

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

(наименование)

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки, специальности)

Психология и педагогика дошкольного образования

(направленность (профиль) / специализация)

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему **ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ
ОБРАЗЕ ЖИЗНИ ПОСРЕДСТВОМ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

Студент

Л.В. Рымаш

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

М.А. Ценёва

(ученая степень, звание, И.О. Фамилия)

Тольятти 2020

Аннотация

Работа посвящена проблеме формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы в дошкольной образовательной организации. Актуальность темы обусловлена исследованием противоречием между необходимостью формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни и недостаточным использованием художественной литературы в данном процессе.

Целью исследования является теоретическое обоснование и экспериментальная проверка возможности формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы. В исследовании решаются следующие задачи: изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме формирования у детей 5-6 лет здорового образа жизни; выявить уровень сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни; разработать содержание работы по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей 5-6 лет посредством художественной литературы; определить динамику уровня сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы.

Бакалаврская работа имеет новизну и практическую значимости; состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (27 источника) и 2 приложений. Текст бакалаврской работы изложен на 65 страницах. Общий объем работы с приложением – 68 страницы.

Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретические основы формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни.....	10
1.1 Психолого-педагогические аспекты формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни.....	10
1.2 Характеристика художественной литературы как средства формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни.....	15
Глава 2 Экспериментальное исследование по формированию у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы.....	24
2.1 Выявление уровня сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни.....	24
2.2 Содержание работы по формированию у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы.....	41
2.3 Динамика уровня сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни.....	50
Заключение.....	60
Список используемой литературы.....	63
Приложение А Список детей 5-6 лет, участвующих в экспериментальном исследовании.....	66
Приложение Б Количественные результаты диагностики развития у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни.....	67

Введение

В дошкольные годы закладываются фундаментальные основы физического и психического здоровья будущего поколения. В этот период времени у детей формируется характер, привычки, закладываются основные качества индивидуума. Необходимо в дошкольном возрасте сформировать начальные представления у детей о здоровом образе жизни, что бы у ребёнка появилась потребность в постоянных занятиях физическими упражнениями и спортом.

В отечественной системе образования уделяется большое значение сохранению здоровья дошкольников. Овладение детьми основными навыками здорового образа жизни отображены в нормативно-правовых документах, таких как, закон РФ «Об образовании», «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» (ФГОС ДО). В федеральном законе «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» чётко прописаны задачи по воспитанию знаний о здоровом образе жизни, и укреплению здоровья всех жителей страны, и начинать нужно с дошкольного возраста в образовательных учреждениях.

Стремление в развитии культуры здоровья отражены в трудах и исследованиях, как российских учёных, так и зарубежных.

Решающую роль в концепции воспитания по формированию здорового образа жизни, укреплению и сохранению здоровья представлены в работах Н.М. Амосова, И.И. Брехмана, Г.К. Зайцева, О.А. Кулаковского, В.А. Сухомлинского, Л.Г. Татарниковой и др.

О целесообразности знакомства дошкольников с базовыми знаниями о здоровом образе жизни, формировании гигиенических навыков, и соблюдении режима дня (М.П. Асташина, В.Р. Кучма, Л.С. Выгодский, Т.Н. Дронова, Н.Н. Авдеева, О.Л. Князева и другие).

Об уровне сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста и результатах состояния его здоровья описаны в исследованиях В.А. Деркунской, В.Г. Кудрявцева, И.М. Новиковой А.А. Ошкиной, Е.А. Терпуговой и другие.

Психолого-педагогическая литература наполнена описанием разнообразных средств по формированию здорового образа жизни у дошкольников. Основное место уделено закаливающим процедурам, соблюдению режима дня, питанию. Но для достижения целей по здоровьесбережению детей необходим комплекс мер с применением определённых средств по воспитанию здорового образа жизни. Однако, заявленные средства, не всегда учитывают дошкольный возраст, или нуждаются при их осуществлении немалых трудов от педагогов. В связи с этим возникает противоречие между наличием в психолого-педагогической литературе списка разных средств по формированию представлений о здоровом образе жизни и недостаточно полном описании и этих средств. При формировании представлений о здоровом образе жизни у детей в дошкольной образовательной организации (ДОО), не достаточное применение в практической части работы в дошкольной образовательной организации возможностей художественной литературы, которая сопутствует человека с первых дней его жизни.

К 5-6 годам у детей заложены элементарные понятия о здоровьесбережении человека. Дети начинают понимать, что положительно и отрицательно сказывается на здоровье, и какие правила поведения безопасны для здоровья людей. Однако дошкольник не всегда осознаёт всю важность здорового образа жизни, и не всегда придерживается этих правил в обыденной жизни.

Для эффективного формирования здорового образа жизни у дошкольников необходимо использовать потенциал художественной

литературы. В процессе знакомства с произведениями художественной литературы у детей формируются представления о здоровом образе жизни.

Об эффективном влиянии произведений художественной литературы на формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников, доказано в исследованиях А.М. Виноградовой, Л.М. Гурович, В.И. Логинова, В.С. Мухиной, М.М. Рубинштейна и другие.

Актуальность темы исследования обусловлена тем, что социальный заказ общества направлен на дошкольника с ценностным отношением к здоровому образу жизни.

Исходя из вышеизложенного, было установлено **противоречие** между необходимостью формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни и недостаточным использованием художественной литературы в данном процессе.

Выявленное противоречие и необходимость его разрешения определяют **проблему исследования**: каковы потенциальные возможности художественной литературы как средства формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни?

Исходя из актуальности данной проблемы, сформулирована **тема исследования**: «Формирование у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить возможность формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы.

Объект исследования: процесс формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни.

Предмет исследования: художественная литература как средство формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни.

Гипотеза исследования: мы предположили, что художественная литература будет способствовать формированию у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни если:

- отобрана художественная литература в соответствии с возрастными особенностями дошкольников по основным темам здорового образа жизни;
- обогащена развивающая предметно-пространственная среда художественной литературой;
- включена художественная литература в совместную деятельность воспитателя и детей в основные режимные моменты дошкольной организации.

В соответствии с целью и гипотезой были сформулированы **задачи исследования:**

- 1) изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме формирования у детей 5-6 лет здорового образа жизни;
- 2) выявить уровень сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни;
- 3) разработать содержание работы по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей 5-6 лет посредством художественной литературы;
- 4) определить динамику уровня сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы.

Для решения поставленных задач использовались **методы исследования:**

- теоретические (анализ психолого-педагогической литературы, интерпретация, обобщение педагогического опыта);
- эмпирические (психолого-педагогический эксперимент, включающий констатирующий, формирующий и контрольный этапы);

– методы обработки результатов (качественный и количественный анализы результатов исследования).

Теоретической основой исследования являются:

– теоретические положения о формировании здорового образа жизни (Н.М. Амосов, И.А. Аршавский, Г.К. Зайцев, Ю.П. Лисицын, В.П. Петленко, Л.Г. Татарникова);

– исследования в области формирования представлений о здоровом образе жизни дошкольников (В.Г. Алямовская, В.А. Дергунская, В.Г. Кудрявцев, Л.Г. Касьянова, И.М. Новикова, А.А. Ошкина, Е.А. Терпугова);

– теоретические положения о формировании художественного образа как формы проявления детьми разнообразных чувств и отношений в процессе восприятия литературных произведений Т.С. Комаровой, Е.А. Флериной;

– исследования в области влияния произведений художественной литературы на формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников (А.М. Виноградова, Л.М. Гурович, В.И. Логинова, В.С. Мухина, М.М. Рубинштейн и другие).

Новизна исследования: заключается в обосновании возможностей художественной литературы как средства формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни.

Теоретическая значимость исследования заключается в обосновании показателей и описании характеристики уровней сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни; выявлении специфики использования художественной литературы как средства формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни.

Практическая значимость исследования заключается в том, что разработан каталог художественной литературы по формированию у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни посредством художественной

литературы. Результаты исследования могут быть использованы педагогами дошкольных образовательных организаций при реализации образовательной области «Физическое развитие».

Экспериментальная база исследования. Исследование проводилось на базе ГБОУ СОШ «ОЦ «Южный город» пос. Придорожный, Самарской области Структурное подразделение «Лукоморье». В исследовании приняли участие 20 детей 5-6 лет.

Структура бакалаврской работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (27 источник) и 2 приложений. Текст работы иллюстрирован 15 таблицами, 2 рисунками.

Глава 1 Теоретические основы формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни

1.1 Психолого-педагогические аспекты формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни

Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей в современном обществе рассматривается на федеральном уровне, так как выявляется необходимость планомерной работы в этом направлении, в связи с ухудшением состояния здоровья населения страны.

Каждый день ребёнок является свидетелем разнообразных проявлений образа жизни со стороны взрослых, и не всегда этот пример положительный. У подрастающего поколения детей может создаться не совсем правильное представление о здоровом образе жизни. Дошкольный возраст наиболее благоприятное время для формирования у него представлений о здоровье и здоровом образе жизни.

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что существует множество различных понятий «здоровья» и «здорового образа жизни».

«Здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней или физических дефектов. Обладание наивысшим достижимым уровнем здоровья является одним из основных правил всякого человека без различия расы, религии, политических убеждений, экономического или социального положения» (Устав Всемирной организации здравоохранения) [18].

Согласно исследованиям Ю.П. Лисицына «Здоровье это – состояние, которое позволяет человеку вести не стеснённую к своей свободе жизнь, полноценно выполнять свойственные человеку функции, прежде всего, трудовые, вести здоровый образ жизни, т.е. испытывать душевное, физическое и социальное благополучие» [10].

В другом аспекте данное понятие рассматривает И.В. Кривошеина, характеризуя здоровье, как «полное физическое, психическое и социальное благополучие ребёнка» [6].

Известный учёный Ю.П. Лисицын определяет путь к здоровью через две фазы: преодоление факторов риска нарушения здоровья и формирование здорового образа жизни (ЗОЖ). Формирование ЗОЖ, по мнению исследователя, «составляют: высокая социальная активность; гигиеническая культура; социальный оптимизм; трудовая активность; физический и душевный комфорт; гармоничное развитие физических и психологических способностей; высокая экологическая активность; физическая активность; рациональность и сбалансированность питания; отсутствие вредных привычек и наличие дружеских семейных отношений» [10].

«Здоровье человека, определяется как количественная черта, зависящая от объёма производительности органов в соответствии с сохранением предельных границ их функциональных возможностей», такое определение «здоровью» даёт советский учёный Н.М. Амосов [1].

Биолог В.П. Казначеева рассматривает такое понятие как «здоровье – это сложный и постепенный процесс развития физиологических и психических функций организма, приемлемой трудоспособности и активности в социуме при максимальных значениях продолжительности жизни» [2].

Об актуальности вопроса о здоровье и здоровьесбережения человека свидетельствуют исследования как теоретические, так и экспериментальные.

Вопросы взаимосвязи души и тела рассматривали в своих трудах Г.Г. Ващенко, К.Д. Ушинский, П.Д. Юркевич. Взаимоотношения человека и природы, принцип природосообразности изучали учёные исследователи, И.Д. Бех, В.И. Вернадский, В.П. Зинченко, В.А. Караковский, Л.И. Новикова, Н.Л. Селиванова, и другие. Различные аспекты психологических подходов к формированию и сохранению здоровья детей, стали предметом исследований

Л.С. Выготского, О.М. Леонтьева, Ж.В. Пиаже, З.Ш. Фрейда, Д.Б. Эльконина и других. Большое значение для осмысления сохранения здоровья детей имеют научные исследования О.В. Жабокрицкой, С.В. Кириленко, С.А. Свириденко. Вопросы культуры здоровья изучали исследователи (В.П. Горащук, Ю.В. Драгнев, С.Ю. Лебедченко, Ю.Б. Мельник) [9].

Исследователи в своих трудах рассматривали здоровье и здоровый образ жизни с точки зрения всех видов и способов жизнедеятельности человека, которые способствуют сохранению и укреплению здоровья. Развитие страны, экологические условия, гражданская позиция, технологии в области воспитания и образования педагогов, установка семейного воспитания влияют на процесс формирования направленности личности на здоровый образ жизни.

Об этом говорится в определении профессора Ю.П. Лисицына «здоровый образ жизни – это деятельность наиболее характерная, типичная для конкретных социально-экономических, политических, экономических и прочих условий, направленная на сохранение и улучшение, укрепление здоровья людей» [10].

