

## ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УЧРЕЖДЕНИИ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**Введение.** Воспитание здорового ребёнка, полноценное развитие его организма — одна из основных проблем в современном обществе. Усилия медиков при непрерывном росте общего уровня заболеваемости среди дошкольников, в основном, направлены на лечение заболеваний, деятельность же педагогических работников редко включает методы работы с детьми по формированию у них представлений о здоровом образе жизни. Как считает Л. Н. Волошина, для воспитания здорового ребёнка, формирования здорового образа жизни дошкольники являются наиболее перспективной возрастной категорией [1, с. 5].

Здоровый образ жизни — это не только набор знаний, но и стиль жизни и правильное поведение в различных ситуациях. Это соответствующее поведение в различных ситуациях. Основой является собственное стремление ребенка к здоровью,

Признавая здоровье основой развития личности ребёнка, следует правильно определить место и роль физической культуры в учреждениях дошкольного образования и семье. Необходимо осознать, что истинность физического воспитания определяется тем, насколько органично оно вплетается в общий образовательный процесс, обеспечивающий физическое, психическое и социальное благополучие ребёнка [2, с. 3].

Основной задачей по формированию и закреплению знаний о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста является формирование осознанного отношения к здоровью, личной и общественной безопасности во время пребывания в учреждениях дошкольного образования и на занятиях по физической культуре.

**Основная часть.** К старшей дошкольной возрастной группе относятся дети в возрасте 5—7 лет. Данный возраст представляет особенную значимость в индивидуальном развитии ребёнка. Ведь именно в этом возрасте закладывается физическое развитие, здоровье, здоровый образ жизни.

Основной целью в учреждении дошкольного образования на занятиях по физической культуре для детей старшего дошкольного возраста является укрепление здоровья, обогащение и накопление двигательного опыта, формирование основ здорового образа жизни, воспитание физической культуры личности [3].

Содержание и задачи образования детей старшего дошкольного возраста многогранны. Особое место занимают вопросы сохранения здоровья детей, здорового образа жизни и физического воспитания.

Формирование элементарных представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста основывается на понимании взаимосвязи здоровья и образа жизни с целью формирования поведения, адаптированного к социальным и природным условиям окружающей среды, для сохранения и укрепления здоровья, достижения психологического комфорта и комплексного развития потенциала личности [4, с. 12].

У детей старшего дошкольного возраста имеются все условия для устойчивого формирования представлений о здоровом образе жизни:

- в этом возрасте активно развиваются психические процессы, повышается самооценка и чувство ответственности;
- наблюдаются положительные изменения в физическом и функциональном развитии: дети умеют сохранять и демонстрировать правильную осанку;
- они способны самостоятельно выполнять домашние задания, обладают навыками самообслуживания и проявляют волевые усилия для достижения целей в игре и физической активности.

Физиологическое состояние детей старшего дошкольного возраста существенно влияет на психоэмоциональное состояние, которое, в свою очередь, зависит от их душевного настроения. В связи с этим ученые выделяют несколько ключевых аспектов здорового образа жизни детей старшего дошкольного возраста:

- эмоциональное здоровье: психологическая гигиена и умение управлять эмоциями;
- интеллектуальное благополучие: способность усваивать и использовать новую информацию, чтобы эффективно действовать в меняющихся условиях;
- психическое благополучие: способность ставить перед собой значимые и конструктивные жизненные цели и стремиться к их достижению; оптимистичный настрой.

В старшем дошкольном возрасте отношение к здоровью претерпевает значительные изменения благодаря накоплению личного опыта. При определённом обучении дети начинают связывать понятие «здоровье» с соблюдением гигиенических норм. Во второй половине дошкольного периода они начинают ассоциировать физическое воспитание с укреплением здоровья и, также как взрослые, ставят его на первое место в своём понимании физического компонента. Тем не менее, несмотря на имеющиеся представления о здоровье и способах его сохранения, общее отношение детей старшего дошкольного возраста к этому вопросу остаётся

довольно негативным. Это связано с тем, что дети не обладают достаточными знаниями о том, как сохранить здоровье, и не осознают опасности нездорового поведения в контексте поддержания здоровья.

