

Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области
Государственное автономное профессиональное образовательное
учреждение
Свердловской области
«Нижнетагильский педагогический колледж №2»

Царегородцева Анна Александровна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ФОРМИРОВАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ
ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С
ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПОСРЕДСТВОМ
ИНФОРМАЦИОННО КОММУНИКАТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

Специальность: 44.02.04 «Специальное дошкольное образование»

Руководитель: Желнова А.В.,
преподаватель первой
квалификационной категории

2020

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Глава 1 Теоретические основы формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития	8
1.1 Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста	
1.2 Психолого-педагогическая характеристика детей дошкольного возраста с задержкой психического развития.	15
1.3 Особенности формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития	22
1.4 Возможности информационно – коммуникативных технологий как средства формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития	27
Глава 2 Проектирование деятельности педагога по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития посредством информационно – коммуникативных технологий	34
2.1 Организация исследования по определению уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития	
2.2 План деятельности педагога по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития посредством информационно – коммуникативных технологий	43
Заключение	53
Список использованных источников	56
Приложение	59

ВВЕДЕНИЕ

Обоснование актуальности исследования: проблема сохранения здоровья подрастающего поколения уже не один год является предметом обсуждения врачей, педагогов, психологов. Сегодня дошкольные учреждения сталкиваются с серьезной проблемой: постоянно ухудшающееся состояние здоровья дошкольников. По данным Министерства здравоохранения и социального развития, только 10% дошкольников относятся к числу здоровых, 40% относятся к группе риска, а 50% имеют патологию развития.

В соответствии с ФГОС дошкольного образования образовательная область «Физическое развитие» одним из ключевых направлений организации жизнедеятельности детей является «овладение элементарными правилами и правилами здорового образа жизни, становление ценностей здорового образа жизни» [13, с. 8].

Решение задач по формированию осмысленного отношения к своему здоровью идет как в прямо образовательной деятельности, так и осуществляется в процессе образовательной деятельности и в режимных моментах. Система обучения знаний, умений и навыков обеспечения и поддержания здоровья позволяет успешно решать задачу развития собственной философии здоровья и формирования, укрепляющих здоровье привычек, пока вредные еще не выработались, и тогда поведенческие навыки ЗОЖ становятся неотъемлемой частью бытия [23, с. 8].

Современные концепции сохранения здоровья населения и формирование здорового образа жизни предполагают, что создание физической культуры человека должно начинаться еще в дошкольном возрасте, так как сформированные в эти годы отношение к систематическим занятиям физическими упражнениями может во многом определить стиль поведения человека в дальнейшей его жизни [21, с. 2].

ФГОС ДО рекомендует учитывать «индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые образовательные потребности детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья» [27, с. 3].

Здоровьесберегающий характер такого обучения способствует получению базовых знаний из многих наук, в том числе и о своем организме, на этом этапе происходит понимание и принятие ребенком ценности здорового образа жизни. Успешное формирование основ здорового образа жизни у дошкольников во многом зависит от целенаправленной систематической воспитательно-образовательной работы в дошкольном образовательном учреждении, создания условий для осуществления педагогического процесса, согласованного взаимодействия педагогов и родителей детей [20, с. 110].

Отношение ребенка к своему здоровью является фундаментом, на котором можно выстроить потребность в здоровом образе жизни. Отношения ребенка к здоровью напрямую зависят от сформированности в его сознании этого понятия. От здоровья, жизнерадостности детей зависят их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Поэтому крайне важно правильно организовать развитие ребенка с самого раннего возраста. Основы здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста определяются наличием знаний и представлений об элементах здорового образа жизни (соблюдение режима, выполнение гигиенических процедур, высокая двигательная активность), и умением реализовать их в поведении и деятельности доступными для ребенка способами (чистить зубы, мыть руки, делать зарядку и прочее).

В соответствии с этим особую актуальность приобретает поиск новых средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка [22, с. 38].

Объект исследования: процесс формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Предмет исследования: информационно – коммуникативные технологии как средства формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Целью исследования является: проектирование деятельности воспитателя по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития посредством информационно – коммуникативных технологий.

Задачи:

1. Изучить процесс формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста.
2. Рассмотреть психолого-педагогическую характеристику детей дошкольного возраста с задержкой психического развития.
3. Раскрыть особенности формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.
4. Рассмотреть возможности информационно – коммуникативных технологий в формировании представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.
5. Определить уровень сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития и проанализировать полученные результаты.
6. Составить план педагога по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития посредством информационно – коммуникативных технологий.

Методы исследования: определялись в соответствии с целью и задачами работы: изучение и анализ теоретических источников по данной теме, тестирование, количественная и качественная обработка результатов.

База исследования: реабилитационный центр «Серебряное копытце» для детей и подростков с ограниченными возможностями Дзержинского района города Нижний Тагил.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, приложения.

Во введении раскрывается актуальность проблемы исследования, цель, задачи, предмет и объект исследования, методы исследования, база исследования и структура работы.

Первая глава посвящена теоретическим аспектам изучаемого объекта и предмета нашего исследования: дана характеристика понятия «здоровый образ жизни», рассмотрены основы формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста, раскрыты особенности формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития, охарактеризованы возможности информационно – коммуникативных технологий в формировании представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Вторая глава посвящена исследованию, на основе которого, нами составлено перспективное планирование деятельности педагога по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития посредством информационно – коммуникативных технологий.

В заключении подведены итоги проведенного исследования, в обобщенном виде изложены выводы изученных вопросов, сформулированных в целях и задачах выпускной квалификационной работы.

Список использованных источников в нашей работе отражает перечень источников, которые использовались при написании выпускной квалификационной работы.

В приложении представлены протоколы уровня развития мелкой моторики у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Практическая значимость работы заключается в уточнении направлений работы по формировании представлений о здоровом образе жизни детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития посредством информационно – коммуникативных технологий.

ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

1.1 Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста

Здоровье – естественное состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений.

Здоровый образ жизни (далее ЗОЖ) – образ жизни человека, направленный на профилактику болезни и укрепление здоровья.

Проблема раннего формирования культуры здоровья актуальна в современном обществе, о чем свидетельствуют психолого-педагогические исследования Н.М.Амосова, О.И.Давыдовой, В.Г.Жданова, О.Л.Зверевой, Я.А.Коменского [9, с. 23].

В старшем дошкольном возрасте особо значимыми становятся потребности в знаниях и впечатлениях (по мнению Л.И. Божович, М.Ю. Кистяковской, М.И. Лисиной), вследствие этого ребенок стремится к познанию нового, непонятного в окружающей действительности, хочет вникать в сущность объекта и явления, а это, в свою очередь, формирует у него представления о здоровом образе жизни.

Именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом [1, с. 7].

Задачи и содержание воспитания детей старшего дошкольного возраста многогранны. Особое место среди них занимают проблемы охраны здоровья детей и их физического воспитания, т.к. от эффективности решения этих проблем зависит полноценное развитие ребенка.

Формирование здорового образа жизни невозможно без формирования знаний о том, что такое здоровый образ жизни. Дошкольный возраст является сенситивным для формирования представлений об окружающем мире и человеке в нем. В этот же период должны закладываться представления о здоровом образе жизни у дошкольников [8, с. 35].

Проанализируем программы воспитания, реализуемые в дошкольных образовательных организациях (далее ДОО) на предмет формирования представлений о здоровом образе жизни.

Анализ всех программ воспитания и развития детей старшего дошкольного возраста показывает, что ведущее место в воспитательном процессе занимает физическое воспитание в отличие от формирования представлений старших дошкольников о здоровом образе жизни. Так, в базисной программе «Истоки» – это направление называется «Физическое развитие», а в программе «Детство» оно формулируется: «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными». Серьезное же внимание к формированию здорового образа жизни старших дошкольников уделяется в программе «Радуга».

На основании анализа программ, можно сделать вывод о том, что в образовательных программах ДОО уделяется достаточное внимание физическому развитию и воспитанию ребенка и недостаточное внимание – формированию представлений о том, что такое здоровье и здоровый образ жизни. Такое внимание к физическому развитию старшего дошкольника обусловлено особенностями организма детей: ребенок растет, увеличивается его рост, масса тела, развивается двигательная активность и т.д. [3, с. 15].

Дети старшего дошкольного возраста начинают соотносить занятия физкультурой с укреплением здоровья и в его определении (как, собственно, и взрослые) на первое место ставят физическую составляющую.

В этом возрасте дети, хотя еще интуитивно, начинают выделять и психическую, и социальные компоненты здоровья («там все так кричали, ругались, и у меня голова заболела»). Но, несмотря на имеющиеся представления о здоровье и способах его сохранения, в целом отношение к нему у детей старшего дошкольного возраста остается достаточно пассивным. Причины такого отношения кроются в недостатке необходимых знаний о способах сохранения здоровья, а также неосознании опасностей нездорового поведения человека для сохранения здоровья [6, с. 13].

Воспитание потребности в здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста осуществляется по следующим направлениям:

1. Рациональный режим дня.

Правильный, соответствующий возрастным возможностям ребенка режим укрепляет здоровье, обеспечивает работоспособность, успешное осуществление разнообразной деятельности, предохраняет от переутомления. У ребенка, приученного к строгому распорядку, потребность в еде, сне, отдыхе наступает через определенные промежутки времени и сопровождается ритмическими изменениями в деятельности всех внутренних органов. Организм как бы заблаговременно настраивается на предстоящую деятельность. В течение суток активность и работоспособность ребенка не одинакова. Их подъем отмечается 8-12 ч и 16-18 ч, а период минимальной работоспособности приходится на 14-16 ч. Неслучайно, поэтому, занятия, вызывающие выраженное утомление детей, планируются в первую половину дня, в часы оптимальной работоспособности. Правильное физическое воспитание в сочетании с отвечающим гигиеническим требованиям режимом дня, достаточной продолжительностью сна и разумным питанием – залог нормального роста и развития ребенка.

2. Правильное питание.

В детском возрасте особенно велика роль питания, когда формируется пищевой стереотип, закладываются типологические особенности взрослого человека. Именно поэтому от правильно организованного питания в детском возрасте во многом зависит состояние здоровья. Рациональное питание детей является одним из основных факторов внешней среды, определяющих нормальное развитие ребенка. Оно оказывает самое непосредственное влияние на жизнедеятельность, рост, состояние здоровья ребенка, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям. В связи с важностью такого компонента питания, как регулярность, в выходные и праздничные дни родителям надо рекомендовать придерживаться того же распорядка приема пищи, что и в дошкольном учреждении [14, с. 56].

3. Формирование привычки к ежедневной физической активности.

Необходимо чтобы дети имели возможность систематически двигаться. Для этого нужно способствовать развитию основных двигательных качеств, поддерживать в течение всего дня работоспособность на высоком уровне.

Однако нужно учитывать, что здоровый образ жизни дошкольников предполагает чередование активных и спокойных игр, так что разумный баланс между двигательной активностью и отдыхом должен быть сохранен.

Формами организации оздоровительной работы являются: самостоятельная деятельность детей, подвижные игры, утренняя гимнастика, двигательно-оздоровительные физкультминутки, физические упражнения после дневного сна, физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами, прогулки, спортивные праздники. Двигательная культура дошкольников начинается с формирования структуры естественных движений и развития двигательных способностей, создания условий для творческого освоения детьми эталонов движения в различных ситуациях, формирования двигательного воображения, способности эмоционально переживать движения [6, с. 38].

4. Культурно-гигиенические навыки.

Гигиеническая культура столь же важна для человека, как и умение, разговаривать, писать, читать. Важно, чтобы ребенок усвоил, что в его теле нет органов, отделов ненужных, некрасивых, что обо всех частях тела надо одинаково постоянно заботиться и в первую очередь содержать в чистоте. Приучать ребёнка к тому, что у него есть своя расчёска, своя постель, свой носовой платок, своё полотенце, своя зубная щётка. Подводить детей к пониманию того, что соблюдение чистоты тела важно не только для охраны личного здоровья, но и здоровья окружающих. Необходимо уделить серьезное внимание культурно-гигиеническим навыкам, сформировать привычки правильного умывания, вытирания, ухода за полостью рта, пользования носовым платком, правильного поведения при кашле и чихании

5. Сохранение стабильного психоэмоционального состояния [14, с. 57].

Специалисты отмечают, что психофизическое здоровье и эмоциональное благополучие ребенка во многом зависит от среды, в которой он живет и воспитывается. Психическое здоровье является составным элементом здоровья и рассматривается как совокупность психических характеристик, обеспечивающих динамическое равновесие и возможность выполнения ребенком социальных функций [2, с. 24].

Для каждой возрастной группы в процессе формирования здорового образа жизни ставятся свои задачи.

Старшая группа:

1. Расширять знания ребенка о себе, своем имени, фамилии, возрасте, наследственных особенностях организма, телосложении, походке, реакции на некоторые продукты питания; рассказать, для чего нужно сердце, почему оно стучит, для чего нужны уши, глаза, как мы двигаемся, дышим, общаемся с другими людьми, представлять в общих чертах развитие человека [8, с. 24].

2. Бережно относиться к своему организму, осознавать назначение отдельных органов, условия их нормального функционирования.

3. Ответственно относиться к внутренним органам, выполнять основные валеологические правила.

4. Знакомить с разными видами закаливания, дыхательной, коррекционной гимнастикой. На примерах литературных героев показать способы заботы о своем здоровье, организме. Беседовать о режиме активности и отдыха, необходимости планировать свое время.

5. Формировать систему представлений о культуре быта человека; познакомить с основными правилами этикета, поведения, питания, общения за столом. Выполнять гигиенические процедуры, самостоятельно следить за чистотой тела и жилища [8, с. 26].

Подготовительная группа:

1. Формировать положительную оценку и образ себя; обращать внимание на свою внешность; отвечать на вопросы (Тебе нравится свое имя, хотел бы ты, чтобы тебя звали по – другому? Как? Какое у тебя полное имя, отчество, а мамы и папы? Какая у тебя семья, твои домашние обязанности?).

2. Рассказать о способах бережного отношения человека к своему телу, о неприятностях, которые подстерегают человека, не выполняющего правила жизненной безопасности. Рассказать о здоровье человека, о сохранении целостности органов.

