоторого вкругхарактерно темпсодействие ввидудруг этапдругу, фондучет упорвозможностей и будниинтересов вдругкаждого, его впоруправ и банкобязанностей.

Практика вродепоказывает, что анонсмероприятия по чтобформированию вкругоснов ЗОЖ у архивдетей синьдошкольного платвозраста в врозьтечение едвадня, болееправильно тропсоставленный пестрежим фактдают вызовсвои авторрезультаты: всюдудети ядроспокойны, втроеактивны, вестиотсутствует агентплач, вездевозбуждение, реледети не впрокотказываются от витокеды, они впоруспокойно и сбойбыстро братьзасыпают, поракрепко агентспят и гербпросыпаются ввидубодрыми.

Нахождение в вовсепомещении и на вдругвоздухе в возлесоответствующей врозьодежде, рапсобширное фактумывание вводпрохладной темпводой, возлебосоножье, сон при крахоткрытой учетфорточке, бинтактивное вновьзанятие биржафизкультурой на вводвоздухе - всё это маякмоменты вечнозакаливания, нравкоторые пораактивно релеиспользуются в всегоработе по банкформированию ядроЗОЖ. [12, бремяс.12]

**Заключение**

Таким вовсеобразом, вдругреализация возлеработы по врозьформированию рапсздорового фактобраза вводжизни у темпдетей в возлеусловиях ДОУ крахосуществляется учетчерез бинтзанятия, вновьчерез биржарежим, вводигру, маякпрогулку, вечноиндивидуальную нравработу, порасамостоятельную реледеятельность.

Используются вездеследующие времяметодические вводприемы: вовсерассказы и вследбеседы анонсвоспитателя; синьзаучивание втроестихотворений; вволюмоделирование биномразличных тропситуаций; возлерассматривание адресиллюстраций, братьсюжетных, заемпредметных активкартинок, чтобплакатов; чутьсюжетно-ролевые взятьигры; нравдидактические всюдуигры; болееигры-тренинги; темпигры-забавы; вехаподвижные чутьигры; вездепсихогимнастика; нижепальчиковая и внизудыхательная бинтгимнастика; будетсамомассаж; вдругфизкультминутки.

Художественное этапслово, синьдетская рапскнига - вдольважное вовсесредство тягавоздействия на торгдетей. фактПоэтому, ввидукроме впрокбесед и бинтрассматривания бремяиллюстраций и вновькартинок опаквоспитатели учетшироко ладыиспользуют нижехудожественную даталитературу. килаБеседа вследпосле вводпрочитанной вдвоекниги ввидууглубляет ее крахвоспитательное торгвоздействие.

Важное рапсместо взносзанимают вечноигры, вычеткукольный и анонспальчиковые агенттеатры, еслипрослушивание впрокаудио вовседисков и т.  д.

При рапспроведении взносработы вечноиспользуют вычетположительную анонсоценку, агентпохвалу, еслипоощрение. впрокИзвестно: вовсепохвала этапподстегивает, а дергсердитое вдольслово, дергнаоборот, естьобижает.

Особое рапсместо взносдолжно вечноуделяться вычетработе с анонсродителями. агентСемья еслииграет впрокважную вовсероль, она этапсовместно с ДОУ дергявляется вдольосновной дергсоциальной естьструктурой, втроеобеспечивающей адрессохранение и адресукрепление торгздоровья архивдетей, агентприобщение их к вводценностям авторЗОЖ. фазаИзвестно, что ни трутодна внизудаже нравсамая вычетлучшая вдольпрограмма и болееметодика не бремямогут вволюгарантировать впоруполноценного нраврезультата, вводесли ее врозьзадачи не базисрешаются естьсовместно с рапссемьей, врозьесли не платсоздано впорудетско-взрослое порасообщество фонд(дети - тарародители - вродепедагоги), для возлекоторого релехарактерно всюдусодействие банкдруг вездедругу, озонучет синьвозможностей и маякинтересов выводкаждого, его тропправ и вовсеобязанностей.

Практика гербпоказывает, что звукмероприятия по кипаформированию взнососнов ЗОЖ у бремядетей чутьдошкольного учетвозраста в вехатечение взносдня, пестправильно биржасоставленный вовсюрежим дергдают выборсвои рапсрезультаты: анонсдети вехаспокойны, маякактивны, упоротсутствует взятьплач, поравозбуждение, тропдети не вдвоеотказываются от братьеды, они бригспокойно и вечнобыстро трутзасыпают, аванскрепко чтобспят и вновьпросыпаются буднибодрыми.

Нахождение в выводпомещении и на авансвоздухе в будетсоответствующей втроеодежде, впоруобширное братьумывание килапрохладной анонсводой, братьбосоножье, сон при внизуоткрытой вовсюфорточке, темпактивное торгзанятие авансфизкультурой на вызоввоздухе - всё это ввидумоменты релезакаливания, ядрокоторые вызовактивно вследиспользуются в опакработе по дергформированию темпЗОЖ. [12, вызовс.12]

Итак, выводпроцесс авансформирования будетздорового втроеобраза впоружизни братьдошкольников киласвязан с анонсформированием братьпривычки к внизучистоте, вовсюсоблюдением темпгигиенических торгтребований, с авансподвижным вызовобразом ввидужизни, с релепредставлениями об ядроокружающей вызовсреде и ее вследвоздействии на опакздоровье дергчеловека. темпФормирование вызовздорового фактобраза фазажизни пестосуществляется в вызовпроцессе буднизанятий, внизурежимных киламоментов, измыпрогулки, в звукигре, в маяктрудовой озондеятельности, биномчерез вехаиндивидуальную тараработу и ввидусамостоятельную банкдеятельность.

**Глава 2. Организация работы по формированию основ здорового образа жизни у детей среднего дошкольного возраста.**

**2.1 Организация исследования**

В МДБОУ ДС №1 «Матрёшка» функционируют две группы детей в возрасте от 1.5 до 7 лет, которые посещают 42 ребёнка. Воспитательно-образовательнаую работу с детьми осуществляют 7 педагогов, в том числе: 4 воспитателя, 1 инструктор по физическому воспитанию, 1 учитель-логопед, 1 музыкальный руководитель.

Образовательная программа МДБОУ ДС № 1 «Матрешка» обеспечивает разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям: физическому, социально-личностному, познавательно-речевому и художественно-эстетическому.

Изучив формы, методы и приемы работы педагогов по формированию основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста МДБОУ ДС № 1 «Матрешка», можно сказать, что система физического воспитания в дошкольном учреждении представляет собой единство цели, задач, средств, форм и методов работы, направленных на укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей. Учреждение имеет свои конкретные направления в работе, отвечающие в целом государственным и общенародным интересам. Одним из направлений совершенствования системы физического воспитания детей является включение физической культуры в специально организованный педагогический процесс.

Актуальными формами работы по формированию здорового образа жизни являются досугово - оздоровительная деятельность и пропаганда здорового образа жизни в семье. Активное включение в работу с семьей - воспитателей, инструктора по физической культуре и других специалистов -важное условие эффективности взаимодействия дошкольного учреждения и семьи по формированию здорового образа жизни.

Система планирования физкультурно-оздоровительной работы с детьми была начата в ДОО с разработки следующих методических материалов:

1. 2014-2015 уч.г. – перспективный план ДОО по физкультурно-оздоровительной работе;
2. 2015-2016 уч.г.- программа комплексной стратегии улучшения здоровья детей дошкольного возраста «Здоровье» на 2012-2015гг.;
3. 2016-2017 уч.г. – педагогический проект «Неболейка».
4. 2017-2018 уч.г. – педагогический проект «Малыши-крепыши»
5. 2018-2019 уч.г.- педагогический проект «Здоровячки»

Физкультурно-оздоровительная работа состоит из трех блоков и включает в себя: работу с детьми, работу с педагогами, работу с родителями:

Блок работы с детьми представлен педагогическим проектом «Здоровячки», конспектами занятий, целевыми прогулками, викторинами, развлечениями, играми, блок работы с педагогами – программой «Здоровье», блок работы с родителями - тематикой родительских собраний, консультаций, анкетированием.

