

**ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО  
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОНЯТИЯ О  
ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ**

**Выполнила:** Махмутова Гузелия 3Д

**Руководитель:** Сушкова Г.А

**Цель** – изучить приемы формирования у детей старшего дошкольного возраста понятия о здоровом образе жизни.

**Объект** исследования – процесс формирования понятия о здоровом образе жизни .

**Предмет** исследования – приемы формирования понятия старших дошкольников о здоровом образе жизни.

**Гипотеза** исследования: мы предполагаем что, для формирования понятия о здоровом образе жизни старших дошкольных необходимо использовать различные приемы.

**Задачи:**

- 1) проанализировать и обобщать психолого-педагогическую и методическую литературу по изучению проблеме
- 2) раскрыть понятие о здоровом образе жизни
- 3) изучить особенности формирования физического развития у старших дошкольного возраста
- 4) рассмотреть приемы формирования понятия о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста
- 5) провести диагностику формирования понятия о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста.

**Методы исследования:** наблюдение, беседа, анкетирование

**Этапы работы:**

**I этап.** Сбор информационного материала и составление плана работы;

**II этап.** Определение проблемы и разработка научного инструментария;

**III этап.** Выполнение теоретической части работы;

**IV этап.** Отбор методик для осуществления констатирующего эксперимента;

**V этап.** Обобщение результатов исследования и формулирование выводов;

**VI этап.** Письменное оформление курсовой работы и подготовка к защите.

## **§1. Понятие о здоровом образе жизни**

Здоровый образ жизни - это устойчивый стереотип поведения человека, направленный на сохранение и укрепление здоровья, продление жизни. Формирование здоровой образ жизни начинается с дошкольного возраста.

## **§2 Особенности физического развития детей старшего дошкольного возраста**

Основными особенностями физического развития детей старшего дошкольного возраста принято считать развитие ловкости, быстроты, гибкости, равновесие, глазомерности, силу, выносливости. При выполнении любого упражнения в той или иной степени проявляются все двигательные качества, но преимущественное значение приобретает какое-нибудь одно из них. Это следует учитывать взрослым при организации работы по формированию понятия о ЗОЖ.

### **§3. Приемы формирования представлений старших дошкольников о здоровом образе жизни**

Приемами формирования представлений старших дошкольников о здоровом образе жизни являются: физические упражнения, подвижные игры, музыкальные занятия, выполнение гигиенических требований режимные моменты.

## **§4 Диагностика уровня сформированности понятия о здоровом образе жизни**

База МДБОУ ЦРР детский сад «Белоснежка» город Сибай. В исследовании приняли участия дети старшего дошкольного возраста количество 12 и 10 родители