Важнейшим условием работы будет поддержание интереса ребёнка к ЗОЖ через игру и интересную для него деятельность без принуждения. Поэтому задача педагогического работника — подобрать эффективные методы и приёмы, которые позволят в доступной форме преподнести детям знания о здоровье, необходимые для осознания важности ежедневных физических упражнений, правильного питания, воспитания культурно-гигиенических навыков, закаливание. Воспитатель несёт персональную ответственность за воспитание правильной осанки дошкольников, поэтому он должен иметь необходимые знания и практические умения [5, с. 4].

Детский возраст — это время интенсивного формирования и роста тела, формирования здорового образа жизни, развития функций всех систем организма и психики, раскрытия способностей становления личности. Вместе с тем, это благоприятный период для положительного воздействия на развитие детей средствами физической культуры. Именно в детском возрасте имеются все условия для всестороннего, гармоничного физического развития, образования, воспитания и оздоровления [5, с. 12].

**Заключение.** Таким образом, здоровый образ жизни в учреждении дошкольного образования способствует формированию здоровья, включая соблюдение правил личной гигиены, режим дня и организацию рационального питания. Занятия физической культурой усиливают компенсаторные возможности организма, повышают его устойчивость и формируют представления о здоровом образе жизни.

Эффективное формирование основ здорового образа жизни у старших дошкольников достигается благодаря следующим педагогическим условиям: организации и разнообразию видов деятельности (игры, эксперименты, познавательные занятия, общение), насыщенных информацией о принципах здорового образа жизни, что способствует формированию положительного эмоционального отношения к этому процессу; расширению предметно-пространственной среды, позволяющей детям осваивать способы ведения здорового образа жизни; а также налаживанию сотрудничества между учреждением дошкольного образования и семьёй, основанного на едином воспитательном подходе.

#### Список цитируемых источников

1. *Волошина, Л. Н.* Представления современного ребёнка-дошкольника о здоровье и здоровом образе жизни / Л. Н. Волошина, Л. П. Кудаланова // *Фундаментальные исследования*. — 2012. — № 32. — С. 269—272.
2. *Шишкина, В. А.* Методика физического воспитания : учеб. пособие / В. А. Шишкина, М. Н. Дедулевич. — Минск : Литература і Мастацтва, 2011. — 176 с.
3. *Новикова, И. М.* Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5—7 лет / И. М. Новикова. — Москва : МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. — 96 с.
4. *Боковец, Ю. А.* Воспитание правильной осанки у детей дошкольного возраста : пособие для педагогов, руководителей учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / Ю. В. Боковец. — Мозырь : Белый Ветер, 2005. — 102 с.
5. *Глазырина Л. Д.* Физическая культура — дошкольникам: программа и программные требования / Л. Д. Глазырина. — М. : ВЛАДОС, 1999. — 365 с.

УДК 373

**В. С. Курлович**

*Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь*

*Научный руководитель  
Н. Ф. Захарченя*

## ФОРМИРОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ОТКЛИКА ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ХАРАКТЕР ХУДОЖЕСТВЕННЫХ ОБРАЗОВ

**Введение.** У детей дошкольного возраста происходит интенсивное физиологическое и психологическое развитие. Тело ребёнка претерпевает множество изменений: развиваются и увеличиваются в размерах внутренние органы, увеличивается мышечная масса, усложняется и развивается структура и функционирование головного и спинного мозга. Происходит развитие зрительной, слуховой и кожно-двигательной чувствительности. Все эти процессы влияют на психическое, личностное, эмоциональное развитие ребёнка.

В дошкольном возрасте эмоции господствуют над всеми сторонами жизни ребенка. Через проживание разного рода эмоций дошкольники воспринимают действительность и реагируют на неё. Изменения, происходящие в эмоциональной сфере детей дошкольного возраста, связаны с расширением видов их деятельности, а также с усложнением его отношений с окружающими.

**Основная часть.** В дошкольном возрасте эмоции играют большую роль в жизни ребёнка. Так, Т.А. Данилина говорит о том, что в этот возрастной период эмоциональные реакции носят импульсивный и непосредственный характер. В раннем возрасте эмоции более выражены, чем в дошкольном детстве. Это связано