Занимаясь исследованиями в области здоровьесбережения людей, Ю.П. Лисицын пришел к выводу, что «первостепенным вопросом здоровья является здоровый образ жизни, который занимает около 50– 55% удельного веса всех факторов, обуславливающих здоровье населения. Это подтверждается данными отечественных и зарубежных специалистов. Влияние экологических факторов на здоровье человека оценивается примерно в 20-25% от всех воздействий, и 20% составляют биологические (наследственные) факторы, а на долю недостатков и дефектов здравоохранения отводится 10% [21].

И.И. Капалыгина отмечает, что здоровье человека зависит от его образа жизни. «Мало научить ребёнка чистить зубы утром и вечером, делать зарядку и есть здоровую пищу. Надо, что бы уже с раннего детства он учился любви

к себе, к людям, к жизни. Потому что только человек, живущий в гармонии с собой и миром, будет действительно здоров» И.И. Капальгина [4].

«Здоровый образ жизни – это индивидуальная система привычек и поведения человека в процессе его жизнедеятельности, когда обеспечивает ему хорошее здоровье», такое определение здоровому образу жизни даёт М.В. Чечета [20].

Е.А. Терпугова в своих исследованиях выделяет две позиции здорового образа жизни детей: фактор здоровья и гармоничного развития, и условия для формирования у них навыков здорового образа жизни.

«К главным составляющим здорового образа жизни относятся эколого-гигиенические условия, правильное питание, психологический комфорт, рациональный распорядок дня, оптимальный двигательный режим, адекватная особенностям здоровья каждого ребёнка система закаливания» рассматривается в научных трудах Е.А. Терпугова [17].

В дошкольном возрасте у детей формируются основы для физического и психического здоровья. Поэтому педагоги и родители должны сформировать у детей потребность вести здоровый образ жизни. В дошкольные образовательные учреждения нашей страны внедрено большое количество образовательных программ. Целью этих программ является сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, и формирование у них привычки к здоровому образу жизни.

В Федеральном Государственном Образовательном Стандарте дошкольного образования (ФГОС ДО) «Физическое развитие» выделено в отдельную образовательную область.

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; которые помогают правильному формированию опорно-двигательной системы организма. А так же

способствует формированию начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)» Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. N 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» [14].

Формирование представлений у детей 5-6 лет о здоровом образе жизни осуществляется с помощью тем: «я, мой организм, моё здоровье», «образ жизни человека», «зависимость здоровья от окружающей среды», «здоровый образ жизни, как основа сохранения и укрепления здоровья» [3].

Ожидаемый результат, от реализации образовательной области «физическое развитие» дошкольным учреждением, заключается в том, что в формировании начальных представлений здорового образа жизни у детей, будет иметь положительный результат. У детей дошкольного возраста сформируются начальные представления о «здоровье», «здоровом образе жизни», появиться интерес и положительное отношение к своему здоровью и здоровому образу жизни, а так же он овладеет основными движениями, и сможет управлять ими. Для решения этих задач педагогам, необходимо найти средства, которые будут способствовать в формировании начальных представлений о здоровье и здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста. Одним из таких средств, может стать художественная литература.

О важности использования художественной литературы в воспитании детей на всех уровнях развития, доказали в своих трудах учёные исследователи А.М. Виноградова, Л.М. Гурович, М.В. Новикова, М.В. Лучич, М.М. Рубинштейн и другие. Их исследования выявили положительное влияние художественной литературы на личностное развитие дошкольника.

В процессе воспитания и обучения детей по здоровьесбережению, в дошкольном учреждении создаются условия, которые необходимы для формирования представлений о здоровье и здоровом образе жизни. Детям старшего дошкольного возраста свойственно подражание за педагогами, родными, близкими людьми, и за литературными героями. Дети проживают поступки литературных героев, так как они близки к их повседневной жизни, ребёнок неоднократно совершал и сам такие поступки. В произведениях отражаются конкретные ситуации, которые вызывают у ребёнка яркие эмоции, и создаётся чувство личного причастия к тому, что там рассказывается. Переживая за героев, ребёнок оценивает их поступки и действия, присваивая опыт себе. Такой опыт переживаний от прочтения художественной литературы, влияет на поступки и действия дошкольника. Поэтому, художественная литература, является незаменимым средством в ходе формирования представлений у ребёнка о здоровом образе жизни.

1.2 Характеристика художественной литературы как средства формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни

Средствами художественной литературы можно сформировать представления о здоровом образе у ребёнка дошкольного возраста, а так же потребность в сохранении здоровья.

Художественная литература обогащает жизнь ребёнка интересными, замечательными, необычными открытиями, и прививает детям положительное отношение к здоровому образу жизни, воспитывает заботливое отношение к своему здоровью.

Детскими писателями написано немало произведений, в которых говорится о пользе здорового образа жизни. Так, о необходимости

использовать художественную литературу для всестороннего развития ребёнка писал К.И. Чуковский.

«Вся моя задача была в том, что бы, максимально приспособившись к психологии малых ребят, не только внушить им «взрослые» идеи о гигиене, но и по возможности поднять их литературный и умственный уровень» отмечает К.И. Чуковский [22].

Произведения А.М. Акулина «Людоеды»; С.Ю. Афонькина «Как победить простуду», В.И. Беспалова «Голубая льдинка»; В.П. Берестова «Доктор Лебедев», В.Н. Бондаренко «Где здоровье медвежье?», Р.А. Кудашева «Петушок», С.В. Михалкова «Прививка», «Грипп», рассказывают детям о здоровье и болезнях людей, и о врачах, которые нас лечат.

Активный образ жизни отражён в детских художественных произведениях З.Н. Александровой «Лыжная прогулка», В.Д. Берестова «Как я плавать научился», Ш.Г. Галиева «Заяц на зарядке», Е.Н. Кан «Наша зарядка», С.В. Михалкова «Весёлый турист», «Прогулка», А.О. Слоникина «Я футболист», В.Н. Сулова «Про Юру и физкультуру».

Стихотворения Я.Л. Акима «Мыло», Е.А. Благиной «Банька», А.А. Кузнецовой «Кто умеет?», В.В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо?», Н.П. Найдёновой «Наши полотенца», М.Д. Яснова «Я мою руки» рассказывают о личной гигиене.

Детские произведения М.В. Витковской «О том, как мальчуган здоровье закалял», А.М. Волкова «Волшебник изумрудного города», О.И. Высотской «Волны», В.И. Лебедева-Кумача «Закаляйся!», С.Я. Маршака «О мальчиках и девочках», Н.Н. Носова «приключения Незнайки и его друзей», несут информацию о закаливании и о правилах здорового образа жизни.

О режиме дня, пользе сна для здоровья человека, и о умении ценить собственное время, находят отражение в художественной литературе таких

авторов как П.Н. Воронько «Спать пора», О.О. Дриза «Тихий час», Н.В. Лоткина «Тихий час», С.Я. Маршака «Дремота и зевота», «Не опоздай!», «Рано в кровать», С.В. Михалкова «Не спать», Э.Э. Мошковской «Песенка моих часов», и др.

О здоровом питании, лекарственных растениях и витаминах рассказывается в детских произведениях З.Н. Александровой «Большая ложка», Ш.Г. Галиева «Витаминные буквы», Н.П. Кончаловской «Про овощи», А.А. Кардашовой «За ужином», С.В. Михалкова «про девочку, которая плохо кушала», Э.Н. Успенского «Дети, которые плохо едят в детском саду».

О безопасном поведении на улице, и о поведении в различных ситуациях описано в художественной литературе детскими писателями С.В. Михалковым «Дядя Стёпа – милиционер», «Шагая осторожно...», В.Н. Семериным «Запрещается – разрешается!», О.А. Тарутиным «Для чего нам светофор», Г.П. Шалаевой «Большая книга правил поведения для воспитанных детей», и другие

Подбирая художественную литературу, педагог учитывает возрастные особенности детей, художественную ценность, занимательность и литературный язык. После прочтения книг о здоровом образе жизни, дети стараются лучше относиться к своему здоровью. Дети понимают, что физические упражнения, спорт и отдых, полезная пища, свежий воздух и чистота, рациональное питание, закаливание помогают человеку быть здоровым.

При формировании представлений о здоровом образе жизни у детей средствами художественной литературы, необходима системность и последовательность при подаче материала, и ежедневное повторение ранее усвоенных правил.

Для понимания детьми прочитанной воспитателем художественной литературы по здоровьесбережению, используют определённые приемы:

выразительность чтения, повторное чтение, выборочное чтение, драматизация, беседа. Выразительность и эмоциональность при чтении, усиливает у детей переживания за события, которые происходят в книге. При повторном или выборочном чтении можно зачитывать наиболее яркие отрывки из произведений.

В решении этого вопроса должны принимать участие и педагоги, и родители ребёнка. Ввиду то, что родители являются главными воспитателями и примером для своего ребёнка, необходимо их активное участие в педагогическом процессе. Привитие любви ребёнка к художественному слову, начинается с семьи, когда родители читают первые книжки, и своим примером дают понять ребёнку, что книга несёт много интересных и полезных вещей.

Художественное произведение, прочитанное на ночь родителями, в спокойной и уютной обстановке, помогает ребёнку образно представить события, которые происходят с героями, как они выглядят, во что одеты, какой образ жизни они ведут. Во время чтения, ребёнок, фантазирует и представляет себя на месте этого героя, переживает за героев, которые попадают в беду и радуется, когда всё заканчивается хорошо.

Ребёнок, примеряя на себя роль героя, обычно это положительный литературный герой, учится на его примере, как себя вести в разных жизненных ситуациях.

Детскую литературу, которая затрагивает тему здоровьесбережения, необходимо применять в педагогической практике с целью формирования представлений о здоровье и здоровом образе жизни. Темы о здоровье должны быть наполнены увлекательным образовательным содержанием, их закрепление происходит во всех видах детской деятельности, поэтому есть прекрасная возможность интегрирования образовательной области «Здоровье» с другими областями.

Образовательная деятельность по здоровьесбережению средствами художественной литературы желательно проводить во второй половине дня. Затем, воспитателю необходимо провести беседу с детьми, что бы они смогли высказать своё мнение о поведении героев произведения в отношении пользы или вреда для здоровья. Так как у ребёнка дошкольного возраста наглядно-образное мышление, то педагогу будет разумно использовать наглядный материал для формирования представлений о здоровьесбережении.

«При формировании представлений о здоровом образе жизни у детей 5-6 лет целесообразно использовать наглядный материал, ведь мышление старшего дошкольника – наглядно-образное. Это позволяет дошкольнику оперировать образами предметов или ситуацией и сделать знание, которое скрыто, видимым и очевидным» И.М. Новикова [11].

В работе по формированию представлений у детей о здоровье и здоровьесбережению, помогает предметно-пространственная развивающая среда в группе. Уголок «Здоровячок» обогащается детской художественной литературой по здоровому образу жизни, раскрасками, альбомами с фотографиями детей с занятий, картотеками бесед и прогулок по теме о здоровье. Уголок для родителей пополняется полезной информацией по здоровьесбережению детей, а так же детскими работами по продуктивной деятельности по здоровому образу жизни, выполненных совместно, как в группе с воспитателем, так и дома с родителями.

Дети ещё сильнее поймут и усвоят прочитанные художественные произведения, если в процессе совместной деятельности создавать книжки-малышки, плакаты, иллюстрации к произведениям, коллективные коллажи, поделки из глины, аппликации и др.

Выставку детской литературы «Здоровье и здоровый образ жизни» готовят последовательно. Сначала воспитатель знакомит детей с произведениями о здоровом образе жизни, обсуждает их содержание, учит

стихотворения, загадки, а затем приглашаются родители на открытие выставки. Дети вместе с родителями могут представить свою любимую книгу по сохранению и сбережению здоровья. Это поможет родителям осознать, насколько необходима совместная деятельность с детьми. Такая выставка может длиться несколько дней. А дальше, опыт, приобретённый на выставке, дети переносят в самостоятельную деятельность, играя в сюжетно-ролевую игру «Библиотекарь».

В процессе изготовления альбома по здоровьесбережению у детей сформируются и систематизируются представления о здоровье и здоровом образе жизни. В альбоме отражаются детские рисунки, поделки из бумаги, рисунки, открытки, фотографии, а так же могут быть размещены загадки о здоровье, рассказы по здоровому образу жизни, которые составили дети. Материал для альбома готовится после прочтения детской литературы по здоровому образу жизни как в саду с воспитателем, так и дома с родителями. Альбом по ЗОЖ будет хорошим демонстрационным материалом, который можно использовать в организованной образовательной деятельности воспитателя с детьми, или оставить в книжном уголке, для самостоятельной деятельности детей.