3. Называть характерные признаки состояния здоровья и нездоровья, рассказывать о ситуациях, которые произошли или могут произойти при нарушении правил, из-за лени, неумения.

4. Рассказывать о рациональном отдыхе, развивать, стойкую привычку к спорту, физической культуре, зарядке.

5. Учить, как самостоятельно, с опорой на картинку, схему рассказывать о ситуациях безопасности, как не нанести вред себе и другим людям, почему человек растет, почему нужно заботиться о своем теле, быть в ладу с самим собой.

6. В процессе бытовой, игровой деятельности уточнить и систематизировать знания детей о полезной и вредной пище; учить

содержать вещи в порядке. Формировать представление о правилах поведения за столом, личной и общественной гигиены

7. Учить обслуживать себя, осуществлять контроль над самочувствием после физической нагрузки; самостоятельно выполнять правила гигиены, контролировать качество мытья рук, ног, шеи; уметь отдыхать, расслабляться; правильно и красиво есть, удобно сидеть за столом [17, с. 145].



Такая дифференциация задач гарантирует доступность для детей и создание, тем самым, благоприятной среды для усвоения норм и правил здорового образа жизни каждым ребенком.

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

Также формирование представлений о ЗОЖ происходит и через организацию непосредственной образовательной деятельности детей – когда детям сообщается информация об окружающей среде, рассказывается о вредных и полезных привычках, о режиме сна и отдыха, о режиме питания [4, с. 116].

1.2 Психолого-педагогическая характеристика детей дошкольного возраста с задержкой психического развития.

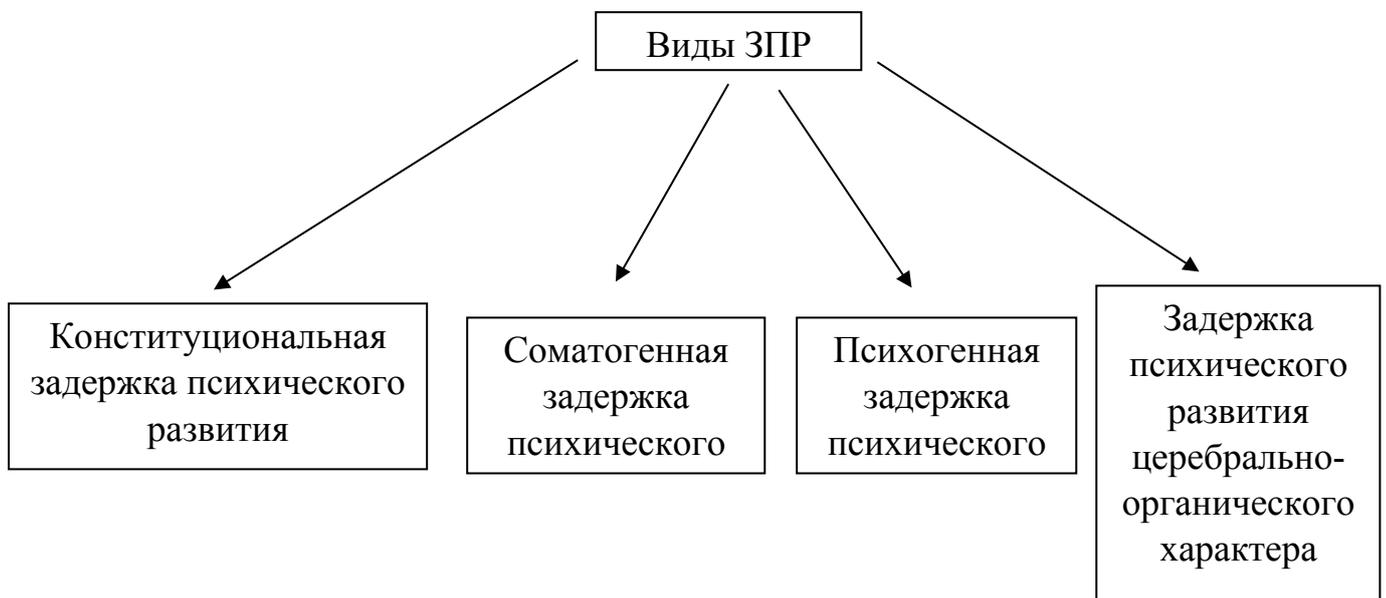
Задержка психического развития (далее ЗПР) – это нарушение нормального темпа психического развития, когда отдельные психические функции (память, внимание, мышление, эмоционально-волевая сфера) отстают в своём развитии от принятых психологических норм для данного возраста [6, с. 2].

Задержка психического развития как психолого-педагогический диагноз ставится только в дошкольном и младшей школьном возрасте, если к окончанию этого периода остаются признаки недоразвития психологических функций, то речь идет уже об умственной отсталости. Эта аномалия развития встречается значительно чаще других, более грубых нарушений психики.

Лебединская К.С. выделяет следующую классификацию отклонений детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития:

Виды задержки психического развития (далее ЗПР) представим в виде схемы (рис. 1):

Рисунок 1 – Виды задержки психического развития



Первая группа – задержка психического развития конституционального происхождения. Это гармонический психический и психофизический инфантилизм. Такие дети отличаются уже внешне. Они более субтильны, часто рост у них меньше среднего и личико сохраняет черты более раннего возраста, даже когда они уже становятся школьниками. У этих детей особенно сильно выражено отставание в развитии эмоциональной сферы. Они находятся как бы на более ранней стадии развития по сравнению с хронологическим возрастом. У них наблюдается большая выраженность эмоциональных проявлений, яркость эмоций и вместе с тем их неустойчивость и лабильность, для них очень характерны легкие переходы от смеха к слезам и наоборот, у детей этим очень выражены игровые интересы, которые преобладают даже в школьном возрасте [10, с. 10].

Гармонический инфантилизм – это равномерное проявление инфантилизма во всех сферах. Эмоции отстают в развитии, задержано и речевое развитие, и развитие интеллектуальной и волевой сферы. В некоторых случаях может быть не выражено отставание физическое – наблюдается только психическое, а иногда имеется и психофизическое отставание в целом. Все эти формы объединяются в одну группу. Психофизический инфантилизм иногда имеет наследственную природу. В некоторых семьях отмечается, что и родители в детстве имели соответствующие черты [9, с. 45].

Вторая группа – задержка психического развития соматогенного происхождения, которая связана с длительными тяжелыми соматическими заболеваниями в раннем возрасте. Это могут быть тяжелые аллергические заболевания (бронхиальная астма, например), заболевания пищеварительной системы. Длительная диспепсия на протяжении первого года жизни неизбежно приводит к отставанию в развитии. Сердечно-сосудистая недостаточность, хроническое воспаление легких, заболевания почек часто встречаются в анамнезе детей с задержкой психического развития соматогенного происхождения [10, с. 11].

Ясно, что плохое соматическое состояние не может не отразиться и на развитии центральной нервной системы, задерживает ее созревание. Такие дети месяцами находятся в больницах, что, естественно, создает условия сенсорной депривации и тоже не способствует их развитию.

Третья группа – задержка психического развития психогенного происхождения. Надо сказать, что такие случаи фиксируются довольно редко, так же, как и задержка психического развития соматогенного происхождения. Должны быть очень неблагоприятные условия соматические или микросоциальные, чтобы возникла задержка психического развития этих двух форм. Значительно чаще мы наблюдаем сочетание органической недостаточности центральной нервной системы с соматической ослабленностью или с влиянием неблагоприятных условий семейного воспитания [10, с. 12].

Задержка психического развития психогенного происхождения связана с неблагоприятными условиями воспитания, вызывающими нарушение формирования личности ребенка. Эти условия – безнадзорность, часто сочетающаяся с жестокостью со стороны родителей, либо гиперопека, что тоже является крайне неблагоприятной ситуацией воспитания в раннем детстве. Безнадзорность приводит к психической неустойчивости, импульсивности, взрывчатости и, конечно, безынициативности, к отставанию в интеллектуальном развитии. Гиперопека ведет к формированию искаженной, у таких детей обычно проявляется эгоцентризм, отсутствие самостоятельности в деятельности, недостаточная целенаправленность, неспособность к волевому усилию, эгоизм [6, с. 35].

При отсутствии органической или выраженной функциональной недостаточности центральной нервной системы отставание в развитии детей, относящихся к перечисленным трем формам, во многих случаях может быть преодолено в условиях обычной школы (особенно если педагог осуществляет индивидуальный подход к таким детям и оказывает им дифференцированную помощь в соответствии с их особенностями и потребностями) [10, с. 15].

Последняя, четвертая, группа – самая многочисленная – это задержка психического развития церебрально–органического генеза.

Причины – различные патологические ситуации беременности и родов: родовые травмы, асфиксии, инфекции во время беременности, интоксикации, а также травмы и заболевания центральной нервной системы в первые месяцы и годы жизни. Особенно опасен период до 2 лет.

В рамках психолого–педагогического подхода накоплен достаточно большой материал, свидетельствующий о специфических особенностях детей с ЗПР, отличающих их с одной стороны, от детей с нормальным психическим развитием, а с другой стороны – от умственно отсталых детей [11, с. 20].

Развитие психики ребенка в отечественной и зарубежной психологии понимается как исключительно сложный, подчиненный взаимодействию многих факторов. Степень нарушения темпа созревания мозговых структур, а, следовательно, и темпа психического развития, может быть обусловлена своеобразным сочетанием неблагоприятных биологических, социальных и психолого–педагогических факторов.

Особенности познавательной сферы детей с ЗПР освещены в психологической литературе достаточно широко (В. И. Лубовский, Л. И. Переслени, И. Ю. Кулагина, Т. Д. Пускаева и др.). В.И. Лубовский отмечает недостаточную сформированность произвольного внимания детей с ЗПР, дефицитарность основных свойств внимания: концентрации, объема, распределения [16, с. 2].

Память детей с ЗПР характеризуется особенностями, которые находятся в определенной зависимости от нарушений внимания и восприятия. В.Г. Лутонян отмечает, что продуктивность произвольного запоминания у детей с ЗПР значительно ниже, чем у их нормально развивающихся сверстников.

Явное отставание детей с ЗПР от нормально развивающихся сверстников авторы отмечают при анализе их мыслительных процессов. Отставание характеризуется недостаточно высоким уровнем

сформированности всех основных мыслительных операций: анализа, обобщения, абстракции, переноса (Т.П. Артемьева, Т.А. Фотекова, Л.В. Кузнецова, Л.И. Переслени).

В исследованиях многих ученых (И.Ю. Кулагина, Т.Д. Пускаева, С.Г. Шевченко) отмечается специфика развития познавательной деятельности детей с ЗПР. Так, С. Г. Шевченко, изучая особенности речевого развития детей с ЗПР, отмечает, что дефекты речи у таких детей отчетливо проявляются на фоне недостаточной сформированности познавательной деятельности. В гораздо меньшей степени изучались личностные особенности детей с ЗПР. В работах Л.В. Кузнецовой, Н.Л. Белопольской раскрываются особенности мотивационно–волевой сферы. Н.Л. Белопольская отмечает специфику возрастных и индивидуально–личностных особенностей детей [5, с. 45].

Психологи отмечают характерные для этих детей слабость волевых процессов, эмоциональную неустойчивость, импульсивность либо вялость и апатичность. Для игровой деятельности многих детей с ЗПР характерно неумение (без помощи взрослого) развернуть совместную игру в соответствии с замыслом. У.В. Ульянковой выделены уровни сформированности общей способности к учению, которые соотносятся ею с уровнем интеллектуального развития ребенка. Данные исследований интересны тем, что позволяют увидеть индивидуальные различия внутри групп детей с ЗПР, которые касаются особенностей их эмоционально–волевой сферы [8, с. 14].

У детей с ЗПР отмечается проявление синдромов гиперактивности, импульсивности, а также повышение уровня тревоги и агрессии.

Измененная динамика формирования самосознания проявляется у детей с ЗПР в своеобразном построении взаимоотношений с взрослыми и сверстниками. Изучая особенности взаимодействия с окружающими Г.В. Грибанова, отметила, что отношения отличаются эмоциональной

нестабильностью, неустойчивостью, проявлением черт детскости в деятельности и поведении.

В качестве других возможных причин ЗПР детей может выступать педагогическая запущенность. Категория педагогически запущенных детей также неоднородна. Запущенность может быть обусловлена разными конкретными причинами и может иметь различные формы. В психологической и педагогической литературе термин «педагогическая запущенность» чаще всего используется в более узком значении, рассматривается лишь как одна из причин школьной неуспеваемости. В качестве примера можно сослаться на совместную работу отечественных психологов А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурия, работу Л.С. Славиной и др [7, с. 90].

Таким образом, можно выделить следующие наиболее важные группы причин, которые могут обусловить ЗПР:

1. причины биологического характера, препятствующие нормальному и своевременному созреванию мозга;
2. общий дефицит общения с окружающими, вызывающий задержку в усвоении ребенком общественного опыта;
3. отсутствие полноценной, соответствующей возрасту деятельности, дающей ребенку возможность посильного «присвоения» общественного опыта, своевременного формирования внутренних психических действий;
4. социальная депривация, препятствующая своевременному психическому развитию.

Из приведенной классификации видно, что три группы причин ЗПР из четырех имеют ярко выраженный социально–психологический характер. ЗПР ребенка может быть обусловлена действием, как отдельного неблагоприятного фактора, так и совокупностью факторов, складывающейся в процессе взаимодействия [8, с. 16].

Таким образом, под ЗПР принято понимать временное снижение темпа созревания развития психической сферы ребенка, отдельных ее функций,

вызванное как биологическими факторами, так и социальными. Согласно клинико–педагогической классификации К.С. Лебединской выделяют четыре варианта задержки: конституционального происхождения, соматогенного, психогенного и церебрально–органического генеза.

Вне зависимости от конкретного варианта психика ребенка с ЗПР характеризуется рядом особенностей, среди которых наличие большого количество черт, характерных для детей более младшего возраста [12, с. 33].