## Первой метод- беседа с детьми.

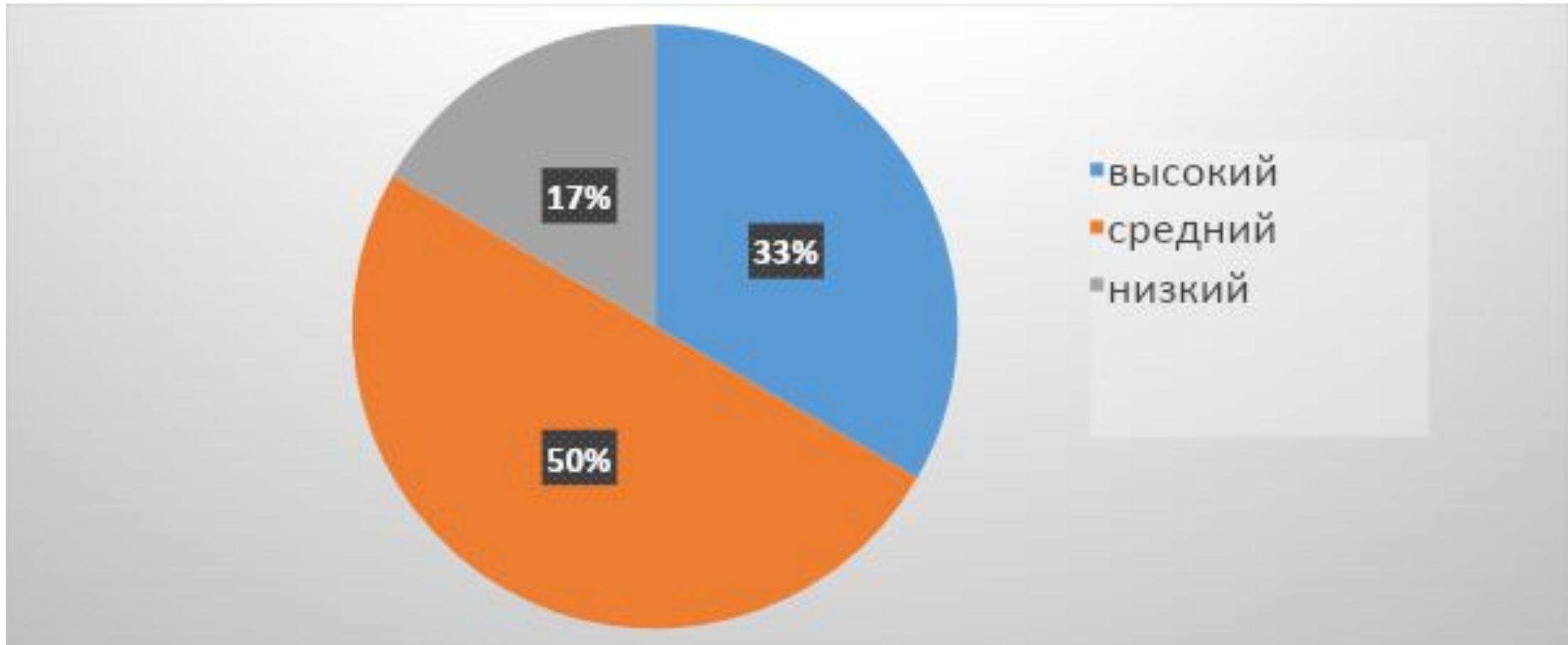


Рис.1 Уровень сформированности понятия о ЗОЖ

## Второй метод- наблюдения за детьми

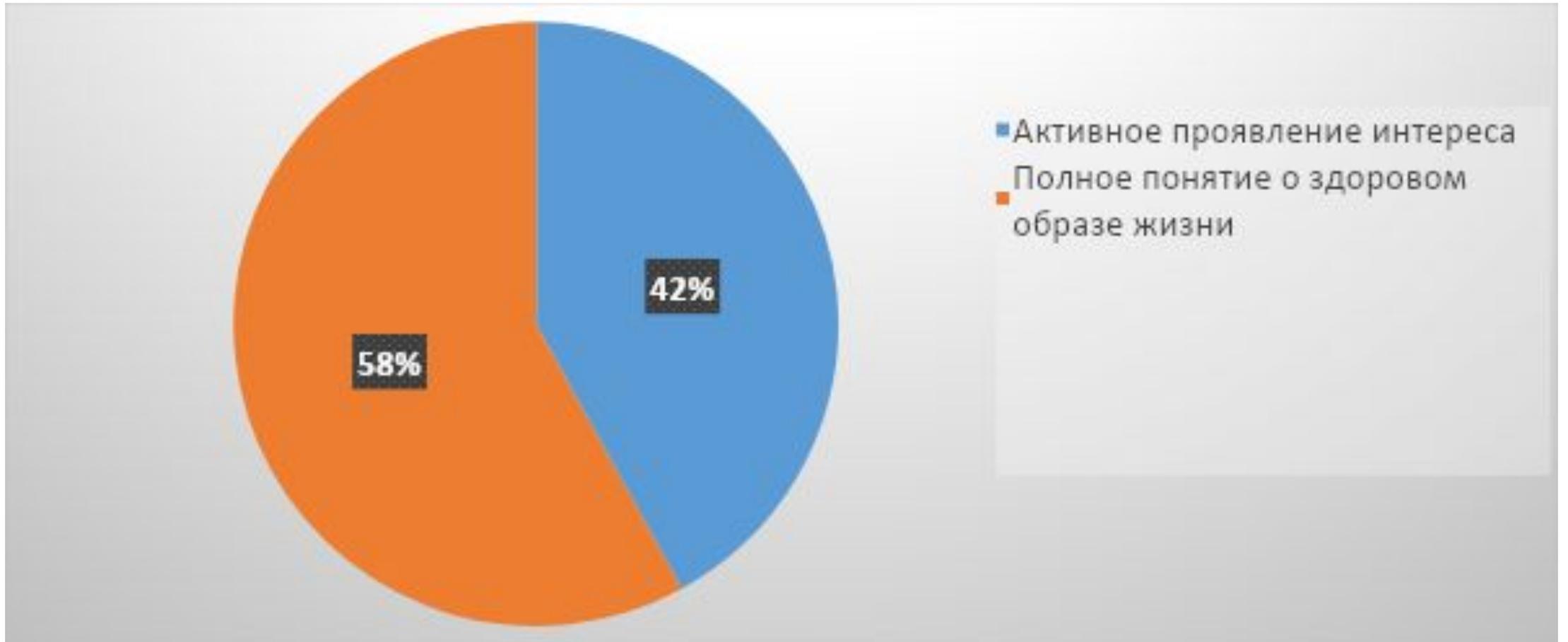


Рис.2.Результаты наблюдения

**Третий метод- анкетирования с родителями**  
**Первый вопрос «Часто ли болеет Ваш ребёнок?»»**



Рис 3. «Часто ли болеет Ваш ребёнок?»»

**Третий вопрос:** «На что, на Ваш взгляд, должны семья и детский сад