«При ознакомлении с художественной литературой вопросы беседы должны носить не только репродуктивный характер, значительную их часть нужно направить на демонстрацию причинно-следственных связей между образом жизни и здоровьем. Объяснения проводят с целью разъяснения влияния различных факторов окружающей среды на здоровье, для установления взаимосвязи между различными проявлениями здорового образа жизни и здоровьем, так как дошкольники часто затрудняются самостоятельно устанавливать причинно-следственные связи между явлениями повседневной жизни, в том числе между здоровьем и образом жизни.

Моделированию поведения детей в условиях окружающей социальной среды большого города способствуют предъявление проблемных ситуаций, постановка ситуационных задач, проблемные вопросы, что способствует самостоятельному выбору дошкольниками альтернативных решений и планированию деятельности. Педагогу совместно с детьми необходимо проводить анализ предложенных ответов на проблемные вопросы и оценку предложенных решений» [9].

Работая над формированием представлений у детей 5-6 лет о здоровом образе жизни, у дошкольников посредством художественной литературы, у дошкольника сформируются определённые умения заботиться о своём здоровье. А именно: правильно и по сезону одеваться, понимать пользу от прививок, самостоятельно приводить свою одежду в порядок, быть опрятным, без напоминаний взрослого мыть руки перед едой, вытираться насухо своим полотенцем, расчёсываться, при малейшем недомогании прибегать к помощи взрослого, принимать участие в приготовлении здоровой и полезной пищи.

Для формирования представлений у детей 5-6 лет о здоровом образе жизни посредством художественной литературы необходимо использовать комплекс мер, направленных на системность работы в этом направлении. Это педагогическая, воспитательная, образовательная работа с детьми, организация просветительной деятельности для родителей. В ходе использования данных комплексных мер, у детей сформируются когнитивный и поведенческий компоненты представлений о здоровом образе жизни.

Формирование когнитивного компонента представлений включает в себя образовательную работу с детьми (сообщение новых сведений, закрепление представлений, умений, навыков), и развивающую работу с детьми (развитие способности к установлению причинно-следственных связей между здоровьем и образом жизни). В формирование поведенческого

компонента представлений подразумевает воспитательную работу с детьми: формирование мотивации и потребности в здоровом образе жизни, профилактика негативного поведения. Педагог во время формирования у детей представлений о ЗОЖ опирается на дидактические принципы: принцип сознательности, активности, самостоятельности; принцип системности и последовательности; принцип наглядности; принцип доступности и посильности; принцип учёта возрастных особенностей детей.

Итак, можно сделать вывод, что целенаправленное и системное применение художественной литературы является плодотворным средством в формировании представлений у детей о здоровом образе жизни.

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что имеется большое количество понятий «здоровья» и «здорового образа жизни».

Деятели науки в своих трудах анализировали здоровье и здоровый образ жизни с точки зрения всех видов и способов жизнедеятельности человека, которые способствуют сохранению и укреплению здоровья. Развитие страны, экологические условия, гражданская позиция, технологии в области воспитания и образования педагогов, установка семейного воспитания влияют на процесс формирования направленности личности на здоровый образ жизни.

В дошкольном образовательном учреждении формируется система знаний и привычек у детей дошкольного возраста, создаются хорошие условия для улучшения и сохранения здоровья, приобщение их к ценностям здорового образа жизни, развитие у детей мотивации здорового образа жизни, и потребности в освоении способов сохранения личного здоровья и здоровья окружающих людей.

Педагог в работе по формированию у детей дошкольного возраста делает акцент на составляющие здорового образа жизни. К ним относятся занятия физкультурой и бассейном, прогулки на свежем воздухе, правильное

питание, соблюдение правил личной гигиены, бережное отношение к окружающей среде и природе.

Педагоги дошкольного образовательного учреждения обучают детей делать правильный выбор в пользу ситуации, которая будет полезна для здоровья, и отказываться от всего вредного, а так же прививают правильное отношение к своему здоровью. В решении этих задач помогает целостная система по сбережению психического, физического и социального благополучия дошкольника.

Художественная литература является средством, с помощью которого прививают детям положительное отношение к здоровому образу жизни, воспитывает заботливое отношение к своему здоровью.

Детские писатели подчеркивали необходимость использования детских произведений для всестороннего развития ребёнка.

Развитие у дошкольников элементарных представлений о здоровом образе жизни направлено на формирование поведения, адаптированного к социальным и природным условиям окружающей среды, с целью сохранения и укрепления здоровья, достижения психологического комфорта, всестороннего развития потенциальных возможностей личности на основе понимания взаимосвязи состояния здоровья и образа жизни.

Глава 2 Экспериментальное исследование по формированию у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы

2.1 Выявление уровня сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни

Проанализировав теоретические основы формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы, мы приступили к экспериментальной части исследования.

Экспериментальная работа проводилась на базе ГБОУ СОШ «ОЦ «Южный город» пос. Придорожный, Самарской области структурное подразделение «Лукоморье» в 2019-2020 учебном году. В работе принимали участие 20 детей 5-6 лет. Список детей представлен в приложении А.

Цель констатирующего этапа эксперимента – выявить уровень сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни.

Показатели уровня сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни на констатирующем этапе эксперимента были выделены с опорой на исследования Е.А. Кудрявцевой, И.М. Новиковой. В соответствии с показателями были подобраны диагностические методики. Показатели уровня сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни и диагностические методики представлены в таблице.

Таблица 1 – Диагностическая карта констатирующего эксперимента

Критерии	Показатели	Диагностические методики
Когнитивный критерий	Наличие целостных знаний о здоровом образе жизни	Диагностическая методика 1. Беседа: «Что такое здоровье?» (автор И.М. Новикова)

Продолжение таблицы 1

	наличие представлений о пользе водных процедур и закаливания	Диагностическая методика 2. Беседа «Закаливание» (автор: Е.А. Кудрявцева)
Эмоционально-оценочный критерий	наличие представлений о культурно-гигиенических навыках	Диагностическая методика 3. «Назови лишний предмет» (автор: Е.А. Кудрявцева)
	наличие у ребенка представлений о зависимости здоровья от рационального питания	Диагностическая методика 4. «Полезные покупки» (автор: И.М. Новикова)
Мотивационно-поведенческий критерий	наличие представлений о влиянии окружающей среды на здоровье человека	Диагностическая методика 5. «Место для отдыха» (автор: И.М. Новикова)
	наличие представлений о способах укрепления здоровья и профилактики заболеваний	Диагностическая методика 6. «Что делать, чтобы быть здоровым?» (автор: И.М. Новикова)

Диагностическая методика 1. Беседа «Что такое здоровье?» (автор: И.М Новикова).

Цель: выявить уровень сформированности наличие целостных знаний о здоровом образе жизни.

Ход беседы: Беседа проводится индивидуально с каждым ребёнком. В ходе беседы, педагог предлагает поговорить о здоровье, и задаёт дошкольнику следующие вопросы:

1. Хочешь ли ты быть здоровым?
2. Почему ты хочешь быть здоровым?
3. Как ты думаешь, что такое здоровье?
4. Что нужно делать, что бы быть здоровым?
5. В результате чего может заболеть человек?
6. Какое настроение у здорового человека? А у больного?
7. Природа помогает человеку быть здоровым?
8. Как природа помогает человеку сохранить своё здоровье?

Критерии оценки результата.

1 балл – Ребенок не может объяснить значение понятия «здоровье», имеет отрывочные знания о некоторых способах лечения болезней на основе личного опыта, не имеет представления о факторах, которые оказывают положительное влияние на здоровье человека. Ребёнок не осознает влияния образа жизни и состояния окружающей действительности и видов деятельности для сохранения и поддержания здоровья. У ребёнка не сформированы представления о здоровом образе жизни.

2 балла – Ребенок не может объяснить понятие «здоровье» определяет, как состояние выздоровления после болезни или отсутствие болезни, имеет некоторые сведения о лечении некоторых заболеваний, имеющих отношение к личному опыту. Имеет отрывочные знания о влиянии факторов внешней среды на здоровье человека. Дошкольник имеет некоторые представления о ЗОЖ, которые связаны только с его личным опытом, и носят конкретно—ситуативный характер. Ребёнок понимает зависимость здоровья от образа жизни с помощью наводящих вопросов и конкретных, доступных для понимания ребёнка, примеров. У ребёнка наблюдаются отрывочные представления о ЗОЖ.

3 балла – Ребёнок определяет понятие «здоровье» как состояние физического и психологического здоровья и благополучия человека. Имеет элементарные правильные представления о ЗОЖ, знает о некоторых способах укрепления здоровья и профилактики заболеваний на основе личного опыта и информации, полученной из различных источников. Дошкольник понимает важность сохранения здоровья соблюдения правил ЗОЖ, осознает зависимость здоровья от образа жизни и состояния окружающей среды. Представления у ребенка о ЗОЖ носят элементарный, но целостный характер.

Результаты.

Количественные результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты исследования уровня сформированности наличие целостных знаний о здоровом образе жизни (констатирующий этап)

Количество детей (%)	Уровень сформированности наличие целостных знаний о здоровом образе жизни		
	НУ	СУ	ВУ
20 (100%)	2 (10%)	16 (80%)	2 (10%)

В ходе проведения беседы «Что такое здоровье?» были получены следующие результаты.

Низкий уровень представлений о здоровье и здоровом образе жизни, о причинах некоторых заболеваний, понимания взаимосвязи между образом жизни здоровьем, выявлен у 2 детей (10%). На вопрос: «Хочешь ли быть здоровым?», Артём Т. и Матвей Ч. ответили, что «да, хотят быть здоровыми», но не знают, почему они этого хотят. Мальчики не смогли объяснить значение понятия «здоровье». Наводящие вопросы педагога, не помогли мальчикам найти взаимосвязи между соблюдением правил рационального питания, необходимостью соблюдения режима дня, закаливания, регулярных занятий физической культурой, и здоровьесбережением. На вопрос: «В результате чего может заболеть человек?», Артём Т. и Матвей Ч. Ответили, что, если одеваться не по погоде. Опираясь на собственный опыт, Артём Т. отвечая на вопрос о настроении больного и здорового человека, определил его, как «плохое», «грустное», или «весёлое». Матвей Ч. и Артём Т. считают, что природа даёт человеку только полезные продукты.

Средний уровень представлений о здоровом образе жизни выявлен у 16 детей (80%). Большинство детей на вопрос: «Что такое здоровье?», говорили, что «здоровье – это когда не болеешь». А Витя К. и Ярослав С., дали определение «здоровью», что это «когда у человека ни чего не болит». Опрос показал, что дети думают, что для того, что бы сохранить своё здоровье нужно принимать разные витамины, в пищу употреблять много фруктов, овощей, нужно кушать каши и молочные продукты. Все дети

говорили только о пользе продуктов, витаминах и лекарствах для здоровья человека. И только трое детей (Егор К., Вероника Т., Полина С.) ответили о необходимости соблюдения режима дня, закаливания, прогулок на свежем воздухе. На вопрос: «Почему ты хочешь быть здоровым?» все дети говорили о том, чтобы заниматься любимыми видами деятельности, ходить на кружки и в детский сад. На вопрос «В результате чего может заболеть человек?», дети делали акцент на погодные условия. А некоторые дети (Александр С., Вероника Т., Виктор К., Елена М., Иван П.) добавляли, что необходимо соблюдать правила личной гигиены.

Высокий уровень представлений о здоровом образе жизни выявлен у 2 детей (10%). Анна К. на вопрос: «Что такое здоровье?», сказала, что это когда «Человек не болеет, он здоровый, а значит радостный, и у него всё хорошо». Артём Б. определил «здоровье», как признак «хорошего настроения». Дети отметили, что для хорошего здоровья необходимо соблюдать режим дня, делать утреннюю зарядку, правильно питаться, гулять на свежем воздухе. Артём Б. добавил, что нужно ещё и закаляться для сохранения своего здоровья.

Диагностическая методика 2. Беседа «Закаливание» (автор: Е.А. Кудрявцева).

Цель: выявить уровень сформированности представлений о пользе водных процедур и закаливания.