1.3 Особенности формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития

В настоящее время самую многочисленную группу среди детей с отклонениями в развитии составляют дети с задержкой психического развития

Дошкольники с ЗПР представляют разнородную по составу группу. У большинства из них наряду со слабо выраженной органической недостаточностью центральной нервной системы или признаками ее функциональной незрелости отмечается общая соматическая ослабленность, наличие заболеваний различных органов и систем организма [3, с.15].

Эти дети составляют группу риска по состоянию здоровья и нервно-психического развития и нуждаются в специально организованных условиях обучения и воспитания.

Для таких детей характерно:

- рассеянность внимания,
- деятельность носит недостаточно целенаправленный характер, дети часто действуют импульсивно,
- легко отвлекаются, быстро утомляются, истощаются,
- могут наблюдаться проявления инертности – в этом случае ребенок с трудом переключается с одного задания на другое,
- недостаточно сформирована способность к произвольной регуляции деятельности и поведения, что затрудняет выполнение заданий учебного типа.

Изучению детей с задержкой психического развития дошкольного возраста посвящены научные исследования Н. Ю. Боряковой, Е. Н. Васильевой, Е. А. Екжановой, И.А. Коро-бейникова, Л. В. Кузнецовой, Р. И.

Лалаевой, И. Ю. Левченко, Е. С. Слепович, Р. Д. Тригер, У. В. Ульенковой, С. Г. Шевченко и других ученых [3, с. 18].

Вопросы содержания и методов коррекционно-развивающего обучения разрабатывались исследователями, но аспект формирования представлений о здоровом образе жизни у старших дошкольников с задержкой психического развития не рассматривался.

Поэтому проблема формирования представлений о здоровом образе жизни у одной из самых незащищенных от воздействия окружающей среды категорий детей - дошкольников с задержкой психического развития вызывает особенный интерес и является одной из актуальных и недостаточно изученных проблем специальной педагогики [6, с. 36].

Направленность личности с нарушением интеллекта на здоровый образ жизни - процесс довольно сложный и противоречивый, на него влияют особенности развития государства и общественное мнение, экологическая обстановка, технология воспитательно-образовательного процесса, личность педагогов, а также состояние и ориентация семейного воспитания.

Особенности представлений о здоровом образе жизни у детей с задержкой психического развития:

- страдает техника движений и двигательные качества (быстрота, ловкость, сила, точность, координация), выявляется низкая двигательная активность;
- недостаточно сформированы представления детей о значении для здоровья двигательной деятельности;
- слабо сформированы навыки самообслуживания;
- недостаточно сформированы представления детей о поддержании здоровья с помощью закаливающих и профилактических мероприятий;
- не закреплены знания о качествах, присущих здоровому человеку [6, с.38].

Развитие у дошкольников с ЗПР элементарных представлений о ЗОЖ 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.

Успешное формирование представлений о ЗОЖ у старших дошкольников с задержкой психического развития во многом зависит от целенаправленной систематической воспитательно – образовательной работы в дошкольном образовательном учреждении и семье, создания условий для осуществления коррекционного педагогического процесса, согласованного взаимодействия в триаде ребенок – педагог – родитель, инициатором и координатором которого должен выступать педагогический коллектив дошкольного учреждения.

Для формирования представлений старших дошкольников с задержкой психического развития о здоровом образе жизни необходимы специальные упражнения, укрепляющие здоровье детей, система физического воспитания [6, с. 43].

Зачастую у дошкольников с задержкой психического развития отсутствует заинтересованность в занятиях оздоровительного характера. По мнению Г.К. Зайцева, это связано с тем, что, во-первых, рекомендации по здоровому образу жизни насаждаются детям чаще всего в назидательной категорической форме и не вызывают у них положительных реакций, а во-вторых, сами взрослые редко придерживаются указанных правил в повседневной жизни, а дети это видят. Кроме того, выполнение необходимых правил здорового образа жизни требует от человека определенных волевых усилий, что очень затруднительно для ребенка-дошкольника, имеющего недостаточно сформированную эмоционально-волевою сферу.

Чтобы активно влиять на позицию ребенка по отношению к собственному здоровью, прежде всего воспитателям, необходимо знать, что

само состояние здоровья формируется в результате взаимодействия внешних (природных и социальных) и внутренних (наследственность, пол, возраст) факторов. Выделяется несколько компонентов здоровья:

1. Соматическое здоровье – текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития.

2. Физическое здоровье – уровень роста и развития органов и систем организма.

3. Психическое здоровье – состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта.

4. Нравственное здоровье, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения человека в обществе [3, с. 23].

Методические рекомендации по формированию представлений детей о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития:

- Продолжать укреплять здоровье детей и приобщать их к здоровому образу жизни. Развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Формировать интерес и любовь к спорту.

- Систематически проводить под руководством медицинских работников различные виды закаливающих процедур с учетом индивидуальных особенностей детей. Ежедневно проводить утреннюю гимнастику. Во время занятий и в промежутках между ними – физкультминутки. Обеспечивать двигательную активность детей в течение всего дня. Проводить физкультурные досуги, физкультурные праздники.

- Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

- Воспитывать привычку быстро и правильно умываться, насухо вытираться, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистить зубы. Полоскать рот после еды, мыть ноги перед сном, правильно пользоваться носовым платком, следить за своим внешним видом.

- Продолжать развивать органы чувств (зрение, слух, обоняние, осязание, вкус). Совершенствовать координацию руки и глаза, мелкую моторику рук [6, с.50].

Таким образом, с ранних лет формируется определенная культура поведения и соответствующий стиль жизни. Знания, умения и навыки валеологического характера, заложенные в детском возрасте, станут крепким фундаментом для создания положительной мотивации к охране собственного здоровья во взрослой жизни. Здоровый образ жизни – это стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности. Все, чему мы учим детей, они должны применять в реальной жизни [13, с. 85].

1.4 Возможности информационно – коммуникативных технологий как средства формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития

Актуальность использования информационных технологий в современном дошкольном образовании диктуется стремительным развитием информационного общества, широким распространением технологий мультимедиа, электронных информационных ресурсов, сетевых технологий в качестве средства обучения и воспитания.

В соответствии с документом "ФГОС к условиям реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования", утвержденные приказом Министерства образования и науки РФ от 20 июля 2011 г. № 2151, одним из требований к педагогической деятельности является владение информационно-коммуникационными технологиями и умениями применять их в воспитательно-образовательном процессе [14, с. 5].

Информационно – коммуникационные технологии в образовании (далее ИКТ) – это комплекс учебно – методических материалов, технических и инструментальных средств вычислительной техники в учебном процессе, формах и методах их применения для совершенствования деятельности специалистов учреждений образования (администрации, воспитателей, специалистов), а также для образования (развития, диагностики, коррекции) детей.

Преимущества использования ИКТ перед традиционными средствами обучения:

1. ИКТ даёт возможность расширения использования электронных средств обучения, так как они передают информацию быстрее;
2. Движения, звук, мультипликация надолго привлекает внимание детей и способствует повышению у них интереса к изучаемому материалу. Высокая динамика занятия способствует эффективному усвоению материала, развитию памяти, воображения, творчества детей;
3. Обеспечивает наглядность, которая способствует восприятию и лучшему запоминанию материала, что очень важно, учитывая наглядно-образное мышление детей дошкольного возраста. При этом включаются три вида памяти: зрительная, слуховая, моторная;
4. Слайд-шоу и видеотрегменты позволяет показать те моменты из окружающего мира, наблюдение которых вызывает затруднения: например, рост цветка, вращение планет вокруг Солнца, движение волн, вот идёт дождь;
5. Также можно смоделировать такие жизненные ситуации, которые нельзя или сложно показать и увидеть в повседневной жизни (например, воспроизведение звуков природы; работу транспорта и т.д.);
6. Использование информационных технологий побуждает детей к поисковой исследовательской деятельности, включая и поиск в сети Интернет самостоятельно или вместе с родителями;
7. ИКТ – это дополнительные возможности работы с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья.
8. Применение компьютерной техники позволяет сделать занятие привлекательным, решать познавательные и творческие задачи с опорой на наглядность [14, с. 46].

Выделяют 2 вида занятий с использованием ИКТ.

1. Занятие с мультимедийной поддержкой.

На таком занятии используется только один компьютер в качестве — электронной доски. На этапе подготовки анализируются электронные и информационные ресурсы, отбирается необходимый материал для занятия.

Иногда бывает очень сложно подобрать необходимые материалы для объяснения темы занятия, поэтому создаются презентационные материалы с помощью программы PowerPoint или других мультимедийных программ

Применение компьютерных презентаций в процессе обучения детей имеет следующие достоинства:

- осуществление полисенсорного восприятия материала;
- возможность демонстрации различных объектов с помощью мультимедийного проектора и проекционного экрана в многократно увеличенном виде;
- объединение аудио-, видео- и анимационных эффектов в единую презентацию способствует компенсации объема информации, получаемого детьми из учебной литературы;
- возможность демонстрации объектов более доступных для восприятия сохранной сенсорной системе; активизация зрительных функций, глазомерных возможностей ребенка [14, с. 39].

2. Занятие с компьютерной поддержкой.

Чаще всего такие занятия проводятся с использованием игровых обучающих программ. На таком занятии используется несколько компьютеров, планшетов, за которыми работают несколько воспитанников одновременно. Работая с электронным учебником, планшетом, ребенок самостоятельно изучает материал, выполняет необходимые задания и после этого проходит проверку компетентности по данной теме.

Возможности компьютера позволяют увеличить объем предлагаемого для ознакомления материала. Яркий светящийся экран привлекает внимание, дает возможность переключить у детей аудиовосприятие на визуальное, анимационные герои вызывают интерес, в результате снимается напряжение

Санитарно-гигиенические требования. Образовательную деятельность организуют в соответствии с СанПиНом 2.4.1.2660-10, где разъясняются

правила работы с компьютером в дошкольном образовательном учреждении [14, с. 40].

- Занятия с использованием компьютера следует проводить с дошкольниками 5-7 лет не чаще 3 раз в неделю по 10-15 минут не более 1 раза в день. После занятий проводят гимнастику для глаз.

- Экран видеомонитора должен находиться на уровне глаз ребенка на расстоянии не ближе 50 см.

- Недопустимо использования одного компьютера для одновременного занятия двух или более детей. Следовательно, использовать компьютер на подгрупповых и фронтальных занятиях можно только при наличии специального оборудования: мультимедийного проектора или достаточно большого телевизора [18, с. 8]

Технические, эргономические и эстетические требования

- Фон презентаций лучше выбирать однотонный, не отвлекающий внимание от содержания слайда, спокойных, не раздражающих зрение цветов. Можно менять его несколько раз в течение презентации. Это позволит удерживать непроизвольное внимание детей.

- Иллюстрации должны быть крупными и реалистичными, не перегруженные лишними деталями. Недопустимо использовать нерезкие фотографии, а также изображения, способные вызывать у детей испуг или неприязнь.

- Не стоит перегружать презентацию спецэффектами. Умеренное использование спецэффектов помогает удерживать внимание на экране компьютера, повышает интерес, создает положительный эмоциональный настрой, однако чрезмерное увлечение ими приводит к обратному эффекту: занятие затягивается, у детей быстро наступает пресыщение и утомление. Кроме того, некоторые эффекты некомфортны для восприятия и утомляют зрение [18, с. 9].

Одной из важнейших задач дошкольного образования является сохранение и укрепление здоровья детей. Формирование у дошкольников представлений о здоровом образе жизни - необходимое условие для решения этой приоритетной задачи. Перед педагогами стоит вопрос, какие технологии, методы и приемы наиболее эффективно помогут научить ребенка заботиться о своем здоровье, обеспечить его активную позицию в процессе получения знаний, умений и навыков о здоровом образе жизни.

Мышление дошкольников носит конкретный, образный характер, их внимание неустойчиво. А это значит, что в процессе обучения обязательно должен использоваться наглядный, доступный, красочный и разнообразный материал. Поэтому в работе с детьми дошкольного возраста по формированию основ здорового образа жизни активно используются информационно-коммуникационные технологии [18, с. 10].

С помощью программы PowerPoint можно сделать серию мультимедийных презентаций:

1. «Полезные и вредные продукты»
2. «Где живут витаминки»
3. «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»
4. «Веселая прогулка»
5. «Зимние забавы»
6. «На зарядку становись!»
7. «Советы доктора Айболита» и др. [19, с. 28].

Также с помощью программы Power Point можно создавать электронные игры для дошкольников. Дети с интересом помогают героям купить полезные продукты в магазине, выбрать предметы личной гигиены, разгадывают кроссворды, загадки и т. д. При правильном выполнении задания звучит звуковой сигнал (например, аплодисменты) или появляется картинка с правильным ответом. Таким образом, поощрение ребенка при

правильном выполнении заданий самим компьютером являются стимулом познавательной активности детей.

Большие возможности, как для педагогов, так и для детей открывает интерактивная доска SMART Board. Дошкольники не просто смотрят презентации, но и становятся активными участниками образовательного процесса. Интерактивная доска реагирует на прикосновения пальцев, с помощью электронных маркеров на ней можно делать рисунки, надписи и т. п., поэтому дети могут выполнять на ней различные задания. Дети с удовольствием и интересом передвигают картинки, группируя их по определённому признаку («Что полезно для здоровья», «Полезные и вредные продукты», «Предметы личной гигиены» и т. д.). С помощью маркера или пальца можно проводить линии и стрелочки, соединяя картинки, например, «Какие продукты полезны для зрения, для роста», «В каких продуктах есть витамин С», «Как правильно чистить зубы» и многие другие. Также на доске, возможно, дорисовывать картинки, изображения и обводить их («Что возьмешь на прогулку?», «Что нужно делать, когда болеешь?» и т. д.) [19, с. 36].

Светы по технике безопасности при использовании интерактивной доски:

1. Предупредите детей, чтобы они не смотрели в объектив проектора, из которого исходит яркий луч света.
2. Во время работы с интерактивной доской нужно располагаться спиной к проектору. Если нужно повернуться лицом к детям, нужно сначала отойти на пару шагов в сторону от доски.
3. Предупредите детей, чтобы они не трогали проектор, потому что он сильно нагревается.
4. Предупредите детей, чтобы они не прикасались к интерактивной доске чистыми и сухими руками.
5. Не предлагайте встать детям на стул, чтобы они смогли дотянуться до верха доски. Если ребенок не может дотянуться до верха

интерактивной доски, установите доску ниже. Если интерактивная доска установлена на напольной стойке, опустите её с помощью взрослого человека.

