

Консультация: «Детское экспериментирование как средство формирования привычки к здоровому образу жизни»

**Подготовила:
Мищанюк Н.Н.**

Фундамент активного здорового долголетия закладывается в период дошкольного возраста. Поэтому растет необходимость в разнообразии средств физического воспитания, пропаганды здорового образа жизни. Большое значение приобретает приобщение детей дошкольного возраста к осмысленному желанию заняться здоровым образом жизни.

Но, к сожалению, в нашем обществе в настоящее время происходит снижение здоровья подрастающего поколения, поэтому потребность в формировании у детей представлений о здоровом образе жизни возрастает.

Проведенные учеными исследования показывают: ребенок познает объект в ходе практической деятельности с ним; осуществляемые ребенком практические действия выполняют познавательную ориентировочно исследовательскую функцию, создавая условия, в которых раскрывается содержание данного объекта.

Поэтому в процессе образовательной деятельности ставлю следующие задачи:

- Овладение навыками самооздоровления посредством экспериментирования.
- Формирование мотиваций на здоровый образ жизни и соблюдение основных принципов жизнеобеспечения.
- Осознание детьми понятия «здоровья» и влияния образа жизни на состояние здоровья.
- Осуществление познавательного развития детей в процессе экспериментальной деятельности.
- Формирование знаний из области анатомии, физиологии и гигиены человека.
- Развитие наблюдательности, умения описывать, делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи в процессе экспериментальной деятельности.
- Воспитание стремления детей к самостоятельному добыванию знаний.
- Привитие навыков гигиены, оказания первой медицинской помощи, развитие умения предвидеть возможные опасные для жизни последствия своих поступков для себя и своих сверстников.

Решение этих задач организую на занятиях по ознакомлению детей с человеческим организмом при помощи дидактических игр, самомассажа, водных процедур, специальных оздоровительных игр, при работе с природным материалом, с помощью музыкальной терапии, закаливающих мероприятий, в работе с родителями, со специалистами.

Основой моей работы считаю исследования Н.Н. Подьякова, которые в качестве основного вида ориентировочно-исследовательской (поисковой) деятельности детей выделяет деятельность экспериментирования и имеет два основных вида поисковой деятельности дошкольников:

- Первый характеризуется тем, что активность в процессе деятельности полностью исходит от самого ребенка. Он выступает как её полноценный субъект, самостоятельно строящий свою деятельность: ставит её цели, ищет пути и способы их достижений. В этом случае ребенок в деятельности экспериментирования удовлетворяет свои потребности свои интересы, свою волю.
- Второй вид организуется взрослым, который выделяет существенные элементы ситуаций, обучает ребенка определенному алгоритму действий. Таким образом, ребенок получает результаты, которые были заранее определены взрослым.

В своей работе я ориентируюсь на становление мотивационной сферы гигиенического поведения ребенка, реализацию усвоенных ребенком знаний и представлений в его реальном поведении. Я считаю, что ребенок, изучая себя, особенности своего организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать свое здоровье.

Я организую экспериментальную деятельность и предлагаю интересные задания для детей, побуждаю их к творческому поиску, ведь детское экспериментирование располагает большими возможностями для формирования доказательной речи у старших дошкольников. Оно позволяет наглядно проследить зависимости разного рода, установить логические связи, выделить существенные признаки, свойства объектов, учит детей делать выводы. Это позволяет подготовить детей к школе способных к творческому решению задач, проблем, способных к смелым высказываниям, предположениям, поиску путей решения выхода из сложных ситуаций.

Наглядные иллюстрации и опыты, которые я использую в образовательной деятельности, помогают формировать представления о строении человека, объяснить дошкольникам понятие о том, что такое кровь, как она течет в человеке, для чего нужны легкие, куда поступает пища, почему можно себя плохо чувствовать и т.д. Добытые в процессе экспериментальной деятельности знания, дети применяют в повседневной жизни.

Теме строения организма человека отдано много внимания. Дети посредством опытов и экспериментов изучают свой организм, через приключения любимых героев узнают все новые и новые факты. Например, для того чтобы обозначить воздух, вдыхаемый человеком, потребуются хитрость. Для этого надо дуть через соломинку на воду в стакане. Увиденные пузырьки наглядно показывают, как происходит процесс вдоха-выдоха.

Особой темой для изучения стала проблема с самочувствием. В процессе образовательной деятельности дети узнают, почему при болезни или травме нужно обращаться к врачу или ехать в больницу, почему во время заболевания притупляется чувство голода, и слабо работают вкусовые рецепторы. Полученные знания дети закрепляют в сюжетно – ролевых играх «Больница», «На приёме у врача», «Скорая помощь». Педагог подает идею, а дети подхватывают ее, «доразворачивают» до события.

Работа с детьми по формированию привычек к здоровому образу жизни строится в направлении лично ориентированного взаимодействия с ребенком,

делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей, побуждает их к творческому отношению при выполнении заданий; занятия содержат познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями (тренинг, оздоровительные минутки – упражнения для глаз, для осанки, дыхательные упражнения и др.), необходимыми для развития навыков ребенка.

В процессе экспериментирования дошкольник получает возможность удовлетворить присущую ему любознательность, почувствовать себя ученым, исследователем, первооткрывателем. При этом взрослый не учитель-наставник, а равноправный партнер, соучастник деятельности, что позволяет ребенку проявлять собственную исследовательскую деятельность.

В заключении хочу сказать, что детское экспериментирование влияет:

- на формирование позитивного самосознания у детей, ценностного отношения к собственной жизни и жизни другого человека, на развитие свободной, здоровой личности, обладающей мышлением, чувством собственного достоинства и уважения к людям, на воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- формированию знаний о человеческом организме соответствуют развитию интеллектуальных возможностей детей, конкретности их мышления, опоре при изучении нового на наглядность, чувства, ощущения;
- воспитанию интереса у детей к здоровому образу жизни, от решения которой зависит всестороннее гармоничное развитие ребенка.