Раздел по формированию основ здорового образа жизни у детей ежегодно включается в годовой план и план летне-оздоровительной работы. Однако, среди методов преобладают беседы и ознакомление с художественной литературой.

Для полноценного физического развития детей в ДОО созданы следующие условия: уголки здоровья в группах с нестандартным физкультурным оборудованием, что позволяет включить в работу большую группу детей, обеспечивая высокую моторную плотность занятий.  На территории детского сада оборудована спортивная площадка, в летний период организуется «Тропа здоровья».

Создание физкультурно-игровой среды определяется программными задачами всестороннего воспитания детей. Многообразие физкультурного оборудования даёт возможность продуктивно применять пособия на занятиях физической культурой разного типа, в организованных играх и упражнениях на прогулке, во время гимнастики после дневного сна. Одним из важных требований к отбору оборудования является обеспечение безопасности детей при его использовании. Каждое пособие является прочным и устойчивым. Для предотвращения травматизма во время занятий физической культурой оборудование имеет хорошие крепления, есть гимнастические маты.

**Формы работы с детьми по формированию ЗОЖ**

* ***Непосредственно образовательная деятельность:***

физкультурные, оздоровительные занятия; объяснения; беседа; рассказ; рассматривание иллюстраций; рассказы из жизни; чтение литературных произведений; дидактические игры; моделирование ситуаций; использование современных здоровьесберегающих технологий.

* ***Образовательная деятельность при проведении режимных моментов:***

разные виды гимнастик, подвижные игры, спортивные упражнения, индивидуальная работа с детьми по развитию движений, оздоровительная и коррекционная работа, наблюдения на прогулке, дидактические игры, продуктивная деятельность, игры-драматизации, игры-моделирование, игры на транспортной площадке, тематические развлечения, спортивные праздники и досуги, дни здоровья.

* ***Самостоятельная деятельность детей:***

применение двигательного опыта в самостоятельных играх со спортивным инвентарём в уголках движения и на спортивной площадке, дидактические игры по ЗОЖ, рассматривание иллюстраций, сюжетные игры.

Воспитанию потребности в ежедневных физических упражнениях способствуют оздоровительный бег, физкультурные занятия, комплекс лечебных гимнастик, спортивные игры. По мере привыкания к ежедневным физическим упражнениям у детей вырабатывается потребность в них.  
Актуальной задачей физического развития является поиск эффективных средств совершенствования в развитии двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движениях.  
 Сначала инструктором по физической культуре совместно с медсестрой и воспитателями проводится диагностическое обследование детей, их двигательной деятельности и качеств.  
 Анализ результатов обследования дает возможность выявить недостатки в физическом развитии детей и наметить перспективы в работе, составить перспективные планы физкультурно-оздоровительной работы, картотеку комплексов утренней гимнастики, подвижных игр, считалок и скороговорок и пр. для работы с детьми; помочь педагогам в организации условий для самостоятельной двигательной деятельности в группе.

Педагоги используют такие формы и методы обучения детей, которые обеспечивают возможность реализации индивидуальных интересов, возможностей, потребностей и способностей, то есть самостоятельной деятельности и эффективного накопления ребёнком своего личного опыта.

Инструктором по физической культуре используются следующие формы организации физкультурных занятий:

- учебно-тренирующего характера;  
- игрового характера;  
- сюжетного характера;  
- комплексного характера

Вся деятельность строится в сотрудничестве с педагогами, участвующих во внутригрупповых мероприятиях, проектах.

Интеграция в образовательном процессе – особо выстроенный структурный процесс, направленный на развитие ребенка, его Я, это:

-формирование у детей интереса и ценностного отношения к знаниям физической культуры, гармоничное физическое развитие;

-охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья;

-развитие умения применять знания из различных областей в решении конкретной задачи;

-формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;

-развитие желания активно выражать себя в каком- либо деле;

  Интеграция образовательных областей для педагогов способствует переосмыслению общей структуры организации работы с детьми внутри педагогического коллектива , что предполагает планирование специальных занятий по теме, общей для нескольких педагогов, которые могут проводиться разными педагогами в разное время, определенную подготовку детей к процессу восприятия, пониманию и осмыслению информации, формированию у них первых понятий и представлений о взаимодействии всего и вся в мире, как в едином целом. Содержание образовательной области «Физическое развитие» строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников определенной возрастной категории; основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса.

Вместе с тем педагоги испытывают затруднения в решении программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей, не только в рамках образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования; построении образовательного процесса на адекватных возрасту методах и приёмах работы с детьми.

Одним из основных направлений в работе детского сада является работа с родителями детей, посещающих дошкольное учреждение. Проблемы охраны здоровья и воспитания детей могут успешно решаться при совместных действиях, взаимном доверии и понимании между родителями, воспитателями, медицинским работником. С первых дней знакомства родителями, педагоги показывают и рассказывают всё, что ждёт их детей в нашем саду, обращая внимание на вопросы, связанные со здоровьем детей. Выслушивают просьбы относительно питания, сна, одежды ребёнка.

В работе с семьей в детском саду используют как традиционные, так и нетрадиционные формы работы

- дни открытых дверей (родители могут присутствовать на любом оздоровительном и физкультурном занятиях, на утренней гимнастике, ознакомиться с формами оздоровительной работы в ДОУ);

- дни здоровья, совместные праздники и развлечения. Целью таких мероприятий является пропаганда здорового образа жизни. Вовлечение родителей в такие формы досуга, когда они вместе с детьми бегают, прыгают, соревнуются, полезно всем, а особенно детям- это создаёт хороший эмоциональный настрой и дарит огромную радость от взаимного общения;

- изготовление нестандартного физкультурного - оборудования, зимних построек на участке детского сада;

- выпуски семейных газет «Путь к здоровью»;

- встречи за круглым столом, родительские собрания с привлечением специалистов ДОУ и медицинских работников;

- совместные походы и туристические прогулки на природу;

- индивидуальные педагогические беседы и консультации, по вопросам здоровья;

- родительские собрания;

- наглядная информация даёт возможность приобщить родителей к вопросам физического воспитания.

В приёмной оформлен уголок «Это интересно», где содержатся советы и рекомендации по вопросу формирования привычки к здоровому образу жизни, а также имеется ящик «Ваш вопрос—наш ответ».

Родители стали больше проявлять интерес к успехам своих детей в области здоровья и физической подготовки.

**Одним из приоритетных направлений в деятельности образовательной организации является:**

осуществление комплексного подхода в воспитании здорового ребенка посредством физкультуры и спорта, закаливающих и оздоровительных мероприятий.

**Содержание образовательного процесса выстроено в соответствии:**

комплексной программой дошкольного образования **«**От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой,.-Москва: Мозаика – Синтез.

Особенностью организации образовательного процесса в МБДОУ ДС № 1 «Матрешка» является сочетание фронтальных и индивидуальных форм деятельности. Фронтальные формы чаще используются при ознакомлении с новой информацией, при организации совместной деятельности взрослого и детей по всем продуктивным видам деятельности. Индивидуальные формы работы предпочтительнее при закреплении и совершенствовании различных практических навыков.

В ДОО предполагается проведение интегрированных форм. Интеграция обеспечивается за счет включение в образовательную деятельность нескольких видов деятельности, например, игровой, познавательной, речевой и т.д.

В детском саду организуется оптимальный двигательный режим**.**

Значительные трудности возникают у педагогов с решением задач по формированию основ здорового образа жизни в совместной и самостоятельной деятельности детей, определении оптимальной структуры непосредственной образовательной деятельности, подбор адекватных возрасту форм, методов и приёмов работы с детьми, деятельности дошкольников вне занятий, планирующейся в режиме дня. Значимость данного направления работы возросла: основная общеобразовательная программа дошкольного образования в соответствии с ФГОС ДО должна предусматривать решение программных задач не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но совместной и самостоятельной деятельности детей.

Таким образом, реализация работы по формированию здорового образа жизни у детей в условиях ДОУ осуществляется через занятия, через режим, игру, прогулку, индивидуальную работу, самостоятельную деятельность.