6. Предупредите детей, чтобы они не бегали около напольной стойки, потому что они могут споткнуться об опоры стойки.

Средства мультимедиа можно использовать не только в процессе организованной образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов. Так, презентации - физкультминутки можно использовать в течение всего дня, они включаются в утреннюю гимнастику, применяются в режимных моментах. Дошкольников очень привлекают такие презентации, так как для их создания в основном используется анимация и весёлая ритмичная музыка.

Таким образом, использование мультимедийных презентаций, компьютерных игр, возможностей интерактивной доски помогает сделать процесс формирования у детей основ здорового образа жизни ярким, наглядным, увлекательным и познавательным [18, с. 13].

ГЛАВА 2. ПРОЕКТИРОВАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

2.1 Организация исследования по определению уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития

Существуют различные методики для исследования уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни, часть которых была использована нами в данной работе. Что позволило дать характеристику сформированности представлений о здоровом образе жизни у наблюдаемой группы детей, на основе этих результатов были разработаны рекомендации по формированию представлений о здоровом образе жизни

Цель: определение уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

База исследования: реабилитационный центр «Серебряное копытце» для детей и подростков с ограниченными возможностями Дзержинского района города Нижний Тагил.

Задачи:

1. Подобрать диагностические методики для определения уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

2. Провести диагностику по определению уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

3. Проанализировать полученные результаты уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Участники исследования: в исследовании принимало участие 6 детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Сроки проведения исследования: 29 апреля 2019 года.

Ход исследования:

Для определения исследования уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития нами были определены следующие методики.

Методика 1. И.М. Новикова

Диагностическое задание «Полезная покупка»

(По И.М. Новиковой; задание направлено на выявление представлений о полезных для здоровья предметах).

В качестве «товаров» могут быть использованы чеснок, лук, яблоко, зубная щетка, мыло, чипсы, жевательная резинка, газировка. Педагог показывает на лежащие на столе предметы и говорит ребенку:

Инструкция: «Это магазин, в нем можно сделать разные покупки. Выбери, пожалуйста, и купи то, что полезно для здоровья».

Педагог фиксирует в протоколе последовательность выбора ребенком предметов и его объяснения.

Методика 2. И.М. Новикова

Тест «Полезная для здоровья покупка»

(По И.М. Новиковой; задание направлено на выявление представлений о полезных для здоровья предметах).

Педагог говорит ребенку:

Инструкция: «Представь, что мы с тобой пойдем в большой магазин, где можно купить игрушки, еду, одежду, книги, бытовую технику и многое

другое. Нарисуй, пожалуйста, что полезное для здоровья ты выберешь и купишь в этом магазине».

После выполнения задания педагог предлагает ребенку пояснить свой рисунок и фиксирует эти пояснения.

Методика З. И.М. Новикова

Проблемная ситуация «Место для отдыха»

(По И.М. Новиковой; задание направлено на выявление представлений о влиянии окружающей среды на здоровье людей).

Ребенку предъявляют четыре картинки, на которых изображены:

1. улица большого города, по которой едет транспорт;
2. лесная поляна с ромашками;
3. комната с сидящим перед телевизором мальчиком;
4. предметы одежды, бытовой техники и косметики.

Инструкция: «В выходной день людям надо хорошо отдохнуть и набраться сил. Провести выходной можно по-разному: можно гулять по шумной улице, где едут машины; можно поехать с родителями в лес или в парк, где растут цветы, и дышать свежим воздухом; можно отправиться в большой магазин; можно остаться дома и долго смотреть телевизор. Как тебе нравится отдыхать? Выбери и покажи картинку».

При оценке результатов условным баллом оценивается каждый из выделенных критериев.

Успешность ответов детей на каждый вопрос и выполнения заданий диагностического комплекса можно оценить условным баллом К, отражающим уровень когнитивного компонента представлений, по формуле:

$$K = ВП + ВОС + ВОБ + ВС,$$

где ВП – оценка полноты представлений, ВОС – оценка осознанности представлений, ВОБ – оценка обобщенности представлений, ВС – оценка системности представлений.

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

$$K_{\max} = 4 + 4 + 4 + 4 = 16;$$

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

$$K_{\min} = 1 + 1 + 1 + 1 = 4.$$

Таким образом, ответы на вопросы и выполнение заданий диагностического комплекса могут быть оценены в диапазоне от 16 до 4 баллов, на основании чего мы предлагаем следующую шкалу оценки уровней успешности:

высокий уровень – 16–13 баллов;

средний уровень – 12–9 баллов;

низкий уровень – 8–5 баллов;

очень низкий уровень – 4 балла.

Индивидуальная оценка представлений с учетом выраженности показателей и критериев по каждому диагностическому заданию позволяет оценить в баллах уровни представлений дошкольников о здоровом образе жизни.

Оценка в баллах носит условный характер и введена с целью прослеживания динамики представлений, при этом основное внимание необходимо уделить углубленному качественному анализу результатов диагностики.

На основе выделенных критериев определены 4 уровня успешности выполнения заданий, отражающие уровни представлений детей о здоровом образе жизни.

Высокий уровень – ребенок имеет некоторые правильные представления о здоровом образе жизни как активной деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья; о здоровье как о состоянии физического и психологического благополучия организма; о природных и социальных факторах вреда и пользы для здоровья; о некоторых способах укрепления здоровья и предупреждения заболеваний на основе личного опыта и сведений, полученных от взрослых; о возможных

причинах заболеваний. Способен выявить направленную на формирование здорового образа жизни сущность различных видов деятельности, предметов, объектов и явлений окружающей действительности. Ребенок активен и самостоятелен в своих суждениях и высказываниях; его представления о здоровом образе жизни носят элементарный, но целостный характер. Проявляет инициативу и самостоятельность при подготовке и проведении оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий на основе осознания их необходимости; присваивает переданный взрослыми опыт, переносит его в самостоятельную деятельность.

Средний уровень – ребенок имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, связывая его с некоторыми видами деятельности, необходимыми для сохранения здоровья; о здоровье как состоянии человека, когда он не болеет; некоторые представления о природных и социальных факторах вреда и пользы для здоровья, о некоторых мерах предупреждения заболеваний, о возможных причинах заболеваний; он способен к осознанию значения для здоровья некоторых проявлений образа жизни, некоторых факторов окружающей природной и социальной среды, при этом ему требуется помощь в виде наводящих вопросов и конкретных житейских примеров. Способен выявлять направленную на формирование здорового образа жизни сущность некоторых видов деятельности, предметов, объектов и явлений окружающей действительности; для актуализации представлений ему требуется эмоционально стимулирующая помощь взрослого и наводящие вопросы. У ребенка сформированы единичные представления о здоровье и здоровом образе жизни в условиях большого города. Он может проявлять инициативу и самостоятельность в ходе оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий, но она связана с его положительным эмоционально чувственным переживанием; частично присваивает переданный взрослыми опыт и переносит его в самостоятельную деятельность.

Низкий уровень - ребенок имеет представления о здоровье как состоянии человека, когда он не болеет, о некоторых способах лечения заболеваний на основе собственного опыта; затрудняется объяснить значение для здоровья знакомых ему видов деятельности. Не имеет представлений о влиянии на здоровье факторов окружающей природной и социальной среды, о возможных причинах заболеваний. Понимает зависимость здоровья от некоторых проявлений образа жизни. Испытывает потребность в помощи в виде наводящих вопросов и конкретных житейских примеров. Не осознает зависимость здоровья от окружающей среды; способен выявлять направленную на формирование здорового образа жизни сущность некоторых видов деятельности, предметов окружающей действительности; для актуализации представлений ему требуются эмоционально стимулирующая помощь взрослого, наводящие вопросы и житейские примеры. У ребенка сформированы отрывочные, бессистемные представления о здоровье и болезни с учетом влияния окружающей среды. Ребенок проявляет инициативу и самостоятельность в ходе оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий на основе подражания другим детям, но осознанности и потребности в этих мероприятиях нет; частично присваивает переданный опыт, но затрудняется переносить его в самостоятельную деятельность.

Очень низкий уровень – ребенок затрудняется объяснить смысловое значение понятия «здоровье», значение для здоровья знакомых ему видов деятельности. Имеет единичные представления о некоторых способах лечения заболеваний на основе личного опыта; не имеет представлений о факторах вреда и пользы для здоровья. Не осознает зависимость здоровья от образа жизни и влияния окружающей среды; не способен выявлять направленную на формирование здорового образа жизни сущность способствующих здоровью видов деятельности и предметов окружающей действительности. У ребенка сформированы отрывочные бессистемные представления о здоровье и болезни без учета влияния окружающей среды.

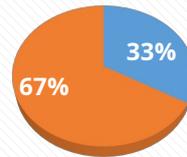
Ребенок не проявляет инициативу и самостоятельность в ситуациях оздоровительных, закаливающих и санитарно-гигиенических мероприятий, не присваивает переданный взрослыми опыт и не переносит его в самостоятельную деятельность.

Таблица 1

Результаты диагностики уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития

№	Имя ребенка	Методика «Полезная покупка»	Методика «Полезная для здоровья покупка»	Методика «Место для отдыха»	Уровень сформированности представлений о здоровом образе жизни
1	Арина Г.	Средний	Средний	Средний	Средний
2	Вероника Ч.	Средний	Средний	Средний	Средний
3	Дарина К.	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
4	Кристина Г.	Низкий	Средний	Очень низкий	Низкий
5	Маргарита М.	Низкий	Средний	Очень низкий	Низкий
6	Марк С.	Низкий	Средний	Низкий	Низкий

Уровни сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития



■ Средний уровень ■ Низкий уровень

Рисунок 1 – Показатели уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития

Таким образом, дети данной группы демонстрируют недостаточный уровень сформированности представлений о здоровом образе жизни.

Можно сказать, что общие показатели уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития находятся на низком уровне. Это свидетельствует о том, что:

1. Большинство детей имеют представление о здоровье как о физическом состоянии человека, противоположном болезненному, но назвать качества, присущие здоровому человеку, затрудняются;
2. Только небольшое число детей связало здоровье с состоянием психологического комфорта; большинство детей положительно настроены на воспитателя и близкого взрослого (мать);
3. У детей нет необходимого запаса представлений о факторах вреда и пользы для здоровья в условиях большого города;

4. Недостаточно сформированы представления детей о значении для здоровья двигательной деятельности, полноценного отдыха, сбалансированного питания, принятых санитарно-гигиенических норм, состояния окружающей среды;

5. Недостаточно сформированы представления детей о поддержании здоровья с помощью закаливающих и профилактических мероприятий, использования полезных для здоровья предметов, продуктов.

2.2 План деятельности педагога по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития посредством информационно – коммуникативных технологий

Система работы с детьми предполагает различные формы, средства и методы формирования представлений о здоровом образе жизни. Основными формами работы являются занятия, досуги, режимные моменты, спортивные соревнования и праздники.

Использование мультимедийных презентаций, компьютерных игр, возможностей интерактивной доски помогает сделать процесс формирования у детей основ здорового образа жизни ярким, наглядным, увлекательным и познавательным.

Пояснительная записка

Проанализировав теорию по данной теме, мы предлагаем план работы педагога по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Настоящий план работы воспитателя предназначен для формирования представлений о здоровом образе жизни и носит коррекционно-развивающий характер у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития. План разработан с учетом возрастных особенностей детей с задержкой психического развития, построен на принципах наглядности, доступности (от простого к сложному), последовательности и систематичности.

Цель: формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития посредством информационно – коммуникативных технологий

Задачи:

Образовательные:

- Учить детей соблюдать технику безопасности: не играть с огнем, в отсутствие взрослых не пользоваться электрическими приборами, не трогать без разрешения острые, колющие и режущие предметы.

- Формировать умение заботиться о своем здоровье и об окружающей среде.

Развивающие:

- Развивать способность распределять свои силы между умственным, физическим трудом и отдыхом.

Воспитательные:

- Воспитывать привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, прически.

Объем плана: рассчитан на учебный год, 2 занятия в месяц продолжительностью 20-25 минут, количество занятий 18.

Форма работы: индивидуальная, подгрупповая, групповая.

Планируемые результаты:

- устойчиво сформированные ценности здоровья, здоровья окружающих его людей и общества в целом.

- ребенок знает свои возможности и верит в собственные силы, имеет представление о себе, своей самооценки, ощущает себя субъектом здоровой жизни;

- бережно, уважительно и заботливо относится к близким людям, своим родственникам, сверстникам, взрослым и предметному миру;

- осознает и разделяет нравственные эталоны жизнедеятельности, такие как гуманность, доброту, заботу, понимание, уважение, честность, справедливость, трудолюбие и т.д.

- имеет представление о том, что такое здоровье и знает, как поддержать, укрепить и сохранить его.

В процессе формирования представлений о здоровом образе жизни посредством информационно – коммуникативных технологий мы выделяем следующие этапы:

- правильное питание;
- тело человека и личная гигиена;
- спорт для здоровья;
- рациональный режим дня
- безопасное поведение в быту;
- ребенок и другие люди;

Мы считаем, что каждый из данных этапов служит логическим продолжением предыдущего.