Ход беседы: Беседа проводится индивидуально с каждым ребёнком. В процессе беседы, педагог предлагает ребёнку поговорить о закаливании. Педагог задаёт дошкольнику следующие вопросы:

1. Продолжи фразу «Солнце, воздух и вода...»
2. Почему солнце, воздух и воду называют нашими лучшими друзьями?
3. Какие водные процедуры ты делаешь утром?
4. Почему полезно ходить на прогулку в лес или парк?

Критерии оценки результата.

1 балл – Ребенок имеет слабые представления о пользе водных и закаливающих процедур. Только с напоминанием взрослых проводит различные виды водных и закаливающих процедур, утреннюю зарядку. Имеет нечёткие представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влияния на здоровье.

2 балла – Ребенок имеет представление о пользе водных и закаливающих процедур. Проводит различные виды водных и закаливающих процедур, делает утреннюю зарядку, но периодически требуется напоминание взрослых. Ребенок не всегда имеет чёткие представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влияния на здоровье.

3 балла – Ребенок имеет чёткое представление о пользе водных и закаливающих процедур. Регулярно и самостоятельно, без напоминания взрослых, проводит зарядку, и различные виды водных и закаливающих процедур.

Результаты.

Количественные результаты представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты исследования уровня сформированности представлений о пользе водных процедур и закаливания (констатирующий этап)

Количество детей (%)	Уровень сформированности представлений о пользе водных процедур и закаливания		
	НУ	СУ	ВУ
20 (100%)	7 (35%)	11 (55%)	2 (10%)

По итогам второго задания в ходе беседы «Закаливание» с детьми были получены следующие результаты.

Низкий уровень сформированности представлений детей о пользе закаливания и водных процедур выявлен у 7 детей (35%). Артём Т., Даниил

Р., Матвей Ч., Михаил Г. не слышали выражение «Солнце, воздух и вода...», поэтому не смогли продолжить эту фразу. На предложение воспитателя закончить фразу, самим придумав продолжение, ребята говорили, что у них не получается. На вопрос: «Почему солнце, воздух и воду называют нашими лучшими друзьями?», ни кто из детей ответить не смог, кроме Виктора К. и Елены М. На вопрос: «Какие водные процедуры ты делаешь утром?» Артём Т., Даниил Р., Матвей Ч., Михаил Г. ответили, что по утрам не умываются и не чистят зубы, Виктор К. и Елена М. ответили, что иногда умываются и чистят зубы, после напоминания взрослых. Рассказать о пользе прогулок в лесу или парке не смог ни один ребёнок, так как испытывали затруднения с ответом на поставленный вопрос.

Средний уровень сформированности представлений о пользе закаливания и водных процедур выявлен у 11 детей (55%). Анна М., Александра П., Александр С., Владислав Ш., Вероника Т., Глеб Д., Дмитрий Я., Иван П., Полина С., Руслан С., Ярослав С. не правильно продолжили фразу «Солнце, воздух и вода...», но всё же пытались догадаться о смысле этого выражения. На вопрос: «Почему солнце, воздух и воду называют нашими лучшими друзьями?», все дети говорили о том, что солнце, воздух и вода необходимы для жизни людей. Отвечая на вопрос о пользе водных процедур, и о закаливании все дети рассказывали, что по утрам умываются и чистят зубы. О пользе прогулок в лесу и парках, о том, что свежий воздух полезен для здоровья человека, дошкольники говорили после поставленного им вопроса о пользе прогулок.

Высокий уровень сформированности представлений о пользе закаливания и водных процедур выявлен у 2 детей (10%). На предложение продолжить фразу «Солнце, воздух и вода...» Анна К. сказала: «начинается еда», Артём Б. ответил, что это «бодрая зарядка». На вопрос: «Почему солнце, воздух и воду называют нашими лучшими друзьями?» дети говорили, что солнце даёт тепло и свет, вода нужна для питья и купания,

воздух нужен для дыхания. На вопрос: «Какие водные процедуры ты делаешь утром?» Анна К. и Артём рассказывали, что умываются и чистят зубы утром и вечером. Отвечая на вопрос: «Почему полезно ходить на прогулку в лес или парк?» Анна К. и Артём Б.ответили, что солнечный свет и тепло несут пользу для здоровья и радостного настроения, вода нужна для чистоты, а воздух нужен людям для здоровья.

Диагностическая методика 3. Дидактическая игра «Назови лишний предмет» (автор: Е.А. Кудрявцева).

Цель: выявить уровень сформированности представлений о культурно-гигиенических навыках.

Диагностический материал: набор карточек с изображением предметов (лыжи, санки, рогатка, хоккейная клюшка, мыло, зубная щётка, полотенце, грязные руки, расчёска, зеркало, лента для волос, непричёсанная девочка).

Содержание. Воспитатель предлагает дошкольнику рассмотреть карточки с четырьмя картинками на каждой, и назвать лишний предмет. Свой ответ необходимо обосновать.

Критерии оценки результата.

1 балл – ребёнок умеет умываться и чистить зубы, но делает это после напоминания взрослого, пользуется индивидуальными средствами гигиены – полотенцем, расческой с помощью взрослого. Следит за своим внешним видом и чистой одеждой, моет руки перед едой после напоминания взрослого.

2 балла – ребёнок имеет привычку ежедневно умываться и чистить зубы, пользоваться индивидуальными средствами гигиены – полотенцем, расческой самостоятельно, иногда с помощью взрослого. Не всегда следит за своим внешним видом и чистой одеждой.

3 балла – ребёнок имеет хорошо выработанную привычку ежедневно умываться и чистить зубы, пользоваться индивидуальными средствами гигиены – полотенцем, расческой. Следит за своим внешним видом и чистотой одежды.

Результаты.

Количественные результаты представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Результаты исследования уровня сформированности представлений о культурно-гигиенических навыках (констатирующий этап)

Количество детей (%)	Уровень сформированности представлений о культурно-гигиенических навыках		
	НУ	СУ	ВУ
20 (100%)	8 (40%)	11 (55%)	1 (5%)

По итогам третьего задания в процессе дидактической игры «Назови лишний предмет» с детьми, были получены следующие результаты.

Низкий уровень сформированности представлений детей о культурно-гигиенических навыках выявлен у 8 детей (40%). При предъявлении детям первого набора карточек (мыло, зубная щётка, полотенце, грязные руки) Виктор К., Даниил Р., Дмитрий Я., Егор К., Елена М., Матвей Ч., Михаил Г. ответили, что «грязными руками можно что-нибудь испачкать, поэтому их нужно мыть», Руслан С. сказал, что руки нужно мыть с мылом и вытирать полотенцем. При предъявлении второго набора карточек (лыжи, санки, рогатки, хоккейная клюшка) Матвей Ч. и Михаил Г. выбрали рогатку, не смогли объяснить, почему их выбор пал на этот предмет. При предъявлении третьего набора карточек (расческа, зеркало, ленточка для волос, непричёсанная девочка) Виктор К., Даниил Р., Дмитрий Я., Егор К., Елена М., Матвей Ч., Михаил Г., Руслан С. испытывали трудности в выполнении этого задания, и не смогли ответить какой предмет лишний.

Средний уровень сформированности представлений детей о культурно-гигиенических навыках выявлен у 11 детей (55%). В выполнении заданий, дети испытывали некоторые трудности, но при помощи наводящих вопросов педагога, дошкольники справлялись с заданиями (Анна М., Артём Б., Артём Т., Александр С., Александра П., Вероника Т., Владислав Ш., Глеб Д., Иван П., Полина С. Ярослав С.).

Высокий уровень сформированности представлений детей о культурно-гигиенических навыках выявлен у 1 детей (5%). Анна К. при выполнении заданий, самостоятельно делала выбор лишних предметов на картинках, и при этом, правильно объясняла свой выбор. При предъявлении первого набора карточек (мыло, зубная щётка, полотенце, грязные руки) Ана К. ответила, что необходимо чистить зубы, мыть руки перед едой и после прогулки, и сели, руки просто испачкались. При предъявлении второго набора карточек (лыжи, санки, рогатки, хоккейная клюшка) Анна К. убрала лишний предмет «рогатку», так другие предметы относятся к спортивным элементам. При предъявлении третьего набора карточек (расческа, зеркало, ленточка для волос, непричёсанная девочка) Анна К. убрала лишний предмет «непричёсанную девочку», объяснив этот тем, что, чтобы следить за своим внешним видом, для этого нужна: расческа, зеркало и ленточка для волос.

Диагностическая методика 4. Дидактическая игра «Полезные покупки» (автор: И.М. Новикова).

Цель: выявить уровень сформированности представлений о зависимости здоровья от рационального питания.

Диагностический материал: карточки с изображением определённых предметов (кукла, машина, молоко, яблоко, сахар, зубная щётка, мыло).

Содержание. Педагог показывает лежащие на столе карточки, и предлагает детям поиграть в игру «Полезные покупки»: «Это магазин, в нём можно сделать разные покупки. Выбери и купи то, что полезно для здоровья. Объясни свой выбор. Педагог отмечает, какие предметы и в какой последовательности делал свой выбор ребенок.

Критерии оценки результата.

1 балл – у ребёнка не сформировано представление о зависимости здоровья от рационального питания; не осознаёт важность правильного питания для здоровья человека, даже после наводящих вопросов педагога.

2 балла – у ребёнка не достаточно сформировано представление о зависимости здоровья от рационального питания; осознаёт важность правильного питания для здоровья человека после наводящих вопросов педагога.

3 балла – у ребёнка сформировано устойчивое представление о зависимости здоровья от рационального питания; осознаёт важность правильного питания для здоровья человека.

Результаты.

Количественные результаты представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Результаты исследования уровня сформированности представлений о зависимости здоровья от рационального питания (констатирующий этап)

Количество детей (%)	Уровень сформированности представлений о зависимости здоровья от рационального питания		
	НУ	СУ	ВУ
20 (100%)	7 (35%)	11 (55%)	2 (10%)

По итогам четвёртого задания в процессе дидактической игры полезная покупка с детьми, были получены следующие результаты.

Низкий уровень представлений о важности правильного питания выявлен у 7 детей (35%). Артём Т., Виктор К., Даниил Р., Егор К. выбрали карточку с изображением молока, считая, что оно полезно для здоровья человека. Елена М. выбрала куклу, а мальчики Матвей Ч. и Михаил Г. выбрали машину, объяснив это тем, что эти игрушки им понравились.

Средний уровень представлений о важности правильного питания выявлен у 11 детей (55%). Анна М., Александр С., Полина С. выбрали сахар, объясняя это тем, что сахар сладкий, и вкусный. Дмитрий Я., Ярослав С., Иван П. выбрали карточку с молоком и яблоком, рассказывая о пользе этих продуктов. Карточку с зубной щёткой и мылом выбрали Владислав Ш., Глеб Д., объясняя это полезной покупкой для гигиены человека. Анна М.,

Александра П., Вероника Т., Руслан С. указали на карточки с игрушками, объяснив свой выбор тем, что любят играть в игрушки.

Высокий уровень представлений о важности правильного питания выявлен у 2 детей (10%). Анна К. и Артём Б. правильно выбрали полезные продукты на карточке. Но Анна К. выбрала ещё и сахар, говоря, что он вкусный. Артём дополнительно выбрал машинку, объяснив это тем, что любит играть в машинки.

Диагностическая методика 5. Проблемная ситуация «Место для отдыха» (автор: И.М. Новикова).

Цель: выявить уровень сформированности представлений о влиянии окружающей среды на здоровье человека.

Диагностический материал: четыре карточки, на каждой из которых изображены городская улица, по которой едет транспорт, лесная поляна, комната в квартире с включенным телевизором или компьютером, магазин.

Содержание. Ребёнку даётся инструкция: «В выходной день нужно хорошо отдохнуть, что бы набраться сил. Отдохнуть можно по-разному: можно гулять по городской шумной улице, можно смотреть телевизор дома или поиграть в компьютерные игры, можно пойти в парк или в лес, где растут красивые цветы, можно отправиться в большой магазин. Как тебе нравится отдыхать? Выбери и покажи карточку». Педагог фиксирует ответ ребёнка.

Критерии оценки результата.

1 балл – ребенок не понимает важность для сохранения здоровья соблюдения правил ЗОЖ, не осознаёт зависимость здоровья от здорового образа жизни и состояния окружающей среды.