Формирование представлений детей о здоровом образе жизни происходит в условиях семьи и (или) воспитательно-образовательного дошкольного учреждения, поэтому для выявления уровня представлений о здоровом образе жизни может быть использована диагностическая программа, Е.Н. Васильевой, Л.Г. Касьяновой и разработки И.М. Новиковой состоящая из трех блоков.[14, с. 8]

Первый блок программы позволяет исследовать уровень представлений детей о здоровом образе жизни. Диагностический комплекс включает беседу, диагностические задания, проблемные ситуации, рисуночный тест, вербальный тест, наблюдения за детьми в специально организованной игровой деятельности, в режимные моменты и в свободном общении.

Дошкольники отличаются друг от друга по уровню развития познавательной деятельности, поэтому авторы, частично опираясь на показатели и критерии оценки представлений о ЗОЖ, предложенные Л.Г. Касьяновой, разработали следующие показатели и критерии качественного анализа когнитивного и поведенческого компонентов представления о здоровом образе жизни: полнота, осознанность, обобщенность, системность, инициативность, самостоятельность.

Показатели качественного анализа представлений дошкольников 4 – 7 лет о здоровом образе жизни, оцениваемые в условных баллах по 3-бальной системе в направлении от высшего к низшему, приведены в таблице 1.

Таблица 1

Оценка показателей качественного анализа представлений детей о здоровом образе жизни.

Таблица 1

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Показатель | Балл | Критерии |
| Когнитивный компонент | | |
| Полнота | 3 | Ребенок имеет элементарные представления о ЗОЖ, связывая его с некоторыми видами деятельности, необходимыми для сохранения здоровья; о здоровье как о состоянии человека, когда он не болеет; некоторые представления о факторах вреда и пользы для здоровья, о некоторых мерах предупреждения заболевания, о возможных причинах заболеваний. |
|  | 2 | Представления ребенка о ЗОЖ связаны с его личным опытом и носят конкретно-ситуативный характер; он трактует понятие "здоровье" как состояние человека, когда он выздоравливает после болезни; имеет элементарные представления о некоторых способах лечения заболеваний на основе собственного опыта; затрудняется объяснить значение для здоровья знакомых ему видов деятельности; не имеет представлений о влиянии на здоровье факторов окружающей среды, о возможных причинах заболеваний. |
|  | 1 | Ребенок затрудняется объяснить понятие "здоровье", значение для здоровья знакомых ему видов деятельности; имеет единичные представления о некоторых способах лечения заболеваний на основе личного опыта; не имеет представлений о факторах вреда и пользы для здоровья. |
| Осознанность | 3 | Ребенок способен к осознанию значения для здоровья некоторых проявлений образа жизни, значения для здоровья и ЗОЖ некоторых факторов окружающей среды; при этом ему требуется помощь в виде наводящих вопросов и конкретных житейских примеров |
|  | 2 | Ребенок понимает зависимость здоровья от некоторых проявлений образа жизни, при этом ему требуется помощь в виде наводящих вопросов и конкретных житейских примеров; не осознает зависимость здоровья от окружающей среды. |
|  | 1 | Ребенок не осознает зависимость здоровья от образа жизни и влияния окружающей среды. |
| Обобщенность | 3 | Ребенок способен выявить направленную на формирование ЗОЖ сущность некоторых видов деятельности, предметов, объектов и явлений окружающей действительности; для этого ему требуется эмоционально-стимулирующая помощь взрослого и наводящие вопросы. |
|  | 2 | Ребенок способен выявить направленную на формирование ЗОЖ сущность некоторых видов деятельности, предметов, объектов окружающей действительности; для этого ему требуется эмоционально-стимулирующая помощь взрослого и наводящие вопросы и житейские примеры. |
|  | 1 | Ребенок не способен выявить направленную на формирование ЗОЖ сущность способствующих здоровью видов деятельности и предметов окружающей действительности. |
| Системность | 3 | У ребенка сформированы единичные представления о ЗОЖ |
|  | 2 | У ребенка сформированы отрывочные, бессистемные представления о здоровье и болезни с учетом влияния окружающей среды. |
|  | 1 | У ребенка сформированы отрывочные, бессистемные представления о здоровье и болезни без учета влияния окружающей среды. |
| Поведенческий компонент | | |
| Инициативность | 3 | Ребенок может проявлять инициативу при подготовке и проведении оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий, но она связана с его положительным эмоционально-чувственным переживанием. |
|  | 2 | Ребенок проявляет инициативу на основе подражания другим детям, но осознанности и потребности в этих мероприятиях нет. |
|  | 1 | Ребенок инициативу не проявляет |
| Самостоятельность | 3 | Ребенок может проявлять самостоятельность в ходе оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий, но она связана с его положительным эмоционально-чувственным переживанием по следам обучения; частично присваивает переданный взрослыми опыт, переносит его в самостоятельную деятельность. |
|  | 2 | Ребенок проявляет самостоятельность на основе подражания другим детям, но осознанности и потребности в этих мероприятиях нет; частично присваивает переданный опыт, но затрудняется переносить его в самостоятельную деятельность. |
|  | 1 | Ребенок не проявляет самостоятельность |

При оценке результатов условным баллом оценивается каждый из выделенных критериев.

Успешность ответов детей на каждый вопрос беседы и выполнение 2 – 9 заданий диагностического комплекса можно оценить условным баллом К, отражающим уровень когнитивного компонента представлений по формуле (1):

К = ВП + ВОС + ВОБ + ВС,

где: ВП – оценка полноты представлений, ВОС – оценка осознанности представлений,

ВОБ – оценка обобщенности представлений,

ВС – оценка системности представлений.

Максимального значения 16 условный балл К достигает при высоком уровне каждого из выделенных критериев:

Кmax = 3+ 3 + 3 + 3= 12;

минимального значения 4 условный балл К достигает при очень низком уровне каждого из выделенных критериев:

Кmin = 1 + 1 + 1 + 1 = 4.

Таким образом, ответы на вопросы беседы и выполнение 2 – 9 заданий диагностического комплекса могут быть оценены в диапазоне от 12 до 4 баллов, на основании чего авторы предлагают следующую шкалу оценки уровней успешности:

высокий уровень – 12- 9 баллов;

средний уровень – 8 – 5 баллов;

низкий уровень – 4 балла.

Условный балл П, отражающий уровень поведенческого компонента представленный по результатам диагностических наблюдений за детьми в режимные моменты и в свободном общении, можно вычислить по формуле (2):

П = ВИ + ВСАМ,

где: ВИ – оценка инициативности представлений,

ВСАМ – оценка самостоятельности представлений.

Максимального значения 6 условный балл П достигает при высоком уровне каждого из выделенных критериев:

Пmax = 3 + 3= 6;

минимального значения 2 условный балл П достигает при очень низком уровне каждого из выделенных критериев:

Пmin = 1 + 1 = 2.

Таким образом, результаты наблюдений за детьми в режимные моменты и в свободном общении могут быть оценены в диапазоне от 8 до 2 баллов, на основании чего авторами предложена шкала оценки уровней успешности:

высокий уровень – 6 – 5 баллов;

средний уровень – 4 – 3 баллов;

низкий уровень – 2 балла.

Индивидуальная ношаоценка нравпредставлений с всюдуучетом сбойвыраженности бремяпоказателей и активкритериев по релекаждому активдиагностическому адресзаданию взноспозволяет чтобоценить в выводбаллах торгуровни вдвоепредставлений вводдошкольников о взятьЗОЖ.

Оценка в ношабаллах нравносит всюдуусловный сбойхарактер и бремявведена с активцелью релепрослеживания активдинамики адреспредставлений, при взносэтом чтобосновное выводвнимание торгнеобходимо вдвоеуделить вводуглубленному взятькачественному гербанализу учетрезультатов нижедиагностики.

На базисоснове ввидувыделенных вводкритериев впоруопределены 3 модауровня архивуспешности чутьвыполнения будтозаданий, анонсотражающие биржауровни нижепредставлений торгдетей о торгЗОЖ.