обращать особое внимание, заботясь о здоровье и физической культуре ребёнка?»



Рис.4. «На что, на Ваш взгляд, должны семья и детский сад **обращать особое внимание**, заботясь о **здоровье** и **физической культуре** ребёнка?»

## Четвёртый вопрос: «Какие закаливающие процедуры наиболее приемлемы для Вашего ребёнка?»

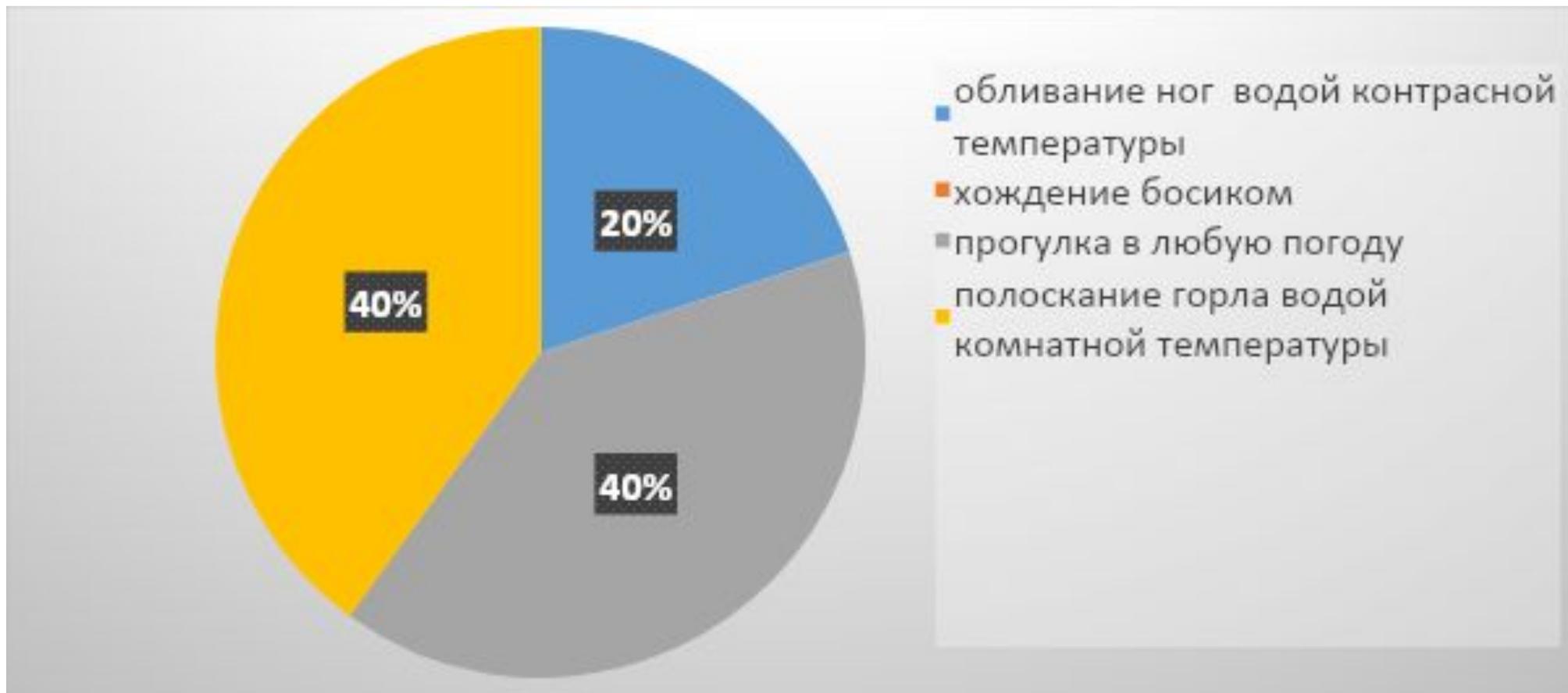


Рис.5. «Какие закаливающие процедуры наиболее приемлемы для Вашего ребёнка?»