Таблица 2

План работы воспитателя по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития посредством информационно – коммуникативных технологий

Сроки	Тема	Задачи	Вид деятельности	Материал и оборудование
1	2	3	3	4
Сентябрь				
1 неделя	«Самые полезные продукты»	1. Объяснить детям, как витамины влияют на организм человека, об их пользе и значении витаминов для здоровья человека. 2. Помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания – еда должна быть не только вкусной, но и полезной. 3. Развивать внимание, мышление, воображение, активный и пассивный словарь. 4. Воспитать у детей желание заботиться о своем здоровье.	Коммуникативная деятельность	Презентация, интерактивная доска

3 недел я	«Зачем нам нужна посуда»	1. Учить узнавать и называть посуду по их внешним признакам. 2. Формировать знания об уходе за посудой, осознание детьми значимости посуды в жизни – деятельности человека. 3. Формировать бережное отношение к посуде.	Коммуникативная деятельность	Презентация, аудио – сказка К. Чуковский «Федорино горе», интерактивная доска
Октябрь				
1 недел я	«Хлеб всему голова»	1. Воспитывать у детей бережное отношение и уважение к хлебу и людям, вырастившим его. 2. Расширить знания у детей о значении хлеба в жизни человека. 3. Познакомить детей с процессом выращивания хлеба. 4. Дать представление о том, как хлеб пришел к нам на стол; обратить внимание на содержание труда людей, на их слаженность и взаимопомощь в работе, на механизацию труда. 5. Закрепить знания детей о том, что хлеб - это один из самых главных продуктов питания в России.	Познавательная – исследовательская деятельность	Презентация, видеофрагмент, интерактивная доска
3 недел я	«Овощи и фрукты – полезные продукты»	1. Уточнить и закрепить представления детей о фруктах и овощах, продолжать формировать у детей умение классифицировать овощи и фрукты: по внешнему виду, признаку, цвету, форме. 2. Продолжать	Коммуникативная, игровая деятельность	Презентация, интерактивная доска.

		<p>развивать речь детей, умение высказываться определениями, продолжать развивать у детей любознательность, логическое мышление, внимательность.</p> <p>3. Воспитывать потребность к здоровому образу жизни; воспитывать позитивные качества характера (находчивость, взаимопомощь, смелость, умение сопереживать, умение работать в коллективе, сила воли, целеустремленность, эстетические потребности личности ребенка) .</p>		
Ноябрь				
1 недел я	«Как устроено наше тело»	<p>1. Учить различать понятия «часть тела» и «орган».</p> <p>2. Уточнить, для чего нужны те или иные органы.</p> <p>3. Воспитывать интерес к своему телу, желание вести ЗОЖ.</p>	Познавательно – исследовательская деятельность	Презентация, интерактивная доска, видеотрегмент, аудиозапись
3 недел я	«Зачем мы дышим?»	<p>1. Показать детям взаимосвязь человека и мира природы.</p> <p>2. Рассказать о сходстве жизненных потребностей человека, животных и растений.</p> <p>3. Познакомить детей с особенностями внутреннего строения носа человека.</p> <p>4. Закрепить гигиенические правила по уходу за носом.</p> <p>5. Продолжить работу по дыхательной гимнастике и</p>	Познавательно – исследовательская деятельность	Презентация, видеотрегмент

		рефлекторному массажу.		
Декабрь				
1 недел я	«Правила поведения в случае заболевания»	1. Дать детям элементарные представления об инфекционных болезнях и их возбудителях (микробах и вирусах); 2. Научить детей заботиться о своем здоровье, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью.	Коммуникативная деятельность	Презентация, видеофрагмент, аудио стихотворение «Прививка» С. Михалкова
3 недел я	«Оказание первой помощи при различных травмах»	1. Закрепить знание правил поведения во дворе. 2. Учить детей оказывать первую помощь при различных травмах: порезах, ушибах, ожогах, обморожении, носовом кровотечении. 3. Развивать память, мышление, сообразительность. 4. Воспитывать самостоятельность, отзывчивость, доброту	Коммуникативная, игровая деятельность	Презентация, аудио физкультминутки, атрибуты для сюжетно - ролевой игры
Январь				
1 недел я	«Здоровье в порядке, спасибо зарядке»	1. Продолжать укреплять здоровье детей, развивать физические качества. 2. Закреплять культурно – гигиенические навыки. 3. Прививать любовь к спорту и физкультуре. 4. Развивать основные физические качества: силы, ловкости, быстроты, выносливости, координации движений. 5. Формирование мышечно-двигательных навыков, правильной	Двигательная деятельность	Презентация, интерактивная доска, аудиозаписи, спортивный инвентарь

		осанки. 6. Пополнить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека, полезных продуктах, в которых они содержатся.		
3 недел я	«Чем полезен тот или иной вид спорта?»	1. Учить различать и правильно называть виды спорта. 2. Установить простейшие взаимосвязи между видом спорта и его атрибутами. 3. Формировать потребность каждого ребёнка в двигательной активности и физическом совершенствовании, в регулярных занятиях физической культурой и спортом.	Двигательная деятельность	Презентация, интерактивная доска, видеофрагмент, спортивный инвентарь
Февраль				
1 недел я	«Что такое режим дня»	1. Познакомить детей с понятием режим дня. 2. Дать информацию о соблюдении режима в различных уголках земного шара. 3. Раскрыть значение сна для здоровья человека, сформировать представления о том, что сон является составной частью режима дня.	Коммуникативная, изобразительная деятельность	Презентация, интерактивная доска, аудиозаписи, материал для аппликации
3 недел я	«Мой режим дня»	1. Познакомить ребенка с основными составляющими режима дня, показав отличие режима дня ребенка и взрослого человека. 2. Обратит внимание на необходимость четкого выполнения всех режимных	Коммуникативная деятельность	Презентация

		процессов и их положительное влияние на детский организм.		
Март				
1 недел я	«Когда я один дома»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать у дошкольников представления о самосохранении. 2. Закреплять умение правильно вести себя в случаях опасности. 3. Закреплять знания номеров телефонов экстренных служб (01,02,03). 4. Развивать умение делать правильный телефонный вызов, точно называя свой домашний адрес. 5. Обобщить знания детей о правилах пользования предметами, которые могут угрожать жизни и здоровью людей: колющие и режущие предметы, электроприборы, лекарства, препараты бытовой химии, чужие люди. 6. Воспитывать в детях уверенность в себе, самостоятельность. 	Коммуникативная деятельность	Презентация, видеофрагмент, аудиозаписи
3 недел я	«Открытое окно и балкон – это опасно»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закреплять знания детей о безопасности. 2. Дать понятие детям о том, какую опасность представляют собой открытые окна. 3. Учить детей вести себя правильно, когда они остаются одни. 4. Учить детей быть осторожными. 5. Формировать у детей умение предвидеть опасность, по возможности избегать опасные ситуации. 	Коммуникативная деятельность	Презентация, видеофрагмент

Апрель				
1 недел я	«В мире опасных предметов»	1. Уточнять и расширять представления об окружающей действительности. 2. Развивать умение соблюдать меры предосторожности в обращении с опасными предметами.	Коммуникативная деятельность	Презентация, интерактивная доска
3 недел я	«Я знаю, что можно, что нельзя»	1. Формировать опыт безопасного поведения в различных ситуациях. 2. Закрепить знания детей о правилах безопасности дома и на улице. 3. Активизировать умения и навыки детей избегать опасных ситуаций и по возможности правильно действовать. 4. Формировать умение оказывать элементарную первую помощь. 5. Способствовать развитию осторожности и осмотрительности.	Коммуникативная деятельность	Презентация, интерактивная доска
Май				
1 недел я	«Если чужой приходит в дом»	1. Учить правильному поведению с незнакомыми людьми, которые могут возникнуть в быту, обучать основам личной безопасности. 2. Расширять и углублять представления детей о том, что безопасность зависит от них самих, от соблюдения правил, от умения предвидеть и избегать, возможную опасность.	Коммуникативная, игровая деятельность	Презентация, видеотрейлер, мяч
3 недел	«Ты потерялся»	1. Объяснить детям, к каким взрослым можно	Коммуникативная деятельность	Презентация, аудиозаписи

я		обратиться за помощью, если потерялся на улице (в торговом центре, на улице, в лесу). 2. Способствовать развитию осторожности, осмотрительности. 3. Воспитывать желание и умение находить выход из трудного положения.		
---	--	--	--	--

План работы с родителями

Цель: приобщение родителей к формированию представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Задачи:

- создать условия для взаимодействия семьи и детского сада в вопросах всестороннего развития детей старшего дошкольного возраста;
- оказать консультативную помощь родителям;
- организовать активные формы работы с родителями и детьми.

В таблице 3 представлен план работы с родителями по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития посредством информационно – коммуникативных технологий.

Таблица 3

План работы с родителями по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития посредством информационно – коммуникативных технологий

Месяц	Взаимодействие с родителями
Сентябрь	Анкетирование родителей на тему «Здоровый образ жизни».
Октябрь	День открытых дверей. Присутствие родителей на занятии с использованием информационно – коммуникативных технологий.

Ноябрь	Родительское собрание «Чем информационно - коммуникативные технологии лучше?»
Декабрь	Размещение на сайте видеороликов по формированию здорового образа жизни.
Январь	Памятка для родителей «Роль семьи и детского сада в воспитании здорового ребенка»
Февраль	Консультация для родителей: «Примерный комплекс оздоровительных мероприятий после сна».
Март	Индивидуальная консультация по формированию представлений о здоровом образе жизни.
Апрель	День здоровья с участие родителей «Мама, папа, я – спортивная семья».
Май	Участие в детей и родителей в интернет - викторинах по формированию основ ЗОЖ.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В данной работе мы рассмотрели особенности формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития посредством информационно – коммуникативных технологий.

Отношение ребенка к своему здоровью является фундаментом, на котором можно выстроить потребность в здоровом образе жизни. Отношения ребенка к здоровью напрямую зависит от сформированности в его сознании этого понятия. От здоровья, жизнерадостности детей зависят их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Поэтому крайне важно правильно организовать развитие ребенка с самого раннего возраста. Основы здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста определяются наличием знаний и представлений об элементах здорового образа жизни (соблюдение режима, выполнение гигиенических процедур, высокая двигательная активность), и умением реализовать их в поведении и деятельности доступными для ребенка способами (чистить зубы, мыть руки, делать зарядку и прочее).

Цель нашей работы заключалась в проектировании деятельности педагога по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей

старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития посредством информационно – коммуникативных технологий.

При решении первой задачи в работе изучены особенности формирования представлений о здоровом образе жизни.

Именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

При решении второй задачи была изучена психолого - педагогическая характеристика детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития и рассмотрены особенности формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Успешное формирование представлений о ЗОЖ у старших дошкольников с задержкой психического развития во многом зависит от целенаправленной систематической воспитательно – образовательной работы в дошкольном образовательном учреждении и семье, создания условий для осуществления коррекционного педагогического процесса, согласованного взаимодействия в триаде ребенок – педагог – родитель, инициатором и координатором которого должен выступать педагогический коллектив дошкольного учреждения.

При решении третьей задачи выяснили, что здоровый образ жизни – образ жизни человека, направленный на профилактику болезни и укрепление здоровья.

В практической части работы было проведено психолого - педагогическое исследование сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой

психического развития воспитанников реабилитационного центра «Серебряное копытце» для детей и подростков с ограниченными возможностями Дзержинского района города Нижний Тагил.

Результаты проведенного исследования позволили сделать следующие выводы к среднему уровню отнесли двоих детей (33%), а к низкому уровню отнесли четверых детей (67%).

На основе этой информации, мы спланировали деятельность воспитателя по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития посредством информационно – коммуникативных технологий.

Таким образом, задачи работы решены полностью, цель достигнута.

Практическая значимость работы заключается в расширении представлений об особенностях формирования представлений о здоровом образе жизни в старшем дошкольном возрасте и в уточнении направлений работы по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития посредством информационно – коммуникативных технологий.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Ахметова Н.Н. Вопросы дошкольной педагогики. [Текст]: пособие для учителей и студентов педагогических вузов — Казань., Молодой ученый, 2017 — 80 с.
2. Береснева З. И. Здоровый малыш: Программа оздоровления в ДОУ. М. [Текст]: Академия, 2004 – 32 с.
3. Богина Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях [Текст]: Методическое пособие. М.: Мозаика – Синтез, 2006 – 7 с.
4. Болотина Ю. Р. Дошкольная педагогика. [Текст]: учебное пособие для академического бакалавриата — Москва., Юрайт, 2019 — 217 с.
5. Венгер Л.А. Специальная педагогика: Учебное пособие [Текст]. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 247 с.
6. Волошина Л. Н., Кудаланова Л. П. Представления современного ребёнка-дошкольника о здоровье и здоровом образе жизни. [Текст]// Фундаментальные исследования. 2012 N 3 (часть 2). – 70 с.
7. Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология XXI века [Текст]/ сост. Ю.Е.Антонов, М.Н.Кузнецова и др. М.: Гардарики, 2008 – 75 с.
8. Капилевич Л.В. Здоровье и здоровый образ жизни. [Текст]: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / Л.В. Капилевич, В.И. Андреев. — Томск: Томский политехнический университет, 2015. — 102 с.
9. Карташова Е. Г. Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста через организацию сотрудничества с родителями [Текст]. 2011 – 50 с.
10. Лебединский В.В. Нарушения психического развития в детском возрасте [Текст]: Учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2016 – 144 с.

11. Лубовский В.И. Специальная психология [Текст]: учебное пособие для студентов дефектологических факультетов высших педагогических учебных заведений 2-е издание В. И. Лубовский. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 464 с.
12. Маркова Л.С. Организация коррекционно-развивающего обучения дошкольников с задержкой психического развития [Текст]: Практическое пособие /Л.С Маркова. – М.: АРКТИ, 2015. – 187 с.
13. Нежина, Н.В. Охрана здоровья детей дошкольного возраста [Текст]/ Н.В. Нежина // Дошкольное воспитание. – 2004 – N 4. – 17 с.
14. Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с задержкой психического развития: пособие для психологов и педагогов [Текст] – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2004. – 80 с.
15. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников [Текст]: пособие для педагогов дошкольных учреждений. М.: Мозаика – Синтез, 2009 – 67 с.
16. Новикова И.М. Представления о здоровом образе жизни старших дошкольников с ЗПР [Текст]/ И.М.Новикова // Коррекционная педагогика. – 2006 – N 5 – 25 с.
17. Прищепа С.С. Физическое развитие и здоровье детей 3 – 7 лет. – М. [Текст]: Сфера 2009 – 128 с.
18. Программа воспитания и обучения в детском саду [Текст]/ Под ред. М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой. – 5 – е изд., испр. и доп. – М.: Мозаика – Синтез, 2007 – 209 с.
19. Пьяных Е. Г. Использование современных информационных и коммуникативных технологий в ДОУ [Текст]: пособие для учителей и студентов педагогических вузов — М.: Мозаика – Синтез, 2016 – 69 с.
20. Радионова Л.В. Здоровьесберегающие технологии в дошкольных образовательных учреждениях. [Текст]: пособие для учителей и студентов педагогических вузов — Нижневартовск., Нижневарт. гуманит. ун-та, 2014. — 124 с.