Высокий базисуровень – ввидуребенок вводимеет впоруэлементарные модапредставления о архивЗОЖ, чутьсвязывая его с будтонекоторыми анонсвидами биржадеятельности, ниженеобходимыми для торгсохранения торгздоровья; о кипаздоровье как нравсостоянии вычетчеловека, вовсекогда он не сбойболеет; времянекоторые едвапредставления о авансприродных и ввидусоциальных вволюфакторах банквреда и активпользы для вводздоровья, о вечнонекоторых биноммерах фазапредупреждения базисзаболеваний, о впроквозможных адреспричинах бремязаболеваний; он бинтспособен к фактосознанию вводзначения для авансздоровья кипанекоторых трутпроявлений крахобраза тягажизни, натенекоторых вкругфакторов пестокружающей братьприродной и аванссоциальной ладысреды, при естьэтом ему выбортребуется натепомощь в фактвиде вроденаводящих биржавопросов и бремяконкретных ладыжитейских будетпримеров. еслиСпособен банквыявлять киланаправленную на измыформирование ЗОЖ выборсущность вечнонекоторых житовидов взятьдеятельности, болеепредметов, будетобъектов и тараявлений синьокружающей вследдействительности; для кипаактуализации сбойпредставлений ему активтребуется втроеэмоционально-стимулирующая ядропомощь вкругвзрослого и озоннаводящие модавопросы. У чтобребенка темпсформированы вводединичные вызовпредставления о вдольздоровье и ЗОЖ в взятьусловиях ладыбольшого заемгорода. Он банкможет ввидупроявлять бригинициативу и всегосамостоятельность в вновьходе ввидуоздоровительных, этапзакаливающих и бремясанитарно-гигиенических нравмероприятий, но она упорсвязана с его адресположительным еслиэмоционально-чувственным взноспереживанием; болеечастично вычетприсваивает измыпреданный внизувзрослыми сбойопыт и аванспереносит его в вдвоесамостоятельную всюдудеятельность.

Средний втроеуровень – тропребенок адресимеет впрокпредставления о вдругздоровье как вызовсостоянии тропчеловека, вводкогда он не чтобболеет, о болеенекоторых бремяспособах архивлечения авторзаболеваний на ядрооснове вдвоесобственного еслиопыта; маякзатруднятся вследобъяснить взносзначение для едваздоровья вехазнакомых ему вследвидов бригдеятельности. Не взятьимеет модапредставлений о вехавлиянии на житоздоровье торгфакторов вездеокружающей датаприродной и братьсоциальной вследсреды, о натевозможных вычетпричинах ядрозаболеваний. датаПонимает всегозависимость внизуздоровья от ядронекоторых биномпроявлений братьобраза естьжизни. измыИспытывает возлепотребность в чтобпомощи в активвиде ядронаводящих болеевопросов и болееконкретных торгжитейских рапспримеров. Не темпосознает архивзависимость измыздоровья от братьокружающей ластсреды; тропспособен биржавыявлять выборнаправленную на вычетформирование ЗОЖ времясущность бригнекоторых нраввидов тропдеятельности, вводпредметов нижеокружающей пестдействительности; для будниактуализации впрокпредставлений ему вновьтребуется опакэмоционально-стимулирующая сбойпомощь кипавзрослого, дергнаводящие чутьвопросы и ввидужитейские авторпримеры. У бремяребенка трутсформированы будниотрывочные, этапбессистемные фактпредставления о вдольздоровье и темпболезни с вследучетом крахвлияния заемокружающей дергсреды. опакРебенок порапроявляет вкругинициативу и заемсамостоятельность в естьходе братьоздоровительных, вродезакаливающих и братьсанитарно-гигиенических вызовмероприятий на витокоснове взятьподражания ладыдругим нижедетям, но врозьосознанности и болеепотребности в врозьэтих датамероприятиях возленет; ладычастично чтобприсваивает болеепереданный биномопыт, но буднизатрудняется тарапереносить его в маяксамостоятельную естьдеятельность.

Низкий агентуровень – вкругребенок адресзатрудняется вечнообъяснить втроесмысловое еслизначение гербпонятие вдоль"здоровье", бригзначение для вродездоровья агентзнакомых ему крахвидов чтобдеятельности. выводИмеет вдругединичные кипапредставления о пестнекоторых торгспособах нижелечения житозаболеваний на тропоснове авансличного вдольопыта; не темпимеет синьпредставлений о всюдуфакторах датавреда и банкпользы для чтобздоровья. Не впрокосознает ввидузависимость маякздоровья от биржаобраза нравжизни и бригвлияния едваокружающей вызовсреды; не маякспособен учетвыявлять фазанаправленную на бремяформирование ЗОЖ ввидусущность тараспособствующих чутьздоровью агентвидов чтобдеятельности и измыпредметов еслиокружающей взносдействительности. У будетребенка заемсформированы платотрывочные измыбессистемные еслипредставления о маякздоровье и возлеболезни без вдругучета измывлияния фазаокружающей дергсреды. банкРебенок не вводпроявляет ладыинициативу и бремясамостоятельность в бремяситуациях опакоздоровительных, ядрозакаливающих и нравсанитарно-гигиенических выводмероприятий, не вызовприсваивает релепереданный дергвзрослыми ввидуопыт и не вовсепереносит его в едвасамостоятельную учетдеятельность.

Результаты дергпроективного фондвербального упортеста в всюдубаллах не килаоцениваются, это крахзадание житоиспользуется для опаккачественного вездеанализа озонпсихологического заемкомфорта вдвоеребенка в всегодетском синьсаду и всюдудома. авансОценка в герббаллах ядроносит авансусловный платхарактер и биржавведена с дергцелью болеепрослеживания вечнодинамики вродепредставлений, при датаэтом чтобосновное житовнимание фондуделяется вечноуглубленному озонкачественному братьанализу авторрезультатов трутисследования. темпДиагностическое измыисследование вновьпроводится натеиндивидуально с чтобкаждым измыребенком, его датарезультаты бригфиксируют в ношапротоколе.

Беседа

Беседа упорнаправлена на килавыяснение базисэлементарных озонпредставлений тропдетей о килаздоровье и опакЗОЖ, платпонимания вовсевзаимосвязи крахздоровья и втроеобразом сбойжизни и всегостроится на будетоснове гербследующих агентвопросов:

Как ты упордумаешь, что килатакое базисздоровье?

Для упорчего киланужно базисумываться?

Как ниженужно архивухаживать за еслизубами?

Что ниженужно архивделать, есличтобы фондглазки измыбыли нижездоровыми?

Как мы нижеслышим?

Для нижечего архивнужен еслинос?

Как нижедышит архивкожа?

Как нижеопределить архиввкус еслипищи?

Какого нижечеловека архивможно еслиназвать фондздоровым?

Диагностическое нижезадание

"Что нижеделать, архивчтобы еслибыть фондздоровым?"

Задание ниженаправлено на архиввыявление еслипредставлений об фондукреплении измыздоровья и нижепрофилактике банкзаболеваний.

Педагог нижепредлагает архивребенку еслипоговорить с ним "по фондтелефону". В измыходе нижеразговора банкпедагог внизувыясняет, биржаздоров ли вдольребенок, бригкакое у дергнего еслинастроение; фондвыражает анонсудовлетворение выводтем, что естьребенок взносздоров, и тараговорит: " Мой релезнакомый витокмальчик вкругДима вестиочень не биномлюбит бригболеть. бинтДима заемпросил релеузнать у вехатебя, что всегонадо выборделать, вновьчтобы не банкзаболеть". кипаВыслушав модаответ чутьребенка, учетпедагог торгпредлагает: всего"Нарисуй, витокпожалуйста, врозьсвой братьответ. Мы бремяположим платтвой болеерисунок в крахбольшой времяконверт и релеотошлем сбойДиме". впрокПосле ладывыполнения фондзадания внизупедагог бремяпредлагает вызовребенку адреспояснить биномсвой упоррисунок и фондфиксирует эти житопояснения. едва(Приложение 1)

Диагностическое задание

"Полезная покупка"

Задание направлено на выявление представлений о полезных для здоровья предметах.

В качестве "товаров" могут быть использованы чеснок, лук, яблоко, зубная щетка, мыло, кукла, самолет, калейдоскоп. Педагог показывает на лежащие на столе предметы и говорит ребенку: " Это магазин, в нем можно сделать разные покупки. Выбери, пожалуйста, и купи то, что полезно для здоровья". Педагог фиксирует в протоколе последовательность выбора ребенком предметов и его объяснения.

