

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №10 города Белогорск»

Сообщение для воспитателей из опыта работы

"Формирование привычки к здоровому образу жизни у  
детей дошкольного возраста в процессе исследовательской  
деятельности"

Подготовила:

Воспитатель: Скрипченко Е.Н.

Первая квалификационная категория

2021 г.

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду.

Поэтому и в образовательных программах дошкольных учреждений все больше разделов, посвященных изучению организма человека, обеспечению безопасности его жизни. Не исключая этих подходов, считаю, что главное — помочь детям выработать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни, научить оценивать свои физические возможности, видеть перспективы их развития, осознать ответственность за свое здоровье.

Возможно ли это в дошкольном возрасте? При создании определенных условий возможно. Необходимо погружение ребенка в особо организованную жизненную среду, формирующую привычки здорового образа жизни без их декларирования взрослыми.

Новая организация жизненной среды, активизация методов профилактики требует решения не только организационно — методических проблем, но, прежде всего изменения управленческих подходов к оздоровительной деятельности дошкольного учреждения и соответственного изменения его структуры.

Известно, что дети дошкольного возраста по своей природе – пытливые исследователи окружающего мира. Они могут успешно познавать не только внешние, наглядные свойства окружающих предметов и явлений, но и их внутренние связи и отношения.

В нашей группе создана и широко применяется опытно-экспериментальная мини-среда, которая стимулирует исследовательскую и познавательную деятельность, удовлетворяет потребности ребёнка в освоении окружающего мира, познании себя, как человека. Она включает в себя: ростомеры для измерения роста детей, сантиметровые линейки для измерения окружности головы, грудной клетки, модели термометров, градусники для тела, воды, весы, лупы, песочные часы, микроскоп,

природный материал, красители, пипетки, колбы, вату, зеркала, и т.д. Существует также подборка энциклопедической литературы, картинок, иллюстраций и плакатов, а ещё – журнал исследований для фиксации детьми результатов опытов.

В процессе проведения экспериментальной детской деятельности я придерживаюсь структуры, которая включает: постановку проблемы, отбор способов её решения, проверку гипотез предложенных детьми, формулировку выводов, фиксацию результатов. Такой алгоритм работы позволяет активизировать мыслительную деятельность дошкольников, побуждает их к самостоятельным исследованиям. Я считаю, что основной функцией педагога является не трансляция информации, а рациональная организация исследовательской деятельности по её усвоению, решению выявленных проблем.

Работу по формированию привычки к здоровому образу жизни на основе исследовательской деятельности, я начинаю со своими воспитанниками со средней группы. Провожу простейшие опыты и наблюдения, в игровой форме учу детей различать и называть части тела, уточняю, для чего нужны те или иные органы. Постепенно подвожу детей к выводу: все органы и части тела человека выполняют какую-то важную функцию, ненужных органов нет, поэтому свой организм надо беречь.

Старшие дошкольники более активно приобщаются к нормам здорового образа жизни. В увлекательной наглядно-практической форме я обогащаю представления детей о здоровье, об организме, его потребностях, способах закаливания, о предупреждении травматизма и различных заболеваний. В этом возрасте объём изучаемого материала значительно увеличивается, тематика детских исследований становится более обширной: "Как устроена дыхательная система?", "Сделай компьютер своим другом", "Как органы человека помогают друг другу?", "Кто с закалкой дружит, никогда не тужит", "Лето красное – для здоровья время прекрасное", "Витамины, полезные продукты и здоровый организм".

Для исследовательской деятельности важен метод самообследования, так, при ознакомлении с опорно-двигательным аппаратом человека мои воспитанники, выяснили, сколько костей входит в состав отдельных частей скелета, а при ярком свете настольной лампы внимательно рассматривали кисти рук, сравнивая их с предложенными картинками строения конечностей человека и животного.

Исследовательские действия помогли им понять, что скелет – это основа человека, он поддерживает и защищает все органы.

Большое значение в развитии познавательной активности ребенка-дошкольника имеет семейное воспитание, поэтому мы работаем в тесном сотрудничестве с родителями наших воспитанников: проводим "Вечера вопросов и ответов", организуем тематические фотовыставки.

В традиционных "Днях открытых дверей" даём родителям возможность "погружения" в жизнь нашего дошкольного учреждения, непосредственного участия в играх, занятиях, исследовательской деятельности.

Длительное наблюдение ребёнка в новой обстановке, позволяет родителям иначе взглянуть на него и на воспитание в домашних условиях.

Мой опыт позволяет сделать вывод, что в процессе совместной исследовательской деятельности педагогов, детей и родителей можно успешно решать задачи формирования у дошкольников умений и навыков самостоятельной познавательной и творческой работы, появления и усиления интереса у детей к здоровому образу жизни, повышения уровня знаний по культуре здоровья, навыков взаимодействия со взрослыми и сверстниками, становления личности, способной в рамках своего возраста принимать адекватные решения.

## Список литературы

1. Маханева М. Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. 2-е изд. испр. и доп. - М. : АРКТИ, 2000. - 108 с.
2. Мухина В.С. Возрастная психология [Текст] / В.С. Мухина. - М.: Гардарики, 2009.
3. Хакимова Г.А. Педагогические условия формирования ценностного отношения к здоровью старшего дошкольного возраста: авто-реф.дис... канд.пед.наук/ Г.А.Хакимова. - Екатеринбург, 2004. - 23с.
4. Эльконин В.С. Возрастная психология [Текст] / В.С. Эльконин. - М.: Педагогическое общество России, 2008.
5. Баранова Э.А. Вопрос как форма познавательной активности детей 5 - 8 лет. [Текст] / Э.А. Баранова // Вопросы психологии. - 2007 - № 4 - с. 45 - 55.
6. Дыбина О.В., Рахманова Н.П., Щетинина В.В. Неизведанное рядом. Занимательные опыты и эксперименты для дошкольников. - М., ТЦ Сфера, 2005.
7. Калинина Р. Детское «почему» и интеллектуальное развитие. // Школьный психолог. - 2004. - № 1. - с. 22 - 24.
8. Комлева И. Дети экспериментируют? Да! Роль экспериментальной деятельности в познавательном развитии дошкольников. // Дошкольное воспитание. 2004 - № 8 - с. 29 - 33.
9. Короткова Н.А. Познавательно-исследовательская деятельность старших дошкольников // Ребенок в детском саду. 2003.№3. С.4