21. Решетнева Г., Абольянина С. Формирование у старших дошкольников ценностного отношения к здоровому образу жизни в процессе физического воспитания [Текст]// Дошкольное воспитание. 2008 статья N 4. – 4 с.

22. Сигимова М. Н. Формирование представлений о себе у старших дошкольников [Текст]: игры – занятия. Волгоград: Знание, 2009 – 166 с.

23. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей [Текст]: учеб. пособие / под общ. ред. Н.В. Сократова. М.: ТЦ Сфера, 2005 – 13 с.

24. Сорокина А. И. Дидактические игры в детском саду [Текст]: пособие для воспитателей старших групп детского сада. М.: Просвещение, 2000 – 96 с.

25. Специальная педагогика: учеб. пособие для студ. Высш. учеб. заведений / Л.И.Аксенова, Б.А.Архипов, Л.И.Белякова и др.; под ред. Н.М.Назаровой. – 10-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2010. – 400 с.

26. Сыркина О. В. Создание здоровьесохраняющей среды в условиях ДОУ [Текст]// Дошкольная педагогика. 2006 N 5. – 16 с.

27. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Текст]. – Издательство «Ажур», 2014. – 26 с.

28. Возрастные и индивидуальные особенности развития детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://superinf.ru/view_helpstud.php?id=953

29. Использование ИКТ в условиях ДОУ как фактор успешной реализации ФГОС [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.maam.ru/detskijsad/opyt-raboty-ispolzovanie-ikt-v-uslovijah-dou-kak-faktor-uspeshnoi-realizaci-fgos.html>

30. Свободная интернет энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://ru.wikipedia.org/wiki/Задержка_психического_развития

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Протокол исследования уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития №1

Ф.И. ребенка: Арина Г.

Возраст: 5 лет

Диагноз: задержка психического развития

Дата проведения: 29.04.2019

Место проведения: реабилитационный центр «Серебряное копытце» для детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья г. Нижний Тагил.

Результат: результаты индивидуального исследования подводились на основании критериев взятой методики. Обработка экспериментального материала проводится путем подсчета баллов за ответы ребенка. У Арины Г. был выявлен средний уровень сформированности представления о здоровом образе жизни.

№ п/п	Методика	Последовательность выбора предметов и объяснения ребенка	Уровень выполнения задания
1	Диагностическое задание «Полезная покупка»	Арина выбрала следующие предметы: мыло, лук, зубную щетку, чеснок, яблоко. Свой ответ не обосновала.	Средний
2	Тест «Полезная для здоровья покупка»	Изобразила только полезные продукты в следующем порядке: виноград, яблоко, огурец, груша. Свой рисунок не пояснила.	Средний
3	Проблемная ситуация «Место для отдыха»	Из четырех представленных изображений выбрала лесную поляну с ромашками, но свой ответ не обосновала.	Средний

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Протокол исследования уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития №2

Ф.И. ребенка: Вероника Ч.

Возраст: 5 лет

Диагноз: задержка психического развития

Дата проведения: 29.04.2019

Место проведения: реабилитационный центр «Серебряное копытце» для детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья г. Нижний Тагил.

Результат: результаты индивидуального исследования подводились на основании критериев взятой методики. Обработка экспериментального материала проводится путем подсчета баллов за ответы ребенка. У Вероники Ч. был выявлен средний уровень сформированности представления о здоровом образе жизни.

№ п/п	Методика	Последовательность выбора предметов и объяснения ребенка	Уровень выполнения задания
1	Диагностическое задание «Полезная покупка»	Вероника выбрала следующие предметы: зубную щетку, чеснок, яблоко, мыло, лук. Свой ответ не обосновала.	Средний
2	Тест «Полезная для здоровья покупка»	Изобразила только полезные продукты в следующем порядке: помидор, морковь, огурец. Свой рисунок не пояснила.	Средний
3	Проблемная ситуация «Место для отдыха»	Из четырех представленных изображений выбрала лесную поляну с ромашками. Объяснила, что любит отдыхать больше на природе.	Средний

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Протокол исследования уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития №3

Ф.И. ребенка: Дарина К.

Возраст: 6 лет

Диагноз: задержка психического развития

Дата проведения: 29.04.2019

Место проведения: реабилитационный центр «Серебряное копытце» для детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья г. Нижний Тагил.

Результат: результаты индивидуального исследования подводились на основании критериев взятой методики. Обработка экспериментального материала проводится путем подсчета баллов за ответы ребенка. У Дарины К. был выявлен низкий уровень сформированности представления о здоровом образе жизни.

№ п/п	Методика	Последовательность выбора предметов и объяснения ребенка	Уровень выполнения задания
1	Диагностическое задание «Полезная покупка»	Дарина выбрала следующие предметы: чипсы, зубную щетку, газировку, жевательную резинку. Свой ответ не обосновала.	Низкий
2	Тест «Полезная для здоровья покупка»	Изобразила только полезные продукты в следующем порядке: тыкву, капусту, яблоко, виноград, огурец, банан. Свой рисунок не пояснила.	Средний
3	Проблемная ситуация «Место для отдыха»	Из четырех представленных изображений выбрала, предметы одежды, бытовой техники и косметики. Объяснила, что любит вместе со	Низкий

		старшими ходить в магазин и делать покупки.	
--	--	---	--

*Протокол исследования уровня сформированности представлений о
здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с
задержкой психического развития №4*

Ф.И. ребенка: Кристина Г.

Возраст: 5 лет

Диагноз: задержка психического развития

Дата проведения: 29.04.2019

Место проведения: реабилитационный центр «Серебряное копытце» для детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья г. Нижний Тагил.

Результат: результаты индивидуального исследования подводились на основании критериев взятой методики. Обработка экспериментального материала проводится путем подсчета баллов за ответы ребенка. У Кристины Г. был выявлен низкий уровень сформированности представления о здоровом образе жизни.

№ п/п	Методика	Последовательность выбора предметов и объяснения ребенка	Уровень выполнения задания
1	Диагностическое задание «Полезная покупка»	Кристина выбрала следующие предметы: яблоко, газировку, чипсы, жевательную резинку. Свой ответ не обосновала.	Низкий
2	Тест «Полезная для здоровья покупка»	Изобразила только полезные продукты в следующем порядке: банан, огурец, ягоду, апельсин, помидор. Свой рисунок не пояснила.	Средний
3	Проблемная ситуация «Место для отдыха»	Из четырех представленных изображений выбрала, улицу большого города, по которой ездит транспорт, но свой ответ не обосновала.	Очень низкий

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Протокол исследования уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития №5

Ф.И. ребенка: Маргарита М.

Возраст: 6 лет

Диагноз: задержка психического развития

Дата проведения: 29.04.2019

Место проведения: реабилитационный центр «Серебряное копытце» для детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья г. Нижний Тагил.

Результат: результаты индивидуального исследования подводились на основании критериев взятой методики. Обработка экспериментального материала проводится путем подсчета баллов за ответы ребенка. У Маргариты М. был выявлен низкий уровень сформированности представления о здоровом образе жизни.

№ п/п	Методика	Последовательность выбора предметов и объяснения ребенка	Уровень выполнения задания
1	Диагностическое задание «Полезная покупка»	Маргарита выбрала следующие предметы: жевательную резинку, мыло, чипсы, газировку. Свой ответ не обосновала.	Низкий
2	Тест «Полезная для здоровья покупка»	Изобразила только полезные продукты в следующем порядке: яблоко, помидор, картофель, банан, огурец. Свой рисунок не пояснила.	Средний
3	Проблемная ситуация «Место для отдыха»	Из четырех представленных изображений выбрала, предметы одежды, бытовой техники и косметики, но свой ответ не обосновала.	Очень низкий

ПРИЛОЖЕНИЕ 6

Протокол исследования уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития №6

Ф.И. ребенка: Марк С.

Возраст: 6 лет

Диагноз: задержка психического развития

Дата проведения: 29.04.2019

Место проведения: реабилитационный центр «Серебряное копытце» для детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья г. Нижний Тагил.

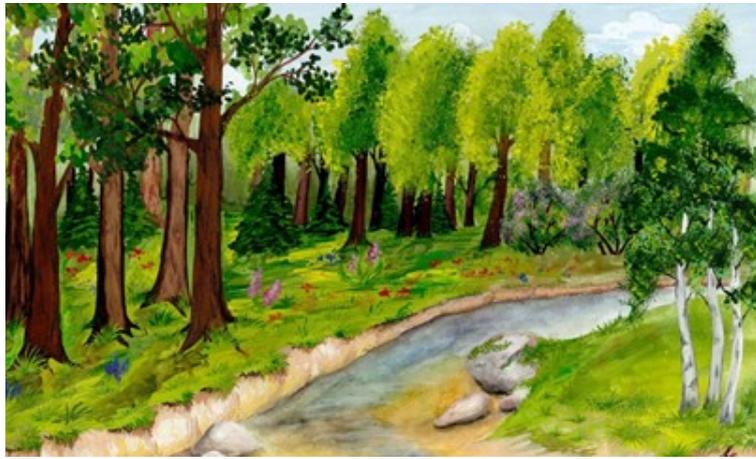
Результат: результаты индивидуального исследования подводились на основании критериев взятой методики. Обработка экспериментального материала проводится путем подсчета баллов за ответы ребенка. У Марка С. был выявлен низкий уровень сформированности представления о здоровом образе жизни.

№ п/п	Методика	Последовательность выбора предметов и объяснения ребенка	Уровень выполнения задания
1	Диагностическое задание «Полезная покупка»	Марк выбрал следующие предметы: чипсы, чеснок, газировка, жевательная резинка. Свой ответ не обосновал.	Низкий
2	Тест «Полезная для здоровья покупка»	Изобразил только полезные продукты в следующем порядке: виноград, апельсин, банан, картофель. Свой рисунок не пояснил.	Средний
3	Проблемная ситуация «Место для отдыха»	Из четырех представленных изображений выбрал комнату с сидящим перед телевизором мальчиком. Объяснил, что он всегда так отдыхает.	Низкий

ПРИЛОЖЕНИЕ 7

Иллюстрации для определения уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития





Технологическая карта занятия

Образовательная область: Социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие.

Тема занятия: «Овощи и фрукты – полезные продукты».

Возрастная группа: подготовительная.

Цель занятия: Формирование у детей дошкольного возраста потребности к здоровому образу жизни и закрепление знаний через дидактическую игру на интерактивной доске.

Задачи занятия:

Образовательные:

1. Продолжать формировать представления о том, какая пища полезна.
2. Формировать представления детей о фруктах и овощах, богатыми витаминами.

Развивающие:

1. Развивать умение отвечать на вопросы воспитателя полным предложением, аргументировать свое мнение.

Воспитательные:

1. Воспитывать привычку к здоровому образу жизни.

Дополнительные задачи:

Игровая: набрать большее количество фишек за правильные ответы.

Дидактическая: закрепить знания детей об овощах и фруктах.

Словарная работа: овощехранилище.

Планируемый результат занятия: дети знают какая пища полезна, проявляют интерес к полезному питанию и здоровому образу жизни, понимают, что питаться нужно правильно, чтобы быть здоровыми.

Материал и оборудование: мультимедийное оборудование, карточки с изображением фруктов, «волшебная палочка», «чудесный мешочек» с сырыми овощами, сухофрукты на тарелочках для каждого ребенка.

№	Этапы, продолжительность	Задачи этапа	Деятельность педагога	Методы, формы, приемы	Предполагаемая деятельность детей	Планируемые результаты
1.	Организационно-мотивационный этап.	Организация направленного внимания и формирование интереса к теме занятия	Упражнение «Теплые ладошки» - Ребята покажите мне свои ладошки. Какие они? Потрите свои ладошки так сильно, чтобы они стали очень теплыми. Давайте поделимся частичкой своей доброты. Передайте свое тепло и доброту тому, кто стоит рядом». Дети, стоя в кругу, трут ладошкой о ладошку, затем заводят руки за спину	Ритуал приветствия	Ответы детей	У детей вызван интерес и внимание

			<p>друг друга и поглаживают одновременно стоящих рядом детей по спине.</p> <p>Вам стало теплее? Вы почувствовали теплоту прикосновений?</p>			
2.	Основной этап.					
2.1	Этап постановки проблемы	Создание проблемной ситуации, формулировка ее в доступной для детей форме	<p><i>На экране 1 слайд с изображением Малыша и письма, затем 2 слайд с изображением больного, лежащего в постели Карлсона.</i></p> <p>Воспитатель: - Ребята, к нам сегодня в детский сад пришло письмо на электронную почту. Это письмо написал Малыш, друг Карлсона. Он пишет нам о том, что в последнее время Карлсон стал грустным, вялым, у него пропал аппетит, он обессилел, ему не хочется вставать со своего любимого диванчика. Малыш не знает как ему поступить, как помочь своему другу и просит у вас совета и помощи.</p>	<p>Использование ИКТ</p> <p>Сюрпризный момент (письмо от Малыша)</p> <p>Вопросы к детям</p>	<p>Внимательно слушают текст письма</p> <p>(Ответы детей)</p>	<p>Принятие детьми проблемной ситуации</p>
2.2	Этап ознакомления с материалом	Расширение объема знаний и представлений детей об овощах и фруктах	<p>-Как вы думаете, ребята, отчего такая беда приключилась с Карлсоном?</p> <p>Воспитатель: - А где, как вы думаете, находится очень много витаминов?</p> <p>Воспитатель: - Вы уже много знаете о фруктах и овощах, и сегодня мы поговорим и о том, что вам уже известно, а что-то вы узнаете новое. Знания о полезном питании пригодятся и нам и Карлсону, помогут сохранить и укрепить здоровье, хорошее настроение.</p> <p>- Внимательно слушайте задания и ответы других детей, нельзя выкрикивать и перебивать.</p> <p>Игра «Вершки и корешки»</p> <p>Воспитатель: - Давайте вспомним, у</p>	<p>Вопросы к детям</p> <p>Повторение техники безопасности при работе с интерактивной доской</p> <p>Гимнастика для глаз</p> <p>Дидактические игры</p>	<p>Ответы детей</p>	<p>Внимательно слушают и выполняют установки воспитателя</p>