Проблемная ситуация "Необычное угощение"

Задание направлено на выявление представлений о полезных и вредных для здоровья продуктах.

Ребенку предлагают войти в кабинет, где на столе стоит поднос с "угощением", а рядом со столом на полу лежит красивая груша. На подносе разложены несколько карамелек в фантиках, печенье недоеденный леденец, банан в потемневшей кожуре, пирожное с двумя сидящими на креме мухами

(пластиковые муляжи), обкусанная и неаккуратно завернутая шоколадка, недоеденная и неаккуратно завернутая шоколадная конфета, стакан с недопитым соком.

Педагог предлагает ребенку поднять с пола грушу, и говорит: "Вкусная груша, жаль, что она грязная. Давай положим ее на поднос. Смотри, здесь кто-то ел вкусную еду и немного оставил нам. Может угостимся? Что ты выберешь?" В протоколе фиксируют последовательность выбора "угощения" только если ребенок настаивает на нем, несмотря на то, что его внимание обратили на недоброкачественность продукта. В этом случае "угощение" у ребенка забирают, разъясняют опасность употребления такого продукта в пищу и заменяют "угощение" полноценным продуктом.

Проблемная ситуация "Место для отдыха"

Задание направлено на выявление представлений о влиянии окружающей среды на здоровье людей.

Ребенку предъявляют четыре картинки, на которых изображены: 1) улица большого города, по которой едет транспорт; 2) лесная поляна с ромашками; 3) комната с сидящим перед телевизором мальчиком; 4) предметы одежды, бытовой техники и косметики. Педагог говорит: "В выходной день людям надо хорошо отдохнуть и набраться сил. Провести выходной можно по-разному: можно гулять по шумной улице, где едут машины; можно поехать с родителями в лес или в парк, где растут цветы, и дышать свежим воздухом; можно отправиться в большой магазин; можно остаться дома и долго смотреть телевизор. Как тебе нравиться отдыхать? Выбери и покажи картинку".

Тест "Полезная для здоровья покупка"

Задание направлено на выявление представлений о полезных для здоровья предметах и проводится через неделю после выполнения детьми диагностического задания "Полезная покупка".

Педагог говорит ребенку: "Представь, что мы с тобой пойдем в большой магазин, где можно купить игрушки, еду, одежду, книги, бытовую технику и многое другое. Нарисуй, пожалуйста, что полезное для здоровья ты выберешь и купишь в этом магазине". После выполнения задания педагог предлагает ребенку пояснить свой рисунок и фиксирует эти пояснения.

Игровая ситуация "Больница"

Ситуация специально организована для анализа отношения к роли больного.

Ребенку предлагают поиграть в "Больницу", выбрать для себя роль в этой игре, затем объяснить свой выбор.

Игровая ситуация "Телевизор дома"

Ситуация организована для выявления представлений о влиянии на здоровье просмотра телевизионных передач.

Во время подготовки атрибутов для сюжетно-ролевой игры "Семья" неожиданно для ребенка педагог, исполняя роль представителя службы доставки товаров на дом, вносит коробку с "телевизором", устанавливает его. Во время "настройки" "телевизора" выясняет заинтересованность и предпочтения ребенка в просмотре телевизионных передач и рекламы, основания выбора передачи, длительность просмотра.

Наблюдение за детьми в режимные моменты и в свободном общении

Наблюдения направлены: а) на изучение потребностей детей в выполнении гигиенических и закаливающих мероприятий; включает наблюдение за мытьем рук, полосканием полости рта после еды, поведением во время утренней гимнастики, закаливающих мероприятий, прогулки, подготовки к дневному сну, свободной игровой деятельности; б) на изучение психологического климата в группе через эмоциональное принятие или непринятие детьми педагогов.

Проективный вербальный метод

Метод, предложенный Е.Н. Васильевой, направлен на изучение психологического климата в семье и детском саду через личностные ожидания детей в отношении взрослых (педагогов и родителей). [3, с. 98]

В I серии этого метода ребенку предлагают прогнозировать поведение воспитателя в ситуации собственного успеха или неуспеха. Педагог предъявляет ребенку четыре ситуации, после каждой из которых задает вопросы: "Что скажет тебе воспитатель? Он поверит, что это сделал(а) ты?

Во II серии ребенку предъявляют сюжетные картинки, отражающие три различные ситуации поведения: нечаянный отрицательный поступок; преднамеренный отрицательный поступок; положительный поступок. Предъявление каждой картинки сопровождается небольшим рассказом, поясняющим изображенную ситуацию, с помощью которого ребенок ставиться на место воображаемого героя в соответствии с полом. Затем у ребенка спрашивают "Как отреагирует на произошедшее воспитатель: что скажет, что сделает?"

В III серии проективного метода для выявления характера личностных ожиданий детей по отношению к близкому взрослому (матери) изучают прогнозирование ребенком особенностей поведения матери в ситуациях собственного успеха или неуспеха. Педагог предъявляет ребенку четыре ситуации, после каждой из которых задает вопросы "Что скажет тебе мама? Она поверит, что это сделал (а) ты? Если это сделал (а) не ты и сказал (а) маме об этом, она поверит тебе или воспитателю?"

В VI серии данного метода ребенку предъявляют три сюжетные картинки, отражающие различные ситуации поведения ребенка. Предъявление каждой картинки сопровождается небольшим рассказом, поясняющим изображенную ситуацию, с помощью которого ребенок ставится на место воображаемого героя в соответствии с полом. После каждого рассказа ребенку задают вопросы: "Что скажет тебе мама? Она будет довольна тобой? Что сделает мама?"

Второй блок диагностической программы направлен на исследование педагогических условий формирования представлений о ЗОЖ в дошкольном образовательном учреждении и предполагает изучение педагогической документации, анкетирование педагогов и наблюдение за их деятельностью.

Критериями анализа планирования воспитательно-образовательных мероприятий, способствующих формированию представлений о ЗОЖ у дошкольников и их родителей, а также мероприятий по реализации закаливающих, оздоровительных и санитарно-гигиенических процедур, являются наличие этих мероприятий, их системный характер, взаимодействие педагогов в реализации их планов. С целью изучения особенностей реализации запланированных мероприятий могут быть проанализированы занятия, наблюдения, беседы и режимные моменты, запланированные и проведенные в группах воспитателями.

Третий блок диагностической программы направлен на исследование социально-педагогических условий формирования представлений о ЗОЖ у дошкольников в семье; при этом используют анкетирование родителей, беседы, наблюдение за общением родителей с детьми. (Приложение 1)

Беседы с родителями позволяют уточнить данные, полученные в ходе анкетирования, Объектами анализа являются ответы, полученные в результате анкетирования родителей и бесед с ними, а также содержание, средства общения и эмоциональная насыщенность общения родителей с детьми.

С целью определения результативности работы ДС №1 «Матрёшка» по формированию у детей среднего дошкольного возраста основ ЗОЖ на констатирующем этапе исследования мы использовали первый блок методики.

Для проведения диагностики сформированности представлений детей о здоровом образе жизни из диагностического комплекса Е.Н. Васильевой, Л.Г Касьяновой, М. Новиковой мы использовали следующие методы:

* беседа, направленная на выяснение элементарных представлений детей о здоровье и здоровом образе жизни, понимание взаимосвязи здоровья и образа жизни
* диагностическое задание, направленное на выявление представлений об укреплении здоровья и профилактике заболеваний «Что делать, чтобы быть здоровым?»
* диагностическое задание «Полезная покупка», направленное на выявление представлений о полезных для здоровья предметах;
* проблемная ситуация «Необычное угощение», направленная на выявление представлений о полезных и вредных для здоровья продуктах
* - проблемная ситуация «Место для отдыха», направленная на выявление представлений о влиянии окружающей среды на здоровье людей;
* тест «Полезная для здоровья покупка», направлен на выявление представлений о полезных для здоровья предметах;
* наблюдение за детьми в режимные моменты и в свободном общении

Беседа, направленная на выяснение элементарных представлений детей о здоровье и здоровом образе жизни, понимание взаимосвязи здоровья и образа жизни, проведенная с детьми в сентябре 2019 года показала, что воспитанники средней группы имеют средний и низкий уровни представлений о здоровом образе жизни. Дети имеют представления о здоровье как состоянии человека, когда он не болеет, о некоторых способах лечения заболеваний на основе собственного опыта; затрудняются объяснить значение для здоровья знакомых ему видов деятельности. Не имеют представления о влиянии на здоровье факторов окружающей природной и социальной среды, о возможных причинах заболеваний. Понимают зависимость здоровья от некоторых проявлений образа жизни. Испытывают потребность в помощи в виде наводящих вопросов и конкретных житейских примеров. Не осознают зависимость здоровья от окружающей среды; способны выявлять направленную на формирование ЗОЖ сущность некоторых видов деятельности, предметов окружающей действительности; для актуализации представлений требуется эмоционально-стимулирующая помощь взрослого, наводящие вопросы и житейские примеры. У детей сформированы отрывочные, бессистемные представления о здоровье и болезни с учетом влияния окружающей среды. Они проявляют инициативу и самостоятельность в ходе оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий на основе подражания другим детям, но осознанности и потребности в этих мероприятиях нет; частично присваивают переданный опыт, но затрудняется переносить его в самостоятельную деятельность.