2 балла – ребёнок понимает важность для сохранения здоровья соблюдения правил ЗОЖ с помощью наводящих вопросов или конкретных примеров, не всегда осознаёт зависимость здоровья от образа жизни и состояния окружающей среды.

3 балла – ребенок понимает важность для сохранения здоровья соблюдения правил ЗОЖ, осознает зависимость здоровья от образа жизни и состояния окружающей среды.

Результаты.

Количественные результаты представлены в таблице 6.

Таблица 6 – Результаты исследования уровня сформированности представлений о влиянии окружающей среды на здоровье человека (констатирующий этап)

Количество детей (%)	Уровень сформированности представлений о влиянии окружающей среды на здоровье человека		
	НУ	СУ	ВУ
20 (100%)	7 (35%)	11 (55%)	2 (10%)

По итогам пятого задания в процессе проблемной ситуации «Место отдыха» с детьми, были получены следующие результаты.

Низкий уровень представлений о зависимости здоровья от образа жизни и состояния окружающей среды выявлен у 7 детей (35%). Виктор К., Даниил Р., Дмитрий Я., Михаил Г. в качестве места для отдыха выбрали торговый центр, говоря, что там интересно. Егор К., Елена М., Матвей Ч. выбрали карточку с изображением компьютерных игр, объяснив это тем, что там много интересного. Виктор К., Даниил Р., Дмитрий Я., Егор К., Елена М., Михаил Г. выбрали карточку с изображением телевизора, объяснив это тем, что дома всегда включен телевизор, и можно смотреть детские передачи.

Средний уровень представлений о зависимости здоровья от образа жизни и состояния окружающей среды выявлен у 11 детей (55%). В выполнении заданий, дети испытывали некоторые трудности, но при помощи наводящих вопросов педагога, дошкольники справлялись с заданиями (Анна М., Артём Б., Артём Т., Александр С., Александра П., Вероника Т., Владислав Ш., Глеб Д., Иван П., Полина С. Ярослав С.).

Высокий уровень представлений о зависимости здоровья от образа жизни и состояния окружающей среды выявлен у 2 детей (10%). Анна К. и

Артём Б. выбрали лучшим местом для отдыха карточку с изображением леса и парка. Дети объяснили свой выбор тем, что свежий воздух и солнце дают нам силы, здоровье и радость.

Диагностическая методика 6. Рисуночный тест «Что делать, чтобы быть здоровым?» (автор: И.М. Новикова).

Цель: выявить уровень сформированности представлений о способах укрепления здоровья человека и профилактики заболеваний.

Диагностический материал: цветные карандаши или фломастеры, альбомный лист формата А4.

Ход беседы: педагог задаёт ребёнку вопросы о его здоровье, самочувствии и настроении. Ребёнку даётся инструкция: «Мой знакомый мальчик Петя очень не любит болеть. Он просил узнать у тебя, что нужно делать, чтобы не заболеть. Нарисуй свой ответ». Дошкольник выполняет рисунок, и после выполнения задания поясняет педагогу, что конкретно от нарисовал. Педагог записывает ответ ребенка.

Критерии оценки результата.

1 балл – ребенок не имеет представления о способах укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

2 балла – ребёнок имеет некоторые представления о способах укрепления здоровья и профилактики заболеваний, связанные только с его личным опытом и носят конкретно-ситуативный характер.

3 балла – ребенок имеет элементарные правильные представления о здоровом образе жизни, знает о некоторых способах укрепления здоровья и профилактики заболеваний на основе личного опыта и сведений, полученных из различных источников.

Результаты.

Количественные результаты представлены в таблице 7.

Таблица 7 – Результаты исследования уровня сформированности представлений о способах укрепления здоровья и профилактики заболеваний (констатирующий этап)

Количество детей (%)	Уровень сформированности представлений о способах укрепления здоровья и профилактики заболеваний		
	НУ	СУ	ВУ
20 (100%)	8 (40%)	10 (50%)	2 (10%)

По итогам шестого задания в процессе рисуночного теста «Что делать, что быть здоровым?» с детьми, были получены следующие результаты.

Низкий уровень представлений о способах укрепления здоровья человека и профилактики заболеваний выявлен у 8 детей (40%). Виктор К., Даниил Р., Дмитрий Я., Михаил Г. нарисовали свою семью, которая гуляет по торговому центру, и делает покупки овощей и фруктов, но объяснить пользу этих продуктов полностью не смогли. Егор К., Елена М., Матвей Ч. выбрали карточку с изображением компьютерных игр, объяснив это тем, что там много интересного, и можно поиграть в игру «Магазин», или «Больница». Михаил Г. нарисовал семью, которая гуляет во дворе, но объяснить свой рисунок не смог.

Средний уровень представлений о способах укрепления здоровья человека и профилактики заболеваний выявлен у 10 детей (50%). Все дети нарисовали овощи, фрукты, молоко, таблетки, лекарственные сиропы. Полина С. и Руслан С. нарисовали свои семьи, которые гуляет во дворе, но подробно объяснить свой рисунок не смогли.

Высокий уровень представлений о способах укрепления здоровья человека и профилактики заболеваний выявлен у 2 детей (10%). Анна К. нарисовал леса и парка, объяснив это тем, что свежий воздух и солнце дают нам силы, здоровье и радость. На рисунках у Анны К. и Артёма Б. были нарисованы овощи и фрукты. Дети рассказывали о пользе витаминов, которые содержатся в овощах и фруктах. Артём нарисовал мальчика,

который делает зарядку, объяснив это тем, что зарядка укрепляет здоровье человека.

Итоговые результаты констатирующего этапа экспериментального исследования представлены в таблице 8, на рисунке 1 и в приложении Б.

Таблица 8 – Результаты исследования уровня сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни (констатирующий этап)

Количество детей (%)	НУ	СУ	ВУ
20 (100%)	7 (35%)	11 (55%)	2 (10%)

Результаты проведённого эксперимента представлены наглядно (рисунок 1)

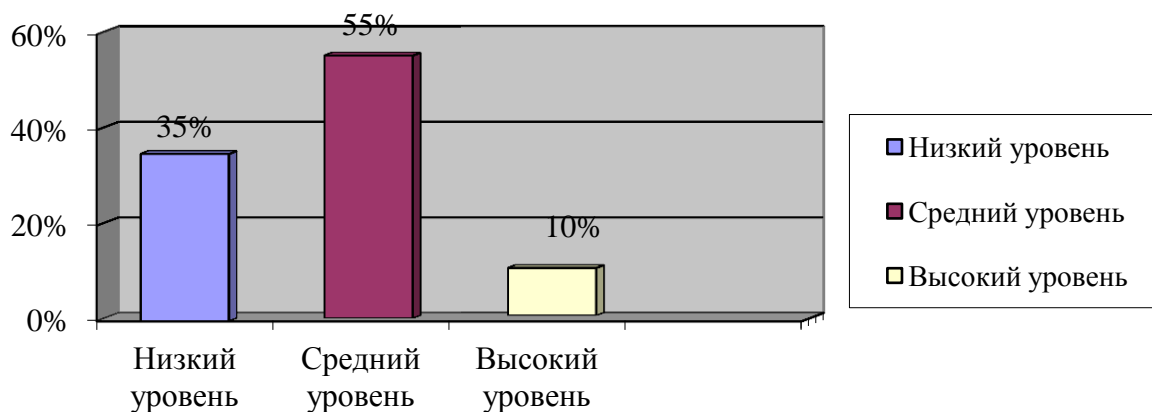


Рисунок 1 – Уровень сформированности у детей 5-6 лет о здоровом образе жизни (констатирующий этап)

Результаты констатирующего эксперимента показали, что низкий уровень сформированности представлений о здоровом образе жизни выявился у 8 детей (40%). Эти дети не смогли объяснить значение понятия «здоровье», имеют отрывочные знания, о некоторых способах лечения болезней основываясь на личный опыт, не имеют представления о факторах, которые оказывают положительное или отрицательное влияние на здоровье человека. Они не осознают значимости здорового образа жизни и состояния

окружающей среды для здоровья человека. Дети с низким уровнем развития не способны точно объяснить значение некоторых предметов окружающей действительности и видов деятельности для сохранения и поддержания здоровья. У этих дошкольников не сформированы представления о здоровом образе жизни.

Средний уровень сформированности представлений о здоровом образе жизни выявлен у 10 детей (50%). Дошкольники понятие «здоровье» определяют, как состояние не болеющего человека. Дети имеют некоторые представления о лечении заболеваний на основе личного опыта. Не всегда могут дать объяснение, как окружающая среда влияет на здоровье человека, а так же не знают о значении знакомых видов деятельности для здоровья. Эти дошкольники имеют некоторые представления о здоровом образе жизни, но эти представления связаны только с личным опытом и носят конкретно-ситуативный характер. Эти дети смогли определить зависимость здоровья от здорового образа жизни, только после наводящих вопросов педагога. Не всегда осознают зависимость здоровья от окружающей среды. Эти дети испытывали затруднения при попытке самостоятельно определить значение предметов окружающей действительности, видов деятельности для укрепления здоровья, нуждаются в помощи в виде наводящих вопросов и конкретных примеров. У дошкольников со средним уровнем сформированности представлений о здоровом образе жизни наблюдаются отрывочные и неполные представления здоровом образе жизни.

Высокий уровень сформированности представлений о здоровом образе жизни выявлен у 2 детей (10%). Эти дети понятие «здоровье» объясняют, как состояние физического и психологического благополучия здоровья человека. Они хорошо знают о значении некоторых видах деятельности для укрепления и сохранения здоровья человека, могут объяснить причины возникновения некоторых болезней, имеют элементарные представления о влиянии окружающей среды на здоровье человека. Эти дети понимают

важность соблюдения правил здорового образа жизни для сохранения здоровья, могут самостоятельно определить значение некоторых предметов окружающей действительности, и видов деятельности для сохранений и поддержания здоровья.

По итогам диагностических методик у дошкольников преобладают низкий уровень 8 детей (40%), средний уровень 10 детей (50%), высокий уровень 2 детей (10%) сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей 5-6 лет (Приложение Б). Результаты низкого уровня приближены к значениям среднего уровня, что свидетельствует о недостаточной сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста.

Таким образом, из полученных результатов констатирующего эксперимента, мы пришли к следующему выводу, что у детей 5-6 лет преобладает низкий и средний уровень сформированности представлений о здоровом образе жизни.

Содержание работы по формированию у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни будет представлено в следующем параграфе нашего экспериментального исследования.

2.2 Содержание работы по формированию у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы

Целью формирующего эксперимента явилось: разработать содержание работы по формированию у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы.

Исходя из предложенной гипотезы о том, что художественная литература будет способствовать формированию у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни если:

- отобрать художественную литературу в соответствии с возрастными особенностями дошкольников;
- обогатить развивающую предметно-пространственную среду художественной литературой;
- включить художественную литературу в совместную деятельность воспитателя и детей в основные режимные моменты дошкольной организации.

Работа по формированию представлений детей о здоровом образе жизни планировалась по теме: «Здоровье и здоровый образ жизни».

Темы недели определённой тематики, детально знакомят и формируют представления у детей о здоровье и о здоровом образе жизни. А так же обогащают жизнь ребёнка интересными, замечательными, необычными открытиями, и прививают детям положительное отношение к здоровому образу жизни, воспитывают заботливое отношение к своему здоровью.

Темы занятий и бесед, которые представлены в работе, разрабатывались с учётом возрастных особенностей детей, накопленного опыта, объёмом знаний и умений.

В работу по теме «Здоровье и здоровый образ жизни» входят проведение бесед: «Элементарное строение тела человека», «Что я знаю о себе? Мой организм», «Я ребенок, мой образ жизни», «Овощи и фрукты – полезные продукты», «Закаливание», «Здоровье и болезнь», «Прогулки для здоровья». В ходе этих занятий и бесед у дошкольников сформируются представления о человеке, как одном из живых существ, которые населяют Землю; расширяться и закрепляться представления об элементарном строении человека; и о необходимых условиях для здорового образа жизни человека. Воспитатель познакомил детей с внешним строением человека, познакомил детей с условиями, которые необходимы человеку для жизни, опираясь на детский опыт ощущений. В процессе занятий детьми, педагог

использовал демонстрационный материал (плакаты о здоровье, слайдовые презентации).