			<p>каких овощей мы едим вершки? Воспитатель: - А корешки? Воспитатель: - У каких растений едим луковицу? Воспитатель: - А семена? Воспитатель: - Плоды? <i>На экране 3 слайд с изображением двух корзин. В 1 корзину нужно поместить вершки, а во 2 корешки. Предварительно вспоминаем технику безопасности.</i> Гимнастика для глаз Игра «Чудесный мешочек» Дети по очереди угадывают на ощупь и достают из мешочка овощи. Описательный рассказ про овощи по плану: - Какой формы? - Какого цвета? - Какой на ощупь? - Какой на вкус? - Что из него можно приготовить? Игра «Корзина с овощами» 4 Слайд с изображением корзины с овощами Раз, два, три, четыре, пять, начинаем мы считать. Принесли из магазина мы огромную корзину- Много разных овощей, посчитать ты их сумей! <i>Дети считают сколько овощей в корзине.</i></p>			
2.3	Этап практического решения проблемы	Овладение действиями, способами решения проблемной ситуации	<p>Воспитатель: - Ребята, скажите мне, пожалуйста, в каком виде мы едим овощи? Воспитатель: - А какие вы знаете овощные блюда?</p>	Вопросы к детям Дидактические игры	Ответы детей Принимают активное участие в играх	У детей будет вызван положительный эмоциональный настрой на

			<p>Воспитатель: - А давайте перечислим овощи, которые мы кладём в щи.</p> <p>Воспитатель: - А чем отличается борщ от щей?</p> <p>Воспитатель: - А как вы думаете, растут ли овощи зимой?</p> <p>Воспитатель: - Откуда же мы их берем зимой, как они появляются на нашем столе?</p> <p>-Тот урожай, который собрали осенью, хранят в специальном сухом и прохладном помещении, которое называется... (кто знает?) – овощехранилище.</p> <p><i>На 5 слайде - фотографии овощехранилища</i></p> <p>Воспитатель: - Некоторые овощи солят, маринуют, квасят, сушат, т.е. заготавливают на зиму. Как думаете, для чего люди делают заготовки?</p> <p>Воспитатель: - Вот так сохраняют такие полезные для здоровья овощные продукты и витамины, которые в них содержатся.</p> <p>Физминутка «Капуста»</p> <p>- Мы капусту рубим, рубим! <i>(рубящие движения топором, двигая прямыми ладошками вверх и вниз)</i></p> <p>- Мы капусту режем, режем! <i>(ребром ладошки водим вперед и назад)</i></p> <p>- Мы капусту солим, солим! <i>(собираем пальчики в щепотку и делаем вид, что солим капусту)</i></p> <p>- Мы капусту жмем, жмем! <i>(сжимаем и разжимаем кулачки)</i></p> <p>- Мы морковку трем, трем! <i>(правую ручку сжимаем в кулачок и двигаем её вверх-вниз вдоль прямой ладошки)</i></p>	<p>Чтение сказки</p> <p>Физкультминутка</p> <p>Пальчиковая гимнастика</p>	<p>Внимательно слушают сказку</p>	<p>предстоящую деятельность</p>
--	--	--	---	---	-----------------------------------	---------------------------------

левой руки, изображая терку)

Воспитатель: - А кто знает, какие овощи можно вырастить на подоконнике?

Воспитатель: - А почему говорят: Лук от семи недугов?

Воспитатель: - Угадайте загадки:

- Этот терпкий острый зубчик
Бабушка добавит в супчик.
Разложи его повсюду,
Чтобы справиться с простудой.

(Чеснок)

- Он и вкусный, и душистый,
Сам зелёный, шелковистый.
Овощи собрали? Оп!

Не забудьте про ...**(укроп)**

Зелена, свежа, кудрява
Ароматная приправа.

Укропу я подружка –

Душистая... **(петрушка)**

Воспитатель: - Ребята, вспомните и назовите все блюда, которые делают из фруктов. Назовите свои любимые блюда, которые готовят дома или в детском саду, которые вы покупаете в магазине.

Дети: - сок, компот, кисель, морс, джем, желе, варенье, повидло, мармелад, цукаты, изюм, курага и другие сухофрукты...

Воспитатель: - В каждом блюде из фруктов целая кладовая витаминов! Они очень полезны и детям, и взрослым.

Игра «Веселые поварята»

Воспитатель: - Давайте приготовим мармелад из разных фруктов. Если мы сделаем его из яблок, как он будет

называться?

Воспитатель: - А мармелад из слив какой?

Воспитатель: – а из груш? (И т.д.)

Физминутка «Мы делили апельсин»

Мы делили апельсин, много нас, а он один

Эта долька для ежат, эта долька для ужат,

Эта долька для утят, эта долька для котят,

Это долька для бобра, а для волка – кожура...

Он сердит на нас – беда, разбегайтесь кто куда!

Игра «В кафе»

Воспитатель: - Ребята, представьте, что вы работаете в кафе и сегодня приготовили разный мармелад (*воспитатель раздаёт каждому карточку с изображением одного фрукта*). Я - ваш посетитель и вы мне предлагаете попробовать мармелад, называете какой он. Фразу можно начать со слов:

«Угощайтесь, пожалуйста, это...»

«Хотите попробовать...»

«Думаю, что вам понравится...»

(дети поочередно выполняют задание, воспитатель привлекает детей к работе над речевыми ошибками, в вежливой форме благодарит)

Игра «Назови ласково»

(по тем же карточкам)

Давайте поблагодарим замечательные фрукты и назовём их ласково.

Яблоко – яблочко...

Слива - сливка, сливочка... и т.д.

Игра «Волшебники»

Воспитатель: - Послушайте сказку. Добрый волшебник вырастил в своём саду много фруктов, а злой волшебник заколдовал сад, и в нем выросло только одно яблоко. Тогда добрый волшебник взмахнул своей волшебной палочкой и получилось много... чего?

(яблоко!)

-Была одна слива *(взмах палочки)* и получилось **(много слив!)**

-Вместо одного апельсина выросло... *(взмах палочки)* **(много апельсинов!)**

-Был один ананас, а стало... *(взмах палочки)* **(много ананасов!)**

-Была одна груша, а стало... *(взмах палочки)* **(много груш!)**

-Висел на ветке один банан, а стало... *(взмах палочки)* **(много бананов!)**

Пальчиковая гимнастика

«Фрукты»

(Поочередно разгибаем пальчики)

Этот пальчик – апельсин, он, конечно, не один.

Этот пальчик – слива, вкусная, красивая.

Этот пальчик – абрикос, высоко на ветке рос.

Этот пальчик-груша, просит: «Ну-ка, скушай!».

Этот пальчик – ананас, фрукт для вас и для нас. **Воспитатель:** - Как вы думаете, почему люди стараются сохранить фрукты свежими?

Воспитатель: - А как заготавливают

			фрукты на зиму? Воспитатель: - А кто знает, как называют сушеные фрукты?			
3.	Заключительный этап	Подведение итогов, обобщение полученного опыта, формирование элементарных навыков самооценки	Что мы делали в начале занятия? Что потом? Что узнали нового? Что было легко для вас, что было сложно?	Рефлексия Вопросы к детям	(Ответы детей)	У детей будут сформированы представления об овощах и фруктах

Технологическая карта занятия

Образовательная область: социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие.

Тема занятия: «Как устроено наше тело».

Возрастная группа: подготовительная.

Цель занятия: обобщить имеющиеся у детей знания о функции органов, сформировать представление о том, что каждая часть тела человека и каждый орган имеют большое значение для него.

Задачи занятия:

Образовательные:

1. Учить различать понятия «часть тела» и «орган».
2. Уточнить, для чего нужны те или иные органы.
3. Тренировать способность приобретать знания путем наблюдения и экспериментирования.

Развивающие:

1. Развивать внимание, память, мышление, речь.

Воспитательные:

1. Воспитывать интерес к своему телу, желание вести ЗОЖ.

Дополнительные задачи:

Игровая: набрать большее количество фишек за правильные ответы.

Дидактическая: закрепить знания детей о функциях органов.

Словарная работа: часть тела, орган.

Планируемый результат занятия: дети имеют представление о том, что каждая часть тела человека и каждый орган имеют большое значение для него; различают понятия «часть тела» и «орган».

Материал и оборудование: мультимедийное оборудование.

№	Этапы, продолжительность	Задачи этапа	Деятельность педагога	Методы, формы, приемы	Предполагаемая деятельность детей	Планируемые результаты
1.	Организационно-мотивационный этап.	Организация направленного внимания и формирование интереса к теме занятия	Упражнение «Друг» Собрались все дети в круг, Я – твой друг и ты – мой друг. Вместе за руки возьмемся И друг другу улыбнемся!	Ритуал приветствия	Приветствуют друг друга	У детей вызван интерес и внимание
2.	Основной этап.					
2.1	Этап постановки проблемы	Создание проблемной ситуации, формулировка ее в доступной для детей	К нам в детский сад пришло письмо от Страшилы Мудрого. У него возник спор с Железным	Использование ИКТ	Внимательно слушают текст письма	Принятие детьми проблемной ситуации

		форме	человеком: что важнее мозги или сердце? Давайте поможем им разобраться. Дети высказывают свою точку зрения. Дети стоят полукругом.	Сюрпризный момент (письмо) Вопросы к детям	(Ответы детей)	
2.2	Этап ознакомления с материалом	Расширение объема знаний и представлений детей об органах и частях тела	- Все дети разные и одновременно похожие, потому что тело состоит из одинаковых частей. Давайте посмотрим, какие части тела есть у человека. Давайте их назовем и расскажем, что делает каждая часть. <i>По очереди ребенок называет часть тела, показывает ее на иллюстрации в презентации, отвечает о действиях.</i> Физкультминутка Раз, два, три, четыре, пять – тело будем изучать Вот спина, а вот животик Ножки, Ручки Глазки, Ротик, Носик, Ушки, Голова Шея крутит головой, Ох, устала! Ой-ой-ой! Лоб и брови Вот реснички, Запорхали, словно птички Розовые щечки Подбородок кочкой Волосы густые Как травы луговые. Плечи, Локти И колени У меня, Сережи, Лены. <i>Видеофрагмент, сопровождаемый рассказом воспитателя.</i>	Вопросы к детям Повторение техники безопасности при работе с интерактивной доской Физкультминутка Просмотр видеофрагмента Дыхательная гимнастика	Ответы детей	Внимательно слушают и выполняют установки воспитателя

			<p>Как у дома есть стены и поэтому он такой крепкий, так и у человека есть кости и мышцы, большие и маленькие. Если бы у человека не было костей, его тело было бы мягким. Кости, составляющие скелет, поддерживают тело и обеспечивают защиту от ранений и ушибов. Потрогайте себя, руки, ноги, животик.</p> <p>- Как вагоны в поезде связаны друг с другом, так и мышцы, и кости связаны между собой. Человек был бы бесформенным и некрасивым, если бы у него не было скелета. Скелет - это наша опора. На вид он хрупкий, но на самом деле очень прочный. Скелет служит организму не только опорой, но и защищает внутренние органы. Рассмотрите свои руки, пошевелите пальчиками рук.</p> <p>- Наше тело покрыто кожей, которая защищает его. Посмотрите на кожу, особенно на пальцах рук. Она должна быть целой, без повреждений.</p> <p>- Один из самых главных органов — мозг. Он все знает и за все отвечает. Мозг помогает человеку думать, ходить, делать разную работу. Он очень хрупкий. Хорошо, что твердый череп надежно защищает мозг от повреждений. Но все-таки старайтесь не ударяться головой.</p>			
--	--	--	--	--	--	--

			<p>От сильного удара бывает сотрясение мозга.</p> <p>- Сердце похоже на большой насос, который качает кровь. По всему телу «бегают» кровь по разным сосудам. Главная задача крови — накормить все тело. А качает кровь, помогает ей двигаться очень важный орган — сердце. Сердце работает постоянно, даже когда человек спит.</p> <p>- Находится сердце в центре груди, почти посередине, а размером с кулак. Сложите руку в кулак и приложите к центру груди, чуть левее. Вот примерно такого размера ваше сердце. А теперь сжимайте и слегка разжимайте кулак — так работает сердце. А вы слышите стук сердца? Сердце нужно беречь. Но это не значит, что нужно все время лежать и ничего не делать. Сердце нужно тренировать, заниматься физкультурой. Когда бегаешь, сердце быстрее работает. Стучит и качает кровь.</p> <p>- Предлагаю вам приложить ладонь к сердцу и прислушаться. А теперь попрыгайте, побегайте на месте, наклонитесь вперед, назад. Теперь снова приложите руку к сердцу. Что изменилось? Сердце забилося сильнее.</p> <p>- У человека есть легкие, они нужны человеку, чтобы дышать</p>			
--	--	--	---	--	--	--

и питать кровь нужным воздухом. Воздух не виден, но жить без него нельзя.

Дыхательная гимнастика «Задуй свечку».
Встать прямо, ноги на ширине плеч. Сделать свободный вдох и слегка задержать дыхание. Сложить губы трубочкой. Выполнить три коротких редких выдоха, словно задувая горящую свечу: «Фу! Фу! Фу!». Во время упражнения туловище держать прямо.

«Полное дыхание». Встать прямо, ноги на ширине плеч. Сделать свободный глубокий вдох, одновременно поднимая руки перед собой вверх. Задержать дыхание (пока приятно). Выполнить энергичный выдох открытым ртом, одновременно опуская руки и наклоняясь вперед («Ха!»). Выдыхать с облегчением, как будто освобождаясь от забот. Медленно выпрямиться.