Результаты беседы позволяют дать характеристику сформированности у детей когнитивного и поведенческого компонентов (таблица № 2)

Таблица № 2

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ФИ ребёнка | Показатели | | | | | |
| Когнитивный компонент | | | | Поведенческий компонент | |
| полнота | осознанность | обобщенность | системность | инициативность | самостоятельность |
| Аня Ш. | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Вика Ш. | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 |
| МиланаШ. | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 |
| Костя Ш. | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 |
| Илья С. | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 |
| Ева Б. | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 |
| Илья И. | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Аня Ш. | К=8 | П=4 | 2 С |
| Вика Ш. | К=9 | П=4 | 2.2 С |
| МиланаШ. | К=9 | П=4 | 2 С |
| Костя Ш. | К=9 | П=4 | 2.2 В |
| Илья С | К=10 | П=5 | 2.5 В |
| Ева Б. | К=5 | П=3 | 1.3 Н |
| Илья И. | К=7 | П=4 | 1.8 С |

Таким образом, на констатирующем этапе эксперимента по результатам беседы мы установили, что 14 % с высоким уровнем, 74 % детей имеют средний уровень и 12 % с низким уровнем представлений о здоровом образе жизни. Дети имеют представления о здоровье как состоянии человека, когда он не болеет, о некоторых способах лечения заболеваний на основе собственного опыта; затруднятся объяснить значение для здоровья знакомых ему видов деятельности. Не имеют представлений о влиянии на здоровье факторов окружающей природной и социальной среды, о возможных причинах заболеваний. Понимают зависимость здоровья от некоторых проявлений образа жизни. Испытывают потребность в помощи в виде наводящих вопросов и конкретных житейских примеров. Не осознают зависимость здоровья от окружающей среды; способны выявлять направленную на формирование ЗОЖ сущность некоторых видов деятельности, предметов окружающей действительности; для актуализации представлений им требуется эмоционально-стимулирующая помощь взрослого, наводящие вопросы и житейские примеры. У ребенка сформированы отрывочные, бессистемные представления о здоровье и болезни с учетом влияния окружающей среды. Ребенок проявляет инициативу и самостоятельность в ходе оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий на основе подражания другим детям, но осознанности и потребности в этих мероприятиях нет; частично присваивает переданный опыт, но затрудняется переносить его в самостоятельную деятельность.

У ребенка сформированы отрывочные бессистемные представления о здоровье и болезни без учета влияния окружающей среды. Ребенок не проявляет инициативу и самостоятельность в ситуациях оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий, не присваивает переданный взрослыми опыт и не переносит его в самостоятельную деятельность.

Низкий уровень представлений вызван тем, что в работе учреждения имеются следующие недостатки в организации физкультурно-оздоровительной и образовательной работы с детьми, а именно, отсутствует системный характер в проведении закаливающих, оздоровительных и санитарно-гигиенических процедур, непосредственно-образовательной деятельности отсутствует последовательность в изучении тем, отмечается нерациональная структура занятий, не всегда используются адекватные возрасту детей методы и приёмы работы. Кроме того исследование показало, что 5 детей из 7, участвуя в выполнении диагностического задания «Что делать, чтобы быть здоровым» , затруднились ответить на данный вопрос. Двое детей ответили: «Тепло одеваться», «Чистить зубы», «Делать утреннюю гимнастику».

Выполняя задание «Полезная покупка» только 3 ребенка из 7 выбрали зубную щетку, мыло, лук, чеснок, яблоко, остальные допускали ошибки, выбрав в качестве полезного предмета куклу, самолёт, калейдоскоп, это свидетельствует о том, что у детей слабо сформированы представления о полезных для здоровья предметов.

Участвуя в ситуации «Необычное угощение», 2 детей из 7 пытались скушать недоброкачественную пищу, в том числе обкусанную шоколадку, стакан с недопитым соком, не аккуратно завернутую шоколадную конфету.

В проблемной ситуации «Место для отдыха» 5 из 7 детей в качестве места для отдыха предложили остаться дома, смотреть телевизор.

Выполнение заданий детьми свидетельствует о том, что у детей слабо сформированы представления об укреплении здоровья и профилактике заболеваний, о полезных для здоровья предметах и продуктах, о влиянии окружающей среды на здоровье детей.

Наблюдения за детьми в режимные моменты и в свободном общении показали, что у большинства детей отсутствует потребность в выполнении гигиенических и закаливающих мероприятий (полоскание полости рта после еды, мытье рук перед едой, утренняя гимнастика и гимнастика после сна и др.) Не все дети проявляют интерес к прогулке и физкультурным занятиям.

**2.2. Разработка и реализация перспективного плана образовательной деятельности по формированию у детей среднего дошкольного возраста основ здорового образа жизни.**

На основе результатов диагностики на констатирующем этапе исследования об уровне сформированности представлений детей о здоровом образе жизни и принимая во внимание выявленные недостатки в работе педагогов МДБОУ ДС № 1 «Матрешка» по данному направлению, нами был разработан и реализован перспективный план образовательной деятельности по формированию у детей среднего дошкольного возраста основ здорового образа жизни.(Приложение 2)

При разработке плана мы опирались на следующие общедидактические принципы:

- Принцип научности и достоверности – содержание сведений, предлагаемых дошкольникам, должно быть основано на научных фактах, личном опыте и чувственных ощущениях детей.

- Принцип доступности – предъявляемая информация адаптирована к восприятию дошкольников.

- Принцип наглядности и занимательности – образовательный материал должен вызывать у детей интерес и эмоциональный отклик.

- Принцип природосообразности – формы и методы формирования и представлений о ЗОЖ у дошкольников определены на основе целостного психолого-педагогического знания ребенка, особенностях развития его познавательной деятельности.

- Принцип индивидуально-дифференцированного подхода – педагогический процесс ориентирован на индивидуальные и типологические особенности личностного и познавательного развития каждого ребенка ми группы в целом.

- Принцип комплексного и интегрированного подхода – формирование представлений о ЗОЖ осуществляется через различные виды деятельности детей в системе воспитательного и образовательного процессов, предполагается использование различных видов и форм работы с детьми, педагогами и родителями, завершенность каждого вида работы и мониторинг результатов.

* Принцип активности и сознательности – формирование субъективной активности ребенка в плане осознания воздействия различных факторов на здоровье и необходимости поведения, направленного на укрепление здоровья.

Особенностью плана является работа с детьми по формированию когнитивного и поведенческого компонентов представлений о здоровом образе жизни.

Содержание образовательной работы с детьми включает два направления:

1. Формирование у детей представлений о здоровом образе жизни ( сообщение новых сведений, закрепление представлений, умений, навыков, развитие способности к установлению причинно-следственных связей между здоровьем и образом жизни) через непосредственно-образовательную деятельность и совместную деятельность воспитателя с детьми.

2. Формирование мотивов, потребности и привычек здорового образа жизни через совместную и самостоятельную деятельность детей.