Занятие « Элементарное строение тела человека» проводилось с целью формирования у детей представлений о человеке, как одном из живых существ, населяющих землю; расширения и закрепления представлений об элементарном строении человека; формирования представлений о значении общения между людьми. А так же для раскрытия условий, которые необходимы человеку для жизни. В ходе занятия, воспитатель использовала красочный наглядный материал с изображением живых существ, обитающих на земле (рыб, насекомых, птиц, зверей, людей). Дети рассматривали знакомые изображения, называли их и группировали в обобщающие понятия. Дети совместно с педагогом анализировали внешнее строение людей, отвечали на поставленные вопросы: «Чем отличаются люди от других жителей земли?», «Чем похожи люди?». Воспитатель, опираясь на детский опыт и ощущения, познакомила детей с условиями, которые необходимы человеку для жизни. Рассказывая о пользе здоровой пищи, воспитатель использовала набор ярких картинок с изображением продуктов питания. Воспитатель обращала внимание детей на то, что плоды многих растений являются полезными для человека продуктами. Раскрывая значение для здоровья чистой воды, педагог предложила детям попробовать питьевую воду. Раскрывая значение для здоровья вдыхаемого чистого воздуха, воспитатель предложила детям сделать несколько глубоких вдохов и выдохов, при этом ощутить выдыхаемую струю воздуха ладонью. Педагог рассказала о влиянии растений на качество воздушной среды. Рассказывая о значении солнечного тепла для жизни человека, воспитатель загадывала загадки про различные предметы одежды, а дети, используя картинки-отгадки, показывали и называли ответ. Дети устанавливали взаимосвязь между надеваемой одеждой и комфортным для человека тепловым режимом. Расстраивая с детьми дома, как удобное жилище, которое несёт защиту от

непогоды и холода, воспитатель обратила внимание ребят на необходимость общения с другими людьми в процессе стройки зданий. После обсуждения темы, ребята выполнили коллективную постройку дома из конструктора.

Занятие «Что я знаю о себе? Мой организм» проводилось с целью формирования у детей элементарных представлений об организме человека, об органах чувств и их значении. В ходе занятия, опираясь на собственный опыт, воспитатель предложила детям ответить на вопрос «Что может делать человек?». Дети находили отличия между предметами: две одинаковые кружки, в которых находится вода контрастной температуры; затем две кружки, разные по размеру и цвету, в которых вода одинаковой температуры. Дети, выявляя отличия, определяли с помощью каких органов, они смогли сделать правильный выбор. При этом дети опирались на цветные каточки-подсказки с изображением глаз и руки. Воспитатель предложила ребятам узнать, что находится в закрытых коробочках с маленькими отверстиями. Дети по запаху определяли продукты (лук, чеснок, кофе, апельсин), уточняя, какой орган помог им это сделать, предъявляя соответствующую картинку (нос). Рассматривая картинку с изображением мальчика и девочки на интерактивной доске, дети от воспитателя узнали о том, что люди похожи своим строением, а все органы вместе называют организмом человека. Так же ребята познакомились с тем, что, если все органы хорошо выполняют свою работу, то человек здоров. После обсуждения темы, ребята сконструировали на плоскости фигуру движущегося человека с помощью геометрических фигур.

Занятие «Я ребенок, мой образ жизни», проводилось с целью формирования представлений у детей об образе жизни и его значении для здоровья человека, и специальной организации образа жизни ребёнка в детском саду. В ходе занятия с воспитателем, дети познакомились с условиями жизни ребёнка (климатические условия, место проживания, бытовую обустроенность, психологическую ситуацию в семье и в детском

саду). Дети, по просьбе воспитателя, рассказывали о последовательных событиях, которые происходят с ними в детском саду, подбирая соответствующую иллюстрацию. Дети пришли к выводу, что на здоровье человека влияют чистота тела, одежды, жилища, полезное питание, сон, отдых, прогулки, проветривание помещения, занятия физкультурой и в спортивном зале и в бассейне, закаливание, и психологический комфорт.

Беседа «Овощи и фрукты – полезные продукты» проводилась с целью формирования представлений у детей о пользе для здоровья человека овощей и фруктов, знакомством с приготовлением салата. В ходе беседы, дети отгадывали загадки об овощах и фруктах, играли в настольную игру «Разрезные картинки», собирая овощи и фрукты. Воспитатель, вызывая интерес детей к теме, использовала словесные методы (половицы и поговорки о пользе овощей для здоровья человека). После совместно приготовленного салата из моркови и яблок, дети делились впечатлениями от съеденного салата. Так же дети узнали о том, что полезные для здоровья могут быть приготовлены из разных овощей и фруктов.

Беседа «Здоровье и болезнь» проводилась с целью формирования представлений у детей о значении санитарно-гигиенических процедур для здоровья человека. В ходе беседы, воспитатель использовала слайдовую презентацию с показом на интерактивной доске. В презентации были показаны играющие на прогулке дети, и лежащего в постели заболевшего ребёнка. Опираясь на жизненный опыт, дети пришли к выводу, что болеющий человек быстро устаёт, теряет аппетит, отказывается от прогулок, подвижных игр, и часто капризничает. Дети с помощью микроскопа рассматривали ватные диски после того, как ими провели по загрязнённой поверхности. Дети узнали о том, что болезненное состояние может наступить в результате несоблюдения культурно-гигиенических навыков. После обсуждения темы, дети закрепили навыки правильного мытья рук в игровых

ситуациях «Наденем белые перчатки», «Ладочки скрепят – спасибо говорят».

Беседа «Прогулки для здоровья» проводилась с целью формирования представлений у детей о значении для здоровья человека места для прогулок, организации двигательной подвижности во время прогулки, теплового режима. В ходе беседы, воспитатель познакомила детей с необходимостью выбора места для прогулки (наличие зелёных насаждений, удалённость от автомобильных дорог, отсутствие людей, которые демонстрируют негативные виды поведения). Так же воспитатель раскрыла значение для здоровья теплового режима и двигательной активности во время прогулки. После беседы дети установили причинно–следственную связь между здоровьем и организацией здоровья.

Беседа «Закаливание» проводилась с целью формирования представлений у детей о причинах простудных заболеваний, о роли закаливающих мероприятий в профилактике этих заболеваний. В ходе беседы, воспитатель познакомила детей о необходимости бережного отношения к своему здоровью. Дети пришли к выводу о том, что здоровое состояние организма способствует росту и развитию ребенка, позволяет играть, ходить с родителями в гости и т.д. Так же дети познакомились со свойством человеческого организма чутко реагировать на изменения температуры, а в случае переохлаждения некоторых органов приводит к болезни.

Для решения поставленных задач, мы отобрали произведения художественной литературы.

Подбирая художественную литературу, педагог учитывал возрастные особенности детей, художественную ценность, занимательность и литературный язык.

Для того, что бы книги вызывали интерес у дошкольников, были показаны детские художественные книги с ярко-красочными рисунками:

- о здоровье и болезнях С.Ю. Афонькина «Как победить простуду», В.И. Беспалова «Голубая льдинка», С.В. Михалкова «Прививка»;
- об активном образе жизни З.Н. Александровой «Лыжная прогулка», С.В. Михалкова «Весёлый турист», А.О. Слонинова «Я футболист», В.Н. Сулова «Про Юру и физкультуру»;
- о закаливании и о правилах здорового образа жизни М.В. Витковской «О том, как мальчуган здоровье закалял», О.И. Высотской «Волны», В.И. Лебедева-Кумача «Закаляйся!», С.Я. Маршака «О мальчиках и девочках»;
- о режиме дня, пользе сна для здоровья человека П.Н. Воронько «Спать пора», О.О. Дриза «Тихий час», С.Я. Маршака «Дремота и зевота»;
- о здоровом питании, лекарственных растениях и витаминах Ш.Г. Галиева «Витаминные буквы», Н.П. Кончаловской «Про овощи», С.В. Михалкова «про девочку, которая плохо кушала», Э.Н. Успенского «Дети, которые плохо едят в детском саду».
- о безопасном поведении на улице, и о поведении в различных ситуациях С.В. Михалков ««Шагая осторожно...», В.Н. Семерин «Запрещается – разрешается!», Г.П. Шалаева «Большая книга правил поведения для воспитанных детей».

Детская художественная литература, которая была использована воспитателем на занятиях с детьми, соответствовала теме, привлекала внимание дошкольников, вызывала желание больше узнать о прочитанном произведении. Совместно с педагогом выучены стихотворения о личной гигиене, культурно-гигиенических навыках: Я.Л. Акима «Мыло», А.А. Кузнецовой «Кто умеет?», Н.П. Найдёновой «Наши полотенца». После прочтения художественных произведений педагогом, дети с удовольствием рассматривали иллюстрации во время самостоятельной деятельности, тем

самым закрепляя полученные знания о культурно-гигиенических знаниях, о пользе прогулок на свежем воздухе, о профилактике заболеваний.

В ходе совместной деятельности, воспитатель загадывала загадки о здоровом образе жизни, поиграла с детьми в малоподвижную игру по тексту стихотворения А.Л. Барто «Зарядка», Э.Э. Мошковской «Нос умойся», М.Д. Яснова «Я мою руки».

Слайдовые презентации, разработанные воспитателем по произведениям детской литературы «Мои здоровые зубки», «Витаминный калейдоскоп», «Весёлые прогулки с семьёй», вызвали у детей неподдельный интерес к увиденному содержанию. После просмотров слайдов была проведена продуктивная деятельность. Дети в свободной деятельности лепили поделки из пластилина овощи и фрукты, зубную щётку и полотенце, качели, лыжи, санки, мячи.

Просмотр развивающих мультфильмов В.В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо?», Н.Н. Носова «Приключения Незнайки и его друзей», способствовал формированию у детей правил о здоровом образе жизни. Стихотворение В.В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо?» начинается с простого вопроса ребёнка, заданного отцу. Ответ отца начинается с примера о погоде. Каждый знает, что солнце – это хорошо. Далее отец переходит к прямой аналогии: грязь – плохо, чистота – хорошо. Поэтому опрятный ребёнок, который соблюдает чистоту и гигиену, это хороший человек. Отец перечисляет понятные ребёнку ситуации, которые характеризуют положительные качества человека: защита слабых людей, опрятность, трудолюбие. В противопоставление этому, отец говорит о лени, жестокости, неряшливости. У ребёнка, после просмотра мультфильма, появляется твёрдое убеждение в том, что необходимо всегда поступать хорошо. Книга Н.Н. Носова «Приключения Незнайки и его друзей» учит детей тому, что нужно к чему-то стремиться и что-либо уметь, потому что сила заключена в знаниях. В весёлой, эмоциональной форме преподносится

детям дошкольного возраста обширный познавательный материал из различных областей науки, техники и искусства, решаются морально-этические вопросы. Увлекательные приключения коротышек, яркие, необычные герои и их образ жизни, делают сказку захватывающей. Особенно интересно ребенку, наблюдать за тем, как на протяжении всей истории, меняется в лучшую сторону главный герой сказки – Незнайка.

Видео урок, показанный воспитателем детям «Путешествие в детскую библиотеку», способствовал расширению знаний дошкольников о многообразии детской художественной литературы.

После прочтения художественных произведений о здоровом образе жизни, для понимания детьми прочитанной воспитателем художественной литературы по здоровьесбережению, педагог проводил беседы с детьми. Дошкольники высказывали своё мнение о поведении героев произведения в отношении пользы или вреда для здоровья.

Педагог организовала выставку с привлечением родителей воспитанников на тему: «Мы здоровье бережем!». Выставка пополнилась книжками-малышками по данной теме, и поделками из бросового материала. Родители принимали активное участие в обогащении выставки. Многие родители творчески подошли к своим семейным работам, используя разнообразный материал. Некоторые родители оформили книжки-малышки сборником из пословиц и поговорок о здоровом образе жизни.

В своей работе мы использовали детскую художественную литературу, которая затрагивает тему здоровьесбережения, тем самым дети закрепили полученные знания.

Основными формами работы по формированию представлений детей 5 -6 лет о здоровом образе жизни являются: беседа, чтение художественной литературы, подвижные игры и др.

Таким образом, для формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы в

совместной деятельности педагога и детей были отобраны формы совместной деятельности, разработано и внедрено содержание работы.

Запланированная педагогом совместная деятельность выполнена в срок и в полном объёме.

2.3. Динамика уровня сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни

Подводя итог нашей исследовательской работы, нами на заключительном этапе был проведён контрольный срез по выявлению уровня сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни.

Цель контрольного этапа – выявить динамику уровня сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни по результатам работы на формирующем этапе эксперимента.