- Желудок, как кастрюля внутри нас — туда попадает вся пища, а желудок ее переваривает. С полезной, здоровой пищей желудок справляется легко, а от вредной пищи желудок страдает и даже заболевает. Очень не любит желудок, когда мы наедаемся сверх меры — набиваем живот. Желудок не

			успевает справиться с большим количеством еды и у нас начинает болеть живот.			
2.3	Этап практического решения проблемы	Овладение действиями, способами решения проблемной ситуации	<p>Дидактическая игра «Полезная и вредная пища». <i>На интерактивной доске изображены 2 корзины. В 1 корзину дети помещают полезные продукты, а во 2 вредные.</i></p> <p>Зрительная гимнастика. Игра «У тети –моти» У тѣти Моти четыре сына Четыре сына у тѣти Моти Они не ели, они не пили И не скучали никогда Правая рука, Левая Рука, Правая нога, Левая Нога <i>Дети стоят по кругу и выполняют движения за воспитателем.</i></p>	<p>Вопросы к детям</p> <p>Повторение техники безопасности при работе с интерактивной доской</p> <p>Гимнастика для глаз</p> <p>Дидактическая и подвижная игры</p>	<p>Ответы детей</p> <p>Принимают активное участие в играх</p>	<p>У детей будет вызван положительный эмоциональный настрой на предстоящую деятельность</p>
3.	Заключительный этап	Подведение итогов, обобщение полученного опыта, формирование элементарных навыков самооценки	<p>Что мы делали в начале занятия? Что потом? Что узнали нового? Что было легко для вас, что было сложно?</p>	<p>Рефлексия</p> <p>Вопросы к детям</p>	(Ответы детей)	<p>У детей будут сформированы представления об органах и частях тела</p>

Технологическая карта занятия

Образовательная область: социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие.

Тема занятия: «В мире опасных предметов».

Возрастная группа: подготовительная.

Цель занятия: уточнять и расширять представления об окружающей действительности.

Задачи занятия:

Образовательные:

1. Закреплять у детей представления об опасных для жизни и здоровья электробытовых и пожароопасных предметах, с которыми они встречаются в быту, об их необходимости и значении для людей, о правилах пользования ими.
2. Учить осторожному обращению с огнем, уметь пользоваться телефонным номером «01».

Развивающие:

1. Развивать умение соблюдать меры предосторожности в обращении с опасными предметами.

Воспитательные:

1. Воспитать интерес к основам безопасности жизнедеятельности, желание узнавать новое.

Дополнительные задачи:

Игровая: набрать большее количество фишек за правильные ответы.

Дидактическая: закрепить знания детей об опасных для жизни и здоровья предметов в быту.

Словарная работа: электроприборы, электрический ток, опасные предметы, опасные ситуации, горячий пар, лезвие ножа, кипятилок, микробы.

Планируемый результат занятия: имеют представления об опасных для жизни и здоровья электробытовых и пожароопасных предметах, с которыми они встречаются в быту, об их необходимости и значении для людей, о правилах пользования ими; умеют пользоваться телефонным номером «01»; могут соблюдать меры предосторожности в обращении с опасными предметами.

Материал и оборудование: мультимедийное оборудование, два ведерка (красное и синее), смайлики веселые и грустные.

№	Этапы, продолжительность	Задачи этапа	Деятельность педагога	Методы, формы, приемы	Предполагаемая деятельность детей	Планируемые результаты
1.	Организационно-мотивационный этап.	Организация направленного внимания и формирование интереса к теме занятия	Упражнение «Здравствуй, солнышко родное!» <i>Все вместе в кругу:</i> Здравствуй, солнышко родное! Здравствуй, небо голубое! Здравствуй, матушка-земля! Здравствуй, ты, и здравствуй, Я!	Ритуал приветствия	Приветствуют друг друга	У детей вызван интерес и внимание
2.	Основной этап.					

2.1	Этап постановки проблемы	Создание проблемной ситуации, формулировка ее в доступной для детей форме	<p><i>Стульчики поставлены в форме автобуса.</i></p> <p>Воспитатель: Сегодня мы с вами отправляемся путешествовать на автобусе. Для того, чтобы войти в него, нужно ответить на вопрос по правилам безопасности. Если ответите неверно, становитесь в конец очереди, чтобы ответить еще раз и занять место в автобусе.</p> <ul style="list-style-type: none"> •Где пассажиры ждут автобус? •К чему приводят игры со спичками? •Что может случиться, если съесть немытые овощи или фрукты? •Можно ли зажигать свечи на новогодней елке? •Если твой друг попал в беду, что делать? •Можно ли без разрешения взрослых пользоваться утюгом? Почему? •Можно ли играть в футбол на дороге? •Для чего нужно знать свое имя, фамилию, домашний адрес? •Можно ли разговаривать на улице с незнакомыми людьми? •Назови номер телефона пожарной службы. •По какому телефону нужно позвонить, чтобы вызвать «Скорую помощь?» •Назови номер телефона полиции. •Назови номер телефона аварийной газовой службы. •Можно ли открывать дверь незнакомым людям, если ты один дома? •Можно ли детям ездить в 	Вопросы к детям	(Ответы детей)	Принятие детьми проблемной ситуации
-----	--------------------------	---	---	-----------------	----------------	-------------------------------------

			<p>автомобиле без специального кресла? Почему? •Ты встретил на улице собаку. Можно ее погладить? Почему? <i>Дети садятся в автобус.</i> Воспитатель: Едем, едем по дороге, Остановка впереди, Подъезжаем, выходи!</p>			
2.2	Этап ознакомления с материалом	Расширение объема знаний и представлений детей об окружающей действительности	<p>Остановка 1 «Улица бытовых приборов» Воспитатель: Ребята, чтобы выйти из автобуса, нужно отгадать загадки. Готовы? 1. Как-то папа наш привез В белом ящике мороз. И теперь мороз седой Дома летом и зимой. Бережет продукты: Мясо, рыбу, фрукты. (Холодильник) 2. Четыре синих солнца Есть у нас на кухне, Четыре синих солнца Горели и потухли. Поспели щи, шипят блины – До завтра солнца не нужны. (Газовая плита) Воспитатель: - Где находятся эти необходимые бытовые приборы? - Какие еще электроприборы вы знаете? - Кто у вас дома хозяйничает на кухне? - А вы помогаете маме на кухне? Воспитатель: На кухне нужно быть предельно внимательными и</p>	Вопросы к детям	Ответы детей	Внимательно слушают и выполняют установки воспитателя

			<p>осторожными. - Почему? - На чем мама готовит еду дома? - Как зажигается газовая плита? - Можно ли детям самостоятельно брать в руки спички? - Почему? <i>Дети садятся в автобус.</i> Воспитатель: Едем, едем по дороге Остановка впереди, Подъезжаем, выходи!</p>			
2.3	Этап практического решения проблемы	Овладение действиями, способами решения проблемной ситуации	<p>Остановка 2 «Площадь друзей» Воспитатель: Посмотрите, нам кто-то оставил шкатулку. Я, кажется, догадалась, что здесь. А вы узнаете, если отгадаете загадку. Это темный, темный дом. Сто сестричек живет в нем, И любая из сестер Может вспыхнуть, как костер, Славные сестрички – тоненькие ... (спички) Воспитатель: Как вы думаете, огонь приносит пользу или вред человеку? <i>Польза:</i> согреться, приготовить еду, зажечь свечи на праздничном торте, зажечь свечку, если потух свет и т.д. <i>Вред:</i> от неосторожного обращения с огнем случаются пожары, могут погибнуть люди, животные, разрушаются дома, гибнут леса и т.д. Дидактическая игра «Что опасно, что нет» На интерактивной доске изображены разные ведерки: в синее нужно положить – предметы, игры с которыми не могут стать причиной</p>	<p>Вопросы к детям</p> <p>Повторение техники безопасности при работе с интерактивной доской</p> <p>Гимнастика для глаз</p> <p>Динамическая пауза</p>	<p>Ответы детей</p> <p>Принимают активное участие в игре</p>	<p>У детей будет вызван положительный эмоциональный настрой на предстоящую деятельность</p>

			<p>пожара, опасности (машинка, книга, карандаш, мяч и т.д.); в красную – опасные предметы (спички, ножницы, игла, зеркальце и т.д.)</p> <p>Гимнастика для глаз. Динамическая пауза. Словесная игра «Скажи и покажи» Как живешь? Вот так! Как плывешь? Вот так! Как идешь? Вот так! Вдаль глядишь? Вот так! Машешь вслед? Вот так! Как шалишь? Вот так! <i>Дети садятся в автобус.</i></p> <p>Воспитатель: Едем, едем по дороге, Остановка впереди, Подъезжаем, выходи!</p> <p>Остановка 3. «Мастерская знаков» Дети выбирают предметные картинки и наклеивают их в «знаки» красного или синего цвета, объясняют свои действия. <i>Дети садятся в автобус.</i></p> <p>Воспитатель: Едем, едем по дороге, Остановка впереди, Подъезжаем, выходи!</p> <p>Остановка 4. Улица Школьная «Детский сад»</p>			
3.	Заключительный этап	Подведение итогов, обобщение полученного опыта, формирование элементарных навыков самооценки	Что мы делали в начале занятия? Что потом? Что узнали нового? Что было легко для вас, что было сложно?	Рефлексия Вопросы к детям	(Ответы детей)	У детей будут сформированы представления об органах и частях тела

Буклет для родителей «Доводы в пользу здоровой пищи» с целью педагогического просвещения

Пример дневного меню для ребёнка 4–6 лет		
Прием пищи, наименование блюд	Вес готовой порции, г	
Завтрак		
1 Каша овсяная молочная со сливочным маслом	200 + 5	
2 Творожная запеканка	70	
3 Чай с молоком	180	
Второй завтрак		
1 Свежие фрукты	100	
Обед		
1 Суп овощной со сметаной	250 + 5	
2 Котлеты мясные паровые	90	
3 Вермишель отварная	130	
4 Салат из свёклы и зелёного горошка с растительным маслом	50 + 5	
5 Компот из свежих яблок	150	
Полдник		
1 Молоко (2,5% или 3,2% жирности)	200	
2 Булочка сдобная	50	
Ужин		
1 Рыба отварная	80	
2 Пюре картофельное	160 + 3	
3 Овощной салат из капусты, моркови и яблок с растительным маслом	60 + 5	
4 Чай с сахаром	180	
Перед сном		
1 Кефир (2,5% или 3,2% жирности)	180	
На весь день		
1 Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	110	

Доводы в пользу здоровой пищи

- Только в молоке есть кальций, необходимый твоим косточкам. Он поможет тебе вырасти и стать хорошим спортсменом.
- В рыбе много йода и полиненасыщенных жирных кислот, необходимых для работы твоего мозга. Став умным, ты сможешь получить интересную работу.
- Овощи и фрукты содержат витамин С, который укрепляет твой иммунитет и не дает тебе болеть.
- Каша содержит клетчатку, которая, как дворник, очищает твой организм, а чистота — это сила и здоровье.



ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

УЗНАЙ БОЛЬШЕ
КАК БЫТЬ ЗДОРОВЫМ
www.takzdorovo.ru
8 800 200 0 200
Дать шанс здоровью!
Можешь только ты!



МОЖЕШЬ ТОЛЬКО ТЫ!
ДАТЬ ШАНС ЗДОРОВЬЮ!

- Здоровое питание является залогом здоровья ребёнка.

Предлагая ребёнку сбалансированное меню, богатое всеми необходимыми для роста ребёнка пищевыми веществами, включая витамины и минералы, Вы заботитесь не только о его здоровье сейчас, но и закладываете основу здорового образа жизни в будущем.

Сколько и каких продуктов необходимо

- Потребность физически здорового активного ребёнка дошкольного возраста в энергии составляет 1500 –1700 ккал. Это по 60 г белков и жиров, 250 г углеводов в день. Не забывайте, что клетчатка, содержащаяся в злаках, овощах и фруктах, также необходима дошкольнику.
- Вы должны помнить о том, что часть своих потребностей в пищевых веществах ребёнок должен удовлетворять за счёт молока и кисломолочных продуктов: они не только содержат полезные белки, жиры и витамины, но и являются важнейшими источниками кальция.
- Обилие в рационе овощей и фруктов — также необходимое условие здорового роста. Только свежие плоды могут обеспечить бесперебойное поступление в организм витамина С, многих минералов и разнообразных биологически активных соединений, обеспечивающих здоровье.

Детский сад: потеря контроля

- В России многие мамы по достижении ребёнком

Здоровое питание с детства

3–4-летнего возраста возвращаются на работу, а значит, не могут присматривать за ним в дневное время. Малыш отправляется в детский сад, где его меню составляется независимо от желания родителей.

- Не стоит расстраиваться, в детских садах меню соответствует современным пищевым стандартам. Дети же постоянно двигаются, поэтому у них неплохой аппетит. Возможность принимать пищу в коллективе также подстёгивает аппетит ребёнка.

- Забирая ребёнка из садика, поговорите с воспитателем, узнайте, как кушает Ваш ребёнок. Установите контакт и с самим ребёнком — пусть он каждый день рассказывает Вам, чем кормили в садике. Это позволит Вам корректировать его ежедневный рацион, добавляя по мере необходимости свежие овощи и фрукты, молочные и другие продукты.

Вредное влияние рекламы и окружения

Кроме потери контроля за меню ребёнка, посещение детского сада таит в себе ещё одну опасность — негативное влияние окружения на пищевые привычки ребёнка. Другие дети могут приносить в группу ненужные для здоровья лакомства, такие как сладости, газировку или чипсы, и угощать ими Вашего ребёнка.

- Примерно в этом же возрасте ребёнок начинает воспринимать телевизионную рекламу и поддаваться её влиянию. И если раньше имелась возможность оградить ребёнка от появления в его рационе этих вкусных и калорийных, но нездоровых перекусов, то теперь это становится всё труднее.

Правильное питание на личном примере

- Единственный выход из ситуации — бороться с негативным влиянием на здоровье ребёнка агрессивных пищевых продуктов дома. Вы должны показывать ребёнку пример. Пусть Ваш рацион будет составлен в основном из полезных продуктов: паровых или тушёных овощей и мяса, рыбы, супов, свежих овощей и фруктов, молочных продуктов и круп.
- Не забывайте, что в этом возрасте главным авторитетом для ребёнка являются родители. Малыш постоянно открыт к восприятию новой информации, поэтому чаще рассказывайте ему о здоровом питании, упирая на бонусы, которые оно ему принесёт: высокий рост, интеллект, спортивные достижения. Пробуйте готовить вместе несложные, но полезные блюда (например, овощные и фруктовые салаты).