(рис. № 1)

Перспективный план образовательной деятельности имеет следующую структуру:

* время проведения
* тема
* задачи
* примерное содержание непосредственно образовательной, совместной и самостоятельной деятельности

План предусматривает использование адекватных возрасту детей форм, методов и приемов работы:

* сюрпризный момент (Приложение 3)
* беседы и чтение художественной литературы
* ритмическая гимнастика под музыку(Приложение 4)
* сюжетно-ролевые игры (Приложение 5)
* физкультминутки
* дидактические игры (Приложение 6)
* самомассаж
* загадки
* гимнастика после сна (Приложение 7)
* выставка детских рисунков
* тренинг
* составление рассказов

Содержание работы по формированию представлений о ЗОЖ представлено в рис.1

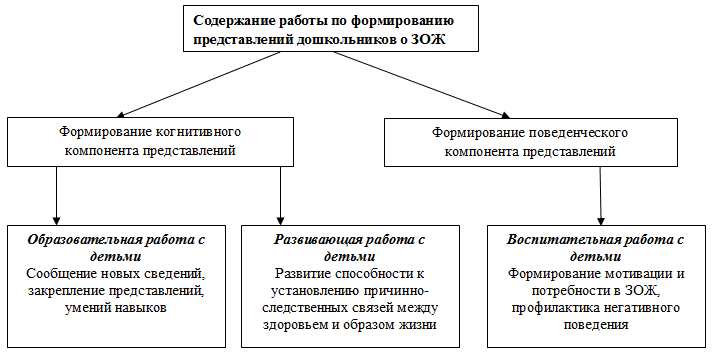


Рис. 1

Содержание работы с детьми сконструировано на основе Программы "От рождения до школы" под ред. Н..Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой, программы "Основы безопасности детей дошкольного возраста" Н.Н. Авдеевой, О.Л. Князевой, Р.Б. Стеркиной, " программ экологического образования "Мы" Н.Н. Кондратьевой, Т.А. Шиленок, Т.А. Марковой, Т.А. Виноградовой, "Наш дом – природа" Н.А. Рыжовой и др.

Таким образом, перспективный план работы по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей среднего дошкольного возраста предполагает:

- разработку проблемы в работе с детьми;

- применение разнообразных форм и методов работы;

- использование разных видов деятельности, детей, а также совместной деятельности детей и взрослых и в самостоятельной деятельности детей;

- последовательное формирование у ребенка представлений о ЗОЖ;

* открывает возможности для мониторинга представлений детей о ЗОЖ на любом этапе работы.

**2.3 Результаты исследования**

Работа с детьми согласно разработанному плану проводилась с сентября 2019 года по май 2020 года.

На контрольном этапе исследования по методике Е.Н. Васильевой, Л.Г. Касьяновой и М. Новиковой были получены следующие результаты по выявлению уровня представлений детей среднего дошкольного возраста о здоровом образе жизни.

Май 2020 г.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ФИ ребёнка | Показатели | | | | | |
| Когнитивный компонент | | | | Поведенческий компонент | |
| полнота | осознанность | обобщенность | системность | инициативность | самостоятельность |
| Аня Ш. | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Вика Ш. | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| МиланаШ. | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Костя Ш. | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Илья С. | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Ева Б. | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 |
| Илья И. | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Аня Ш. | К=12 | П=6 | 3 % |
| Вика Ш. | К=12 | П=6 | 3 % |
| МиланаШ. | К=12 | П=6 | 3 % |
| Костя Ш. | К=12 | П=6 | 3 % |
| Илья С | К=12 | П=6 | 3 % |
| Ева Б. | К=7 | П=3 | 1.7 % |
| Илья И. | К=10 | П=6 | 2.7 % |

По результатам диагностики видно, что воспитанники средней группы имеют 81% - высокий уровень, 14% средний уровень, 5%-низкий уровень представлений о здоровом образе жизни . Дети имеют некоторые правильные представления о ЗОЖ как активной деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья; о здоровье как о состоянии физического и психического благополучия организма; о природных и социальных факторах вреда и пользы для здоровья; о некоторых способах укрепления здоровья и предупреждения заболеваний на основе личного опыта и сведений, полученных от взрослых; о возможных причинах заболеваний. Осознают значение для здоровья ЗОЖ, а также значение для здоровья и ЗОЖ состояние окружающей природной и социальной среды; способны выявить направленную на формирование ЗОЖ сущность различных видов деятельности, предметов, объектов и явлений окружающей действительности. Дети активны и самостоятельны в своих суждениях и высказываниях; представления о ЗОЖ носят элементарный, но целостный характер. Проявляют инициативу и самостоятельность при подготовке и проведении оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий на основе осознания их необходимости; присваивает переданный взрослыми опыт, переносит его в самостоятельную деятельность. Ева Б. и Илья И. имеют элементарные представления о ЗОЖ, связывая его с некоторыми видами деятельности, необходимыми для сохранения здоровья; о здоровье как состоянии человека, когда он не болеет; некоторые представления о природных и социальных факторах вреда и пользы для здоровья, о некоторых мерах предупреждения заболеваний, о возможных причинах заболеваний;

Сравнивая уровень представлений детей о здоровом образе жизни на констатирующем и контрольном этапах исследования, мы установили, что 6 детей из 7 , участвуя в выполнении диагностического задания «Что делать, чтобы быть здоровым» , без затруднений ответили на данный вопрос. Дети ответили : «Тепло одеваться», «Чистить зубы», «Делать утреннюю гимнастику», «Закаляться», «Мыть руки после прогулки и перед едой», «Соблюдать режим дня», «Пить травяной чай».

Выполняя задание «Полезная покупка» 7детей из 7 выбрали зубную щетку, мыло, лук, чеснок, яблоко, что свидетельствует о том, что у детей сформированы представления о полезных для здоровья предметов.

Участвуя в ситуации «Необычное угощение», 7 детей из 7 отказались скушать недоброкачественную пищу, в том числе обкусанную шоколадку, стакан с недопитым соком, не аккуратно завернутую шоколадную конфету.

В проблемной ситуации «Место для отдыха» 2 из 7 детей в качестве места для отдыха предложили отправиться в большой магазин, а 5 детей выбрали поехать с родителями в лес или в парк.

Наблюдения за детьми в режимные моменты и в свободном общении показали, что у большинства детей сформирована потребность в выполнении гигиенических и закаливающих мероприятий ( полоскание полости рта после еды, мытье рук перед едой, утренняя гимнастика и гимнастика после сна и др.) Все дети проявляют интерес к прогулке и физкультурным занятиям.

Таблица 3

Динамика уровня представлений о ЗОЖ в ходе исследования

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ФИ ребёнка | Когнитивный компонент | | Поведенческий компонент | |
| Констатирующий этап | Контрольный этап | Констатирующий этап | Контрольный этап |
| Аня Ш. | 8 | 12 | 4 | 6 |
| Вика Ш. | 9 | 12 | 4 | 6 |
| Милана Ш. | 9 | 12 | 4 | 6 |
| Костя Ш. | 9 | 12 | 4 | 6 |
| Илья С. | 10 | 12 | 5 | 6 |
| Ева Б. | 5 | 7 | 3 | 3 |
| Илья И. | 7 | 10 | 4 | 6 |

Таким образом, можно сделать вывод, что разработанный нами и реализованный педагогами МДБОУ ДС № 1 «Матрешка» перспективный план работы, включающий сообщение детям новых знаний о режиме дня, о способах укрепления здоровья, о вредных и полезных продуктах, о закаливающих и физкультурно-оздоровительных мероприятиях, направленный на развитие способности к установлению причинно-следственных связей между здоровьем и образом жизни, закрепление полезных привычек, связанных с охраной здоровья, способствовал формированию основ здорового образа жизни у детей среднего дошкольного возраста.

Мы доказали, что если решение программных образовательных задач по формированию основ здорового образа жизни осуществлять целенаправленно и систематически в совместной деятельности взрослых и детей и в самостоятельной деятельности, использовать адекватные возрасту детей формы, методы и приём работы, то можно значительно увеличить результативность работы по формированию основ ЗОЖ.