На этапе контрольного среза мы использовали показатели сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни и диагностические методики, что и на констатирующем этапе экспериментальной работы, представленные в диагностической карте.

Диагностическая методика 1. Беседа «Что такое здоровье?» (автор: И.М. Новикова).

Цель: выявить динамику уровня сформированности начальных представлений о здоровье и здоровом образе жизни.

Результаты.

Количественные результаты представлены в таблице 9.

Таблица 9 – Результаты исследования уровня сформированности наличие целостных знаний о здоровом образе жизни (контрольный этап)

Этапы эксперимента	НУ	СУ	ВУ
констатирующий	2 (10%)	16 (80%)	2 (10%)
контрольный	2 (10%)	5 (25%)	13 (65%)

Качественный анализ результатов первой диагностической методики показал, что ответы детей, по сравнению с констатирующим экспериментом, стали содержательнее. Количество детей с низким уровнем не изменилось, со средним снизилось на 55%, с высоким уровнем увеличилось на 55%.

Результаты данной диагностической методики свидетельствуют о сформированности у большинства детей представлений о здоровом и болезненном состояниях человека, причинах некоторых заболеваний, понимания взаимосвязи между образом жизни и здоровьем.

Дети с низким уровнем сформированности представлений о здоровом образе жизни (10%) не смогли объяснить значение «здоровье». Наводящие вопросы педагога к детям, так же вызывали затруднения при ответах. Дети не находят взаимосвязи между соблюдением правил рационального питания, необходимостью соблюдения режима дня, закаливания, регулярных занятий физической культурой, и здоровьесбережением.

Дети со средним уровнем сформированности представлений о здоровом образе жизни (25%) понятие «здоровье» понимают, как отсутствие болезни. Дети говорили, что здоровье человека, это когда «человек не болеет», и «не нужно пить таблетки». Дошкольники имеют некоторые представления о влиянии факторов внешней среды на здоровье человека, понимают зависимость здоровья от образа жизни с помощью наводящих вопросов и конкретных примеров. Однако знания детей о способах укрепления здоровья и профилактики заболеваний ограничены: «принимать витамины», «пить лекарство», «одеваться по погоде», «правильно питаться».

Дети с высоким уровнем сформированности представлений о здоровом образе жизни (65%) определяют понятие «здоровье» и «здоровый образ жизни», как состояние физического и психологического благополучия человека. Дети говорили, что здоровье человека, это когда «всегда хорошее и весёлое настроение», «можно заниматься любым делом», «можно бегать, прыгать, играть». Их представления о здоровом образе жизни сформированы

исходя из полученных знаний. Дети знают способы для укрепления здоровья и профилактики заболеваний (необходимо «закаляться», «правильно питаться», «мыть руки перед едой», «делать по утрам зарядку», «ходить по коврикам «здоровья», «заниматься спортом»), понимают важность соблюдения правил здорового образа жизни и состояния окружающей среды.

Диагностическая методика 2. Беседа «Закаливание» (автор: Е.А. Кудрявцева).

Цель: выявить динамику уровня сформированности представлений о пользе водных процедур и закаливания.

Количественные результаты представлены в таблице 10.

Таблица 10 – Результаты исследования уровня сформированности представлений о пользе водных процедур и закаливания (контрольный этап)

Этапы эксперимента	НУ	СУ	ВУ
констатирующий	7 (35%)	11 (55%)	2 (10%)
контрольный	3 (15%)	7 (35%)	10 (50%)

Качественный анализ результатов второй диагностической методики показал, что ответы детей, по сравнению с констатирующим экспериментом, стали содержательнее. Количество детей с низким уровнем снизилось на 20%, со средним снизилось на 20%, с высоким уровнем увеличилось на 40%.

Дети с низким уровнем (15%) не имеют чётких представлений о пользе водных процедур и закаливания. Дети изредка проводят различные виды водных процедур, не делают по утрам утреннюю гимнастику. Дети не имеют представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Дети со средним уровнем (35%) имеют представления о пользе водных и закаливающих процедур. Проводят различные виды водных и закаливающих процедур, утреннюю гимнастику после напоминания

взрослых. Дети не всегда имеют чёткие представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Дети с высоким уровнем (50%) имеют четкое представление о пользе водных процедур и о закаливании. Дошкольники стараются самостоятельно проводить различные виды водных и закалывающих процедур, утреннюю гимнастику. Дети имеют представление о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влияние на здоровье.

Диагностическая методика 3. Дидактическая игра «Назови лишний предмет» (автор: Е.А. Кудрявцева).

Цель: выявить динамику уровня сформированности представлений о культурно-гигиенических навыках.

Результаты.

Количественные результаты представлены в таблице 11.

Таблица 11 – Результаты исследования уровня сформированности представлений о культурно-гигиенических навыках (констатирующий этап)

Этапы эксперимента	НУ	СУ	ВУ
констатирующий	8 (40%)	11 (55%)	1 (5%)
контрольный	4 (20%)	10 (50%)	6 (30%)

Качественный анализ результатов третьей диагностической методики показал, что ответы детей, по сравнению с констатирующим экспериментом, стали содержательнее. Количество детей с низким уровнем снизилось на 20%, со средним снизилось на 5%, с высоким уровнем увеличилось на 25%.

Результаты данной диагностической методики свидетельствуют о сформированности у большинства детей представлений о культурно-гигиенических навыках.

Дети с низким уровнем (20%) не имеют выработанной привычки ежедневно умываться, чистить зубы, пользоваться индивидуальными

средствами гигиены – полотенцем, расческой. Редко следят за своим внешним видом и чистотой одежды, не занимаются спортом.

Дети со средним уровнем (50%) не имеют достаточно выработанных привычек каждый день умываться и чистить зубы, пользоваться самостоятельно индивидуальными средствами гигиены – полотенцем, расческой. Не всегда следят за своим внешним видом и чистотой одежды, большая часть активно занимается спортом.

Дети с высоким уровнем (30%) имеют хорошо выработанную привычку ежедневно умываться, чистить зубы, пользоваться индивидуальными средствами гигиены – полотенцем, расческой. Следят за своим внешним видом и чистотой одежды, активно занимаются спортом и подвижными играми.

Диагностическая методика 4. Дидактическая игра «Полезные покупки» (автор: И.М. Новикова).

Цель: выявить динамику уровня сформированности представлений о зависимости здоровья от рационального питания.

Результаты.

Количественные результаты представлены в таблице 12.

Таблица 12 – Результаты исследования уровня сформированности представлений о зависимости здоровья от рационального питания (констатирующий этап)

Этапы эксперимента	НУ	СУ	ВУ
констатирующий	7 (35%)	11 (55%)	2 (10%)
контрольный	4 (20%)	10 (50%)	6 (30%)

Качественный анализ результатов четвёртой диагностической методики показал, что ответы детей, по сравнению с констатирующим экспериментом, стали содержательнее. Количество детей с низким уровнем снизилось на 15%, со средним снизилось на 5%, с высоким уровнем увеличилось на 20%.

Результаты данной диагностической методики свидетельствуют о сформированности у детей представлений о важности правильного питания, соблюдения режима.

Дети с низким уровнем (20%) не имеют достаточно сформированного представления о зависимости здоровья от рационального питания, не всегда осознают важность правильного питания для здоровья человека.

Дети со средним уровнем (50%) имеют недостаточно сформированное представление о зависимости здоровья от рационального питания, осознают важность правильного питания для здоровья человека после наводящих вопросов взрослого.

Дети с высоким уровнем (30%) имеют устойчивые представления о зависимости здоровья от рационального питания, осознают важность правильного питания для здоровья человека.

Диагностическая методика 5. Проблемная ситуация «Место для отдыха» (автор: И.М. Новикова).

Цель: выявить динамику уровня сформированности представлений о влиянии окружающей среды на здоровье человека.

Результаты.

Количественные результаты представлены в таблице 13.

Таблица 13 – Результаты исследования уровня сформированности представлений о влиянии окружающей среды на здоровье человека (контрольный этап)

Этапы эксперимента	НУ	СУ	ВУ
констатирующий	7 (35%)	11 (55%)	2 (10%)
контрольный	3 (15%)	11 (55%)	6 (30%)

Качественный анализ результатов пятой диагностической методики показал, что ответы детей, по сравнению с констатирующим экспериментом, стали содержательнее. Количество детей с низким уровнем снизилось на

20%, со средним уровнем не изменилось, с высоким уровнем увеличилось на 20%.

Результаты данной диагностической методики свидетельствуют о сформированности у детей представлений о влиянии окружающей среды на здоровье человека.

Дети с низким уровнем (15%) не понимают важности для сохранения здоровья, соблюдения правил здорового образа жизни, не осознают зависимость здоровья от образа жизни и окружающей среды.

Дошкольники со средним уровнем (55%) понимают важность для сохранения здоровья, соблюдения правил здорового образа жизни с помощью наводящих вопросов или примеров, не всегда осознают зависимость здоровья от образа жизни и окружающей среды.

Дошкольники с высоким уровнем (30%) понимают важность для сохранения здоровья соблюдение правил здорового образа жизни, осознают зависимость здоровья от образа жизни и состояния окружающей среды.

Диагностическая методика 7. Рисуночный тест «Что делать, чтобы быть здоровым?» (автор: И.М. Новикова).

Цель: выявить динамику уровня сформированности представлений о способах укрепления здоровья человека и профилактики заболеваний.

Результаты.

Количественные результаты представлены в таблице 14.

Таблица 14 – Результаты исследования уровня сформированности представлений о способах укрепления здоровья и профилактики заболеваний (констатирующий этап)

Этапы эксперимента	НУ	СУ	ВУ
констатирующий	8 (40%)	10 (50%)	2 (10%)
контрольный	4 (20%)	12 (60%)	4 (20%)

Качественный анализ результатов шестой диагностической методики показал, что ответы детей, по сравнению с констатирующим экспериментом,

стали содержательнее. Количество детей с низким уровнем снизилось на 20%, со средним увеличилось на 10%, с высоким уровнем увеличилось на 10%.

Результаты данной диагностической методики свидетельствуют о сформированности у детей представлений о способах укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

Дети с низким уровнем (20%) не имеют представлений о способах укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

Дети со средним уровнем (60%) имеют некоторые представления о способах укрепления здоровья и профилактики заболеваний, которые связаны только с их личным опытом и носят конкретно-ситуативный характер.

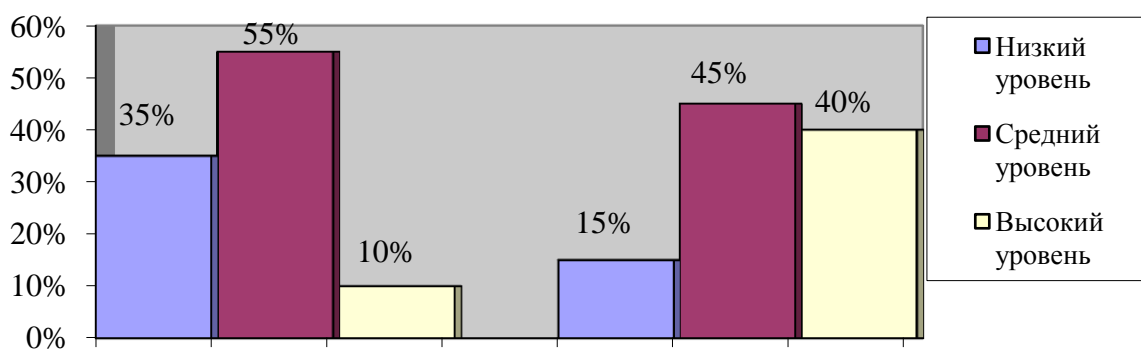
Дети с высоким уровнем (20%) имеют элементарные правильные представления о здоровом образе жизни, знают о некоторых способах укрепления здоровья и профилактики заболеваний на основе личного опыта и сведений, полученных ребенком из различных источников.

По итогам диагностических методик у дошкольников произошли качественные изменения по всем выделенным показателям. Сравнительные результаты констатирующего и контрольного эксперимента представлены в таблице 15.

Таблица 15 – Сравнительные результаты уровня сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

Этапы эксперимента	НУ	СУ	ВУ
констатирующий	8 (40%)	10 (50%)	2 (10%)
контрольный	3 (15%)	9 (45%)	8 (40%)

Результаты проведенного эксперимента наглядно представлены на рисунке 2.