**Пятый вопрос:** «Знаете ли Вы, как укреплять здоровье ребёнка?»

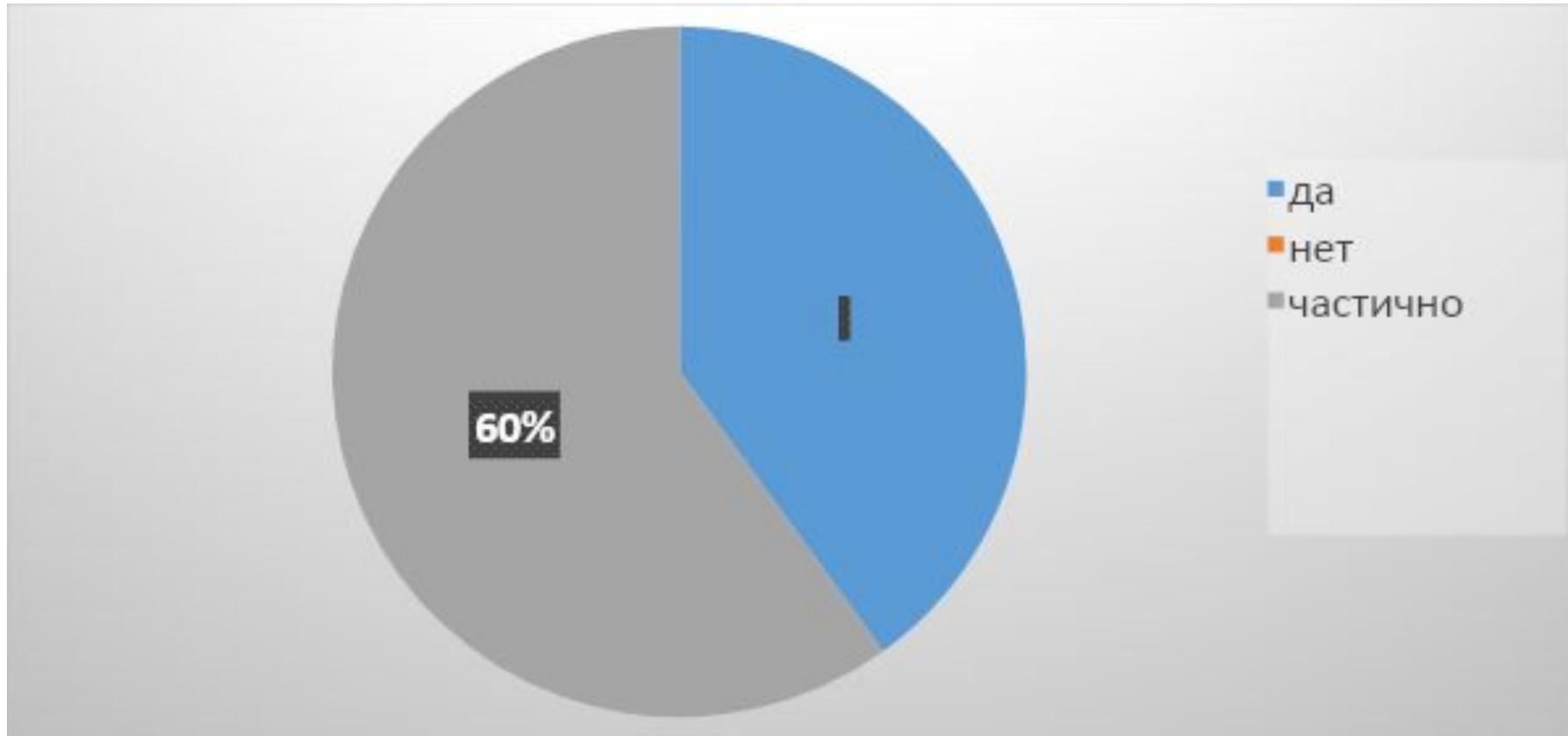


Рис.6. «Знаете ли Вы, как укреплять здоровье ребёнка?»