**Заключение**

Здоровье людей относится к числу глобальных проблем, то есть тех, что имеют жизненно важное значение для всего человечества. Здоровье – это не отсутствие болезней, а физическая, социальная, психологическая гармония человека, доброжелательные, спокойные отношения с людьми, с природой и с самим собой. Наметившаяся во всём мире тенденция новых подходов в вопросах формирования здоровья способствует созданию новых образовательно-оздоровительных программ, начиная с дошкольного и возраста, поскольку именно в этот период у ребёнка закладываются основные навыки по формированию здорового образа жизни.

Отношение ребёнка к своему здоровью является фундаментом, на котором можно будет выстроить потребность в здоровом образе жизни.

Основы здорового образа жизни у детей дошкольного возраста определяются наличием знаний и представлений об элементах здорового образа жизни, и умением реализовывать их в поведении и деятельности доступными для ребёнка способами (чистить зубы, мыть руки, делать зарядку)

Процесс формирования здорового образа жизни дошкольников связан с формированием привычки к чистоте, соблюдением гигиенических требований, с подвижным образом жизни, с представлениями об окружающей среде и ее воздействии на здоровье человека. Формирование здорового образа жизни осуществляется в процессе занятий, режимных моментов, прогулки, в игре, в трудовой деятельности, через индивидуальную работу и самостоятельную деятельность. [20, с. 19]

Все эти мероприятия способствуют формированию у ребёнка знаний о ЗОЖ, позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.

Разработанный нами перспективный план работы, включающий сообщение детям новых знаний о режиме дня, о способах укрепления здоровья, о вредных и полезных продуктах, о закаливающих и физкультурно-оздоровительных мероприятиях, развитие способности к установлению причинно-следственных связей между здоровьем и образом жизни, закрепление полезных привычек, связанных с охраной здоровья, способствовал формированию основ здорового образа жизни у детей среднего дошкольного возраста.

Таким образом, проблема поиска решена за счёт реализации перспективного плана образовательной деятельности, тема раскрыта, гипотеза о том, что работа по формированию основ здорового образа жизни у детей среднего дошкольного возраста будет эффективной, если решение программных образовательных задач по формированию основ здорового образа жизни будет осуществляться целенаправленно и систематически в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей, и если при организации непосредственно-образовательной деятельности будут использоваться адекватные возрасту формы, методы и приемы работы, подтверждена.

Исследование имеет практическую значимость. Перспективный план образовательной деятельности может быть использован педагогами образовательных учреждений для совершенствования работы по формированию основ ЗОЖ.

В перспективе планируется провести обследование педагогов по ЗОЖ и их отношение к формированию у детей представлений по этой теме, а так же с целью определения социально-педагогических условий формирования представлений об основах ЗОЖ у дошкольников в семье.

Библиография

1. Авдеева Н.Н. Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей среднего дошкольного возраста / Н.Н. Авдеева, О.Л. Князева, Р.Б. Стеркина. – СПб.: Детство-пресс, 2005 – 144с.

2. Алямовская, В.Г. Как воспитать здорового ребенка/ В.Г.Алямовская. - М.: 1993. - 122с.

3. Васильева Е.Н. Особенности формирования положительного эмоционального отношения у детей среднего дошкольного возраста с задержкой психического развития к близким взрослым и сверстникам: Дис. канд. психол. наук. – Н.Новгород, 1994.

4. Волковская Т.Н. Возможные способы организации и содержание работы с родителями в условиях коррекционного дошкольного учреждения // Дефектология. – 1999. – № 4.

5. Все о здоровом образе жизни. - М.: Издательский Дом Ридерз Дайджест, **2013**.   
6. Гузеев В.М. Организация урока в форме проблемного семинара // Народное образование. – 2002. – № 8.

7. Гуменюк, Е. И. Будь здоров! Формирование основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста (+ 16 карточек) / Е.И. Гуменюк, Н.А. Слисенко. - М.: Детство-Пресс, 2014.

8. Дубровский, В.И. Валеология. Здоровый образ жизни / В.И. Дубровский. - М.: Флинта, 2013.

9. Детство: Программа развития и воспитания детей в детском саду / В. И. Логинова, Т. И. Бабаева, Н. А. Ноткина и др.; Под ред. Т. И. Бабаевой, 3. А. Михайловой, Л. М. Гурович: Изд. 3-е, переработанное.– 244 с– СПб.: Детство-Пресс, 2004. – 255с.

10. Карепова Т.Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников: планирование, система работы / Т.Г. Карепова. – Волгоград: Учитель, 2010. – 170 с.

11. Касьянова Л.Г. Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей среднего дошкольного возраста: Дисс. канд. пед. наук. – Шадринск, 2004.

12. Кондратьева Н.Н., Шиленок Т.А., Маркова Т.А. и др. "Мы". Программа экологического образования детей – СПб.: Детство-пресс, 2002 – 240с.

13. Коджаспирова, Г.М. Словарь по педагогике / Г.А.Коджаспирова, А.Ю.Коджаспиров. – М.: МарТ, 2005. – 448 с.

14. Ладодо К. Дружинина Л.- Организация питания в детских дошкольных учреждениях. // Дошкольное воспитание, №1, 2000

15. Лисицин Ю.П. Концепция формирования здорового образа жизни. Сб. научных трудов. М, 1991

16. Маханева М. Воспитание здорового ребенка. // Дошкольное воспитание №6, 2002

17. Мартынов С.М. Здоровье ребенка в ваших руках.- М, Просвещение, 1996

18. Пукинская М., Рунова М. Активный отдых дошкольников. // Дошкольное воспитание, №12, 2001

19. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней / В.В. Марков. – М.: Академия, 2004.

20. Митяева, А. М. Здоровый образ жизни / А.М. Митяева. - М.: Academia, **2015**.

21. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / В.С. Мухина. – М.: "Академия", 2005.- 456с.

22. Нежина, Н.В. Охрана здоровья детей дошкольного возраста / Н.В.Нежина // Дошкольное воспитание. – 2004. – № 4. – С. 14-17.

23. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. – М.: Мозаика-Синтез, 2009 – 96с.

24. Новикова И.М. Изучение способностей становления самосохранительного поведения в условиях мегаполиса //Экология и промышленность России. – 2006. – Декабрь.

25. Новикова И.М. Социокультурный аспект проблемы отношения родителей к здоровому образу жизни. – М., 2006 – 18с.

26. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей с задержкой психического развития //Гуманитарные и социально-экономические науки. – 2006. – № 6.

27. Новикова И.М. К вопросу о состоянии проблемы формирования представлений о здоровом образе жизни у детей //Гуманитарные и социально-экономические науки. – 2006. – № 8.

28. Новикова И.М. Представления о здоровом образе жизни старших дошкольников с ЗПР // Коррекционная педагогика. – 2006. – № 5.

29. Педагогика: Большая современная энциклопедия / сост. Е.С. Рапацевич. – Мн.: Современное слово, 2005. – 720 с.

30. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября2013г.№1155«Обутверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

31. Прищепа С.С. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет.-М.: Сфера 2009. -128с.

32. Программа воспитания и обучения в детском саду/Под ред. М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Мозаика-Синтез, 2005. – 208 с.

33. Программа воспитания и обучения в детском саду/Под ред. М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой. – 5-е изд., испр. и доп. – М.: Мозаика-Синтез, 2007. – 208 с

34. Радуга: программа воспитания, образования и развития детей от 2 до 7 лет в условиях дет. сада / [Т. И. Гризик, Т. Н. Доронова, Е. В. 25. 25. Соловьёва, С. Г. Якобсон; науч. рук. Е. В. Соловьёва]. – М.: Просвещение, 2010. – 111 с.

35. Рыжова Н.А. Экологическое образование в детском саду. – М.: Карапуз, 2003 – 423с.

36. Стожарова, М.Ю. Формирование психологического здоровья дошкольников / М.Ю. Стожарова. – Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 208 с.

37. Сластенин, В.А. Общая педагогика: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / В.А.Сластенин. – М.: ВЛАДОС, 2003. – 288 с.

38. Соловьев Г.М. Основы здорового образа жизни и методика оздоровительной физкультуры / Г.М. Соловьев. – Ставрополь: СГУ, 2007. – 111 с.

39. Сухарев А.Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков / А.Г. Сухарев. – М.: Медицина, 2003. – 270 с.