Контстатирующий этап Контрольный этап

Рисунок 2 – Сравнительные результаты уровня сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни на констатирующем и контрольном этапах экспериментов

Отмечается положительная динамика в повышении осознанности и заинтересованности к здоровому образу жизни. У детей повысился уровень эмоционально-положительного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. Контрольный эксперимент показал, что количество детей с низким уровнем снизилось на 25% и составляет 3 детей (15%), со средним уровнем снизилось на 5% и составляет 9 детей (45%), с высоким уровнем увеличилось на 30% и составляет 8 детей (40%) (Приложение Б).

Таким образом, исходя из полученных результатов констатирующего эксперимента, мы пришли к следующему выводу:

- количество детей с низким уровнем сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни снизилось на 25%;
- количество детей со средним уровнем сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни повысилось на 5%;
- количество детей с высоким уровнем сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни повысилось на 30%.

Можно сделать вывод, что специально организованная работа по формированию у детей 5-6 лет ценностного отношения к здоровому образу жизни оказалась эффективной. Задачи исследования решены, гипотеза исследования подтвердилась. Формирование у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни способствует организация совместной деятельности с детьми, и в основных режимных моментах, а так же проведение тематических занятий, бесед и мероприятий с использованием отобранных произведений художественной литературы.

Из итогов контрольного этапа эксперимента мы видим эффективность разработанного содержания работы по формированию представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы у детей 5-6 лет.

Данные исследования позволяют говорить о том, что работа по формированию представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы даёт положительный результат и может быть рекомендована к использованию для работы в дошкольных образовательных организациях при реализации образовательной области «Физическое развитие».

Заключение

Результаты теоретического анализа дают основание утверждать, что проблема формирования у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы является актуальной в настоящее время.

Формирование представлений о здоровом образе жизни необходимо рассматривать, как одну из важных задач в физическом развитии дошкольника.

Исследования В.Г. Алямовской, В.А. Дергунской, В.Г. Кудрявцева, Л.Г. Касьяновой, И.М. Новиковой, А.А. Ошкиной, Е.А. Терпуговой показывают, что для сохранения и укрепления здоровья детей необходимо формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольника.

Исследования А.М. Виноградовой, Л.М. Гурович, В.И. Логиновой, В.С. Мухиной, М.М. Рубинштейна показывают о необходимости формирования у детей всех компонентов здорового образа жизни, а так же сформировать устойчивую потребность в здоровом образе жизни.

В соответствии с целью исследования и гипотезой был проведён констатирующий эксперимент. Целью эксперимента было выявление у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе. В процессе констатирующего эксперимента были определены критерии здорового образа жизни для детей 5-6 лет, и диагностические методики.

Выявление уровня представлений у детей 5-6 лет о здоровом образе жизни на констатирующем этапе показало, что преобладают дети с низким уровнем 7 детей (35%) и средним уровнем 11 детей (55%), а с высоким уровнем 2 детей (10%). Результаты констатирующего эксперимента доказали необходимость осуществления работы по формированию у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни.

В практической части исследования нами была организована и проведена экспериментальная работа по формированию представлений о здоровом образе жизни по средствам художественной литературы у детей 5-6 лет.

На формирующем этапе эксперимента была разработана и экспериментально проверена методика формирования представлений о здоровом образе жизни посредством художественной литературы.

Программа формирующего эксперимента реализовалась в три этапа следующим образом:

- 1) были подобраны произведения художественной литературы, в соответствии с возрастными особенностями дошкольников, которые педагог использовал в совместной деятельности с детьми, и в основных режимных моментах;
- 2) разработаны мероприятия по формированию у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни с использованием отобранных произведений художественной литературы;
- 3) апробированы разработанные мероприятия по формированию у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни.

По окончании формирующего эксперимента была проведена повторная диагностика сформированности представлений у детей 5-6 лет о здоровом образе жизни, по тем же диагностическим методикам, что и на констатирующем этапе эксперимента.

Проведённая опытно-экспериментальная работа доказала свою эффективность и продемонстрировала положительную динамику сформированности у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни.

Результаты контрольного среза показали положительную динамику в повышении осознанности и заинтересованности к здоровому образу жизни. У детей повысился уровень эмоционально-положительного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.

Контрольный эксперимент показал, что:

- количество детей с низким уровнем снизилось на 25% и составляет 3 детей (15%);
- количество детей со средним уровнем снизилось на 5% и составляет 9 детей (45%);
- количество детей с высоким уровнем увеличилось на 30% и составляет 8 детей (40%).

Полученные результаты позволяют утверждать, что после проведения формирующего эксперимента уровень сформированности представлений у детей 5-6 лет о здоровом образе жизни посредством художественной литературы качественно изменился.

Таким образом, в данной работе была теоретически основана и экспериментально проверена эффективность формирования представлений у детей 5-6 лет о здоровом образе жизни посредством художественной литературы.

На основании вышеизложенного можно говорить о результативности разработанного содержания, а поэтому выдвинутую гипотезу данного исследования можно считать подтверждённой.

Список используемой литературы

1. Алямовская В. Г. Как воспитать здорового ребенка. М. : Просвещение, 1993. 122 с.
2. Асташина М. П. Современные подходы к физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольников : учеб. методическое пособие. Омск : СибГУФК, 2018. 70 с.
3. Касьянова Л. Г. Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста. Шадринск : ОГУП «Шадринский Дом Печати», 2016. 202 с.
4. Капалыгина И. И. Формирование навыков здорового образа жизни: педагогическая поддержка // Проблемы выхавання. Минск : «Адукацыя і выхаванне», 2017. № 5. 13–18 с.
5. Козак Н. Г. Дезинфекция «здоровье» в педагогичной литературе: многообразии научных подходов к содержанию и составляющим // Фундаментальные исследования. 2015. № 10. 6 с. URL: <http://fundamental-research.ru/article/view?id=32546> (дата обращения: 06.02.2020).
6. Кривошеина И. В. Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. М. : Просвещение, 2009. 6-8 с.
7. Коростылёв Н. Б. Воспитание здорового школьника. М. : Просвещение, 2015. 105 с.
8. Кудрявцев В. Т. Развивающая педагогика оздоровления. М. : Линка-пресс, 2020. 205 с.
9. Кучма В. Р. Гигиена детей и подростков. М. : Медицина, 2001. 384 с.
10. Лисицын Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение. М. : Гоэтр-Мед, 2015. 96 с.
11. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми с 5-7 лет. М. : Мозайка-Синтез, 2016. 96 с.

12. О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года. Указ Президента РФ от 7 мая 2018 г. № 204. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71837200/> (дата обращения: 5.11.2019).

13. О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения. Федеральный Закон от 30.03.1999 г. № 52-ФЗ. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_22481/ (дата обращения: 6.11.2019).

14. Приказ Министерства образования и науки РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013 г. № 1155. URL: <http://ivo.garant.ru/#/document/77677348/paragraph/42:0> (дата обращения: 21.02 2020).

15. Российская Федерация. Законы. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2013 г. № 1155. URL: <https://pravobraz.ru/federalnyj-gosudarstvennyj-obrazovatelnyj-standart-doshkolnogo-obrazovaniya/> (дата обращения: 30. 10. 2019).

16. Смирнова Е. О. Диагностика психического развития детей от рождения до 3 лет: методическое пособие для практических психологов под ред. Е. О. Смирнова, Л. Н. Галигузова, Т. В. Ермолова, С. Ю. Мещерякова. 2-е изд. СПб. : «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015.144 с.

17. Терпугова Е. А. Валеологическое воспитание детей дошкольного возраста. Ростов н/Д. : Феникс, 2007. 254 с.

18. Устав Всемирной организации здравоохранения. Принятые XII сессией Всемирной ассамблеи здравоохранения поправки (резолюция WHA12.43) вступили в силу 25 октября 1960 года. URL: <http://docs.cntd.ru/document/901977493> (дата обращения: 21.11.2019).

19. Формирование здорового образа жизни дошкольников : учебно-методическое пособие сост. А. А. Ошкина. Тольятти. : ТГУ, 2007. 51 с.
20. Чечета М. В. Психолого-педагогические аспекты формирования основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста // Физическая культура и здоровье. 2014. № 2. 108-115 с. URL: <https://scienceforum.ru/2018/article/2018002793> (дата обращения: 10.02.2020).
21. Чумаков В. Г. Валеология. Курс лекций. М. : Педагогическое общество России, 2010. 407 с.
22. Чуковский К. И. От двух до пяти. URL: <https://www.litmir.me/br/?b=72192&p=1> (дата обращения 1.03 2020).
23. Швечов А. Г. Формирование здоровья детей в дошкольных учреждениях. М. : Владос, 2016. 178 с.
24. Шорыгина Т. А. Родные сказки. М. : Книголюб, 2015. 80 с.
25. Шлат Н. Ю. О некоторых аспектах психолого-педагогического сопровождения познавательного развития дошкольников // Детский сад от А до Я. 2017. №5. 61-66 с.
26. Щетинина В. В. Обновление подходов к формированию познавательной активности дошкольников // Вектор науки ТГУ. 2016. №4. 441–444 с.
27. Эльконин Д. Б. Детская психология: учеб. пособие для студентов высшего учебного заведения. М. : Издательский центр «Академия», 2006. 380 с.

Приложение А

Список детей 5-6 лет, участвующих в экспериментальном исследовании

Таблица А.1 – Список детей 5-6 лет старшей группы ГБОУ СОШ «ОЦ «Южный город» пос. Придорожный, Самарской области Структурное подразделение «Лукоморье»

Имя, Ф., исследуемого ребёнка	Возраст исследуемого ребёнка
1 Анна К.	5,8 лет
2 Анна М.	5,3 лет
3 Артём Б.	5,8 лет
4 Артём Т.	5,5 лет
5 Александр С.	5,9 лет
6 Александра П.	5,5 лет
7 Вероника Т.	5,8 лет
8 Виктор К.	5,7 лет
9 Владислав Ш.	5,7 лет
10 Глеб Д.	5,9 лет
11 Даниил Р.	5,4 лет
12 Дмитрий Я.	5,8 лет
13 Иван П.	5,5 лет
14 Егор К.	5,6 лет
15 Елена М.	5,7 лет
16 Матвей Ч.	5,7 лет
17 Михаил Г.	5,8 лет
18 Полина С.	5,8 лет
19 Руслан С.	5,9 лет
20 Ярослав С.	5,1 лет

Приложение Б

Количественные результаты диагностики развития у детей 5-6 лет представлений о здоровом образе жизни

Таблица Б.1 – Протокол результатов констатирующего этапа эксперимента

Имя, Ф., исследуемого ребёнка	Диагностическая методика						Уровень представлений о ЗОЖ
	1	2	3	4	5	6	
Анна К.	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	высокий
Анна М.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Артём Б.	ВУ	ВУ	СУ	ВУ	ВУ	ВУ	высокий
Артём Т.	НУ	НУ	СУ	НУ	СУ	НУ	низкий
Александр С.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Александра П.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Вероника Т.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Виктор К.	СУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	низкий
Владислав Ш.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Глеб Д.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Даниил Р.	СУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	низкий
Дмитрий Я.	СУ	СУ	НУ	СУ	НУ	НУ	низкий
Иван П.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Егор К.	СУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	низкий
Елена М.	СУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	низкий
Матвей Ч.	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	низкий
Михаил Г.	СУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	низкий
Полина С.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Руслан С.	СУ	СУ	НУ	СУ	СУ	СУ	средний
Ярослав С.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний

Продолжение Приложения Б

Таблица Б.2 – Протокол результатов контрольного этапа эксперимента

Имя, Ф., исследуемого ребёнка	Диагностическая методика						Уровень представлений о ЗОЖ
	1	2	3	4	5	6	
Анна К.	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	высокий
Анна М.	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	СУ	высокий
Артём Б.	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	высокий
Артём Т.	НУ	НУ	СУ	НУ	СУ	НУ	низкий
Александр С.	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	СУ	высокий
Александра П.	ВУ	ВУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Вероника Т.	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	высокий
Виктор К.	СУ	СУ	НУ	НУ	НУ	НУ	низкий
Владислав Ш.	ВУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Глеб Д.	ВУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Даниил Р.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Дмитрий Я.	ВУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Иван П.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Егор К.	СУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	низкий
Елена М.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Матвей Ч.	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	низкий
Михаил Г.	ВУ	ВУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Полина С.	ВУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	средний
Руслан С.	ВУ	ВУ	НУ	СУ	СУ	СУ	средний
Ярослав С.	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	высокий