

# **ФОРМИРОВАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ.**

Курсовая работа  
слушателя 2 года обучения  
группы 161  
Максимовой Ирины Фёдоровны

## Цель исследования:

- установить основные условия и факторы здорового образа жизни для детей дошкольного возраста с ОНР и разработать программу по его формированию.

# Задачи исследования:

- оценить значимость здорового образа жизни для здоровья детей старшего дошкольного возраста с ОНР по литературным данным;
- выделить особенности формирования здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста с ОНР по данным литературы;
- определить компетентность детей старшего дошкольного возраста с ОНР в области здорового образа жизни;
- разработать программу формирования здорового образа жизни у детей с ОНР старшего дошкольного возраста в учреждении дошкольного образования.

## **Объект исследования:**

- образ жизни детей с ОНР старшего дошкольного возраста.

## **Предмет исследования:**

- процесс формирования здорового образа жизни у детей с ОНР старшего дошкольного возраста.

## Гипотеза исследования:

- правильное формирование здорового образа жизни у детей с ОНР старшего дошкольного возраста способствует укреплению здоровья, улучшению деятельности внутренних органов и систем, пополнению знаний и умений, хорошим привычек.

# Сущность понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни»

- Понятие «здоровье» отражает качество приспособления организма к условиям внешней среды и представляет итог процесса взаимодействия человека и среды обитания: само состояние здоровья формируется в результате взаимодействия внешних (природных и социальных) и внутренних (духовность, наследственность, пол, возраст) факторов.
- Эффективность воспитания и обучения детей зависит от здоровья. Здоровье – важный фактор работоспособности и гармонического развития детского организма
- Здоровый образ жизни – это активная деятельность людей, направленная, в первую очередь, на сохранение и улучшение здоровья. При этом должно учитываться то, что образ жизни человека и семьи не складывается сам по себе в зависимости от обстоятельств, а формируется в течение жизни целенаправленно и постоянно. Формирование здорового образа жизни является главным рычагом первичной профилактики в укреплении здоровья населения через изменения стиля и уклада жизни, его оздоровление с использованием гигиенических знаний в борьбе с вредными привычками, преодолением неблагоприятных сторон, связанных с жизненными ситуациями.

# Основные компоненты здорового образа жизни детей с ОНР

## включают в себя:

- – Рациональный режим.
- – Правильное питание.
- – Рациональная двигательная активность.
- – Закаливание организма.
- – Сохранение стабильного психоэмоционального состояния

# Методы формирования ЗОЖ у детей старшего дошкольного возраста с ОНР

- На первом этапе была проведена диагностика уровня сформированности здорового образа жизни у дошкольников с ОНР. Для этого нами была разработана анкета, состоящая из 2х частей.

Нами были выделены следующие основные критерии культуры ЗОЖ: анатомические знания; проявление интереса к гигиеническим процедурам; знание понятия «режим дня»; наличие интереса к занятиям оздоровительного характера; осознание необходимости следить за собственным здоровьем; сформированность представлений о вредных привычках.

- На втором этапе исследования была разработана и реализована программа формирования здорового образа жизни у старших дошкольников с ОНР в ДОУ.

Для достижения положительной динамики в процессе формирования основ здорового образа жизни дошкольников с ОНР работа проводилась систематически ежедневно, как и предусмотрено в программе.

- На третьем этапе эксперимента по истечении трех месяцев реализации программы была проведена повторная диагностика уровня сформированности здорового образа жизни у дошкольников с ОНР, которое составило контрольный этап исследования. Затем осуществлялось сравнение показателей констатирующего и контрольного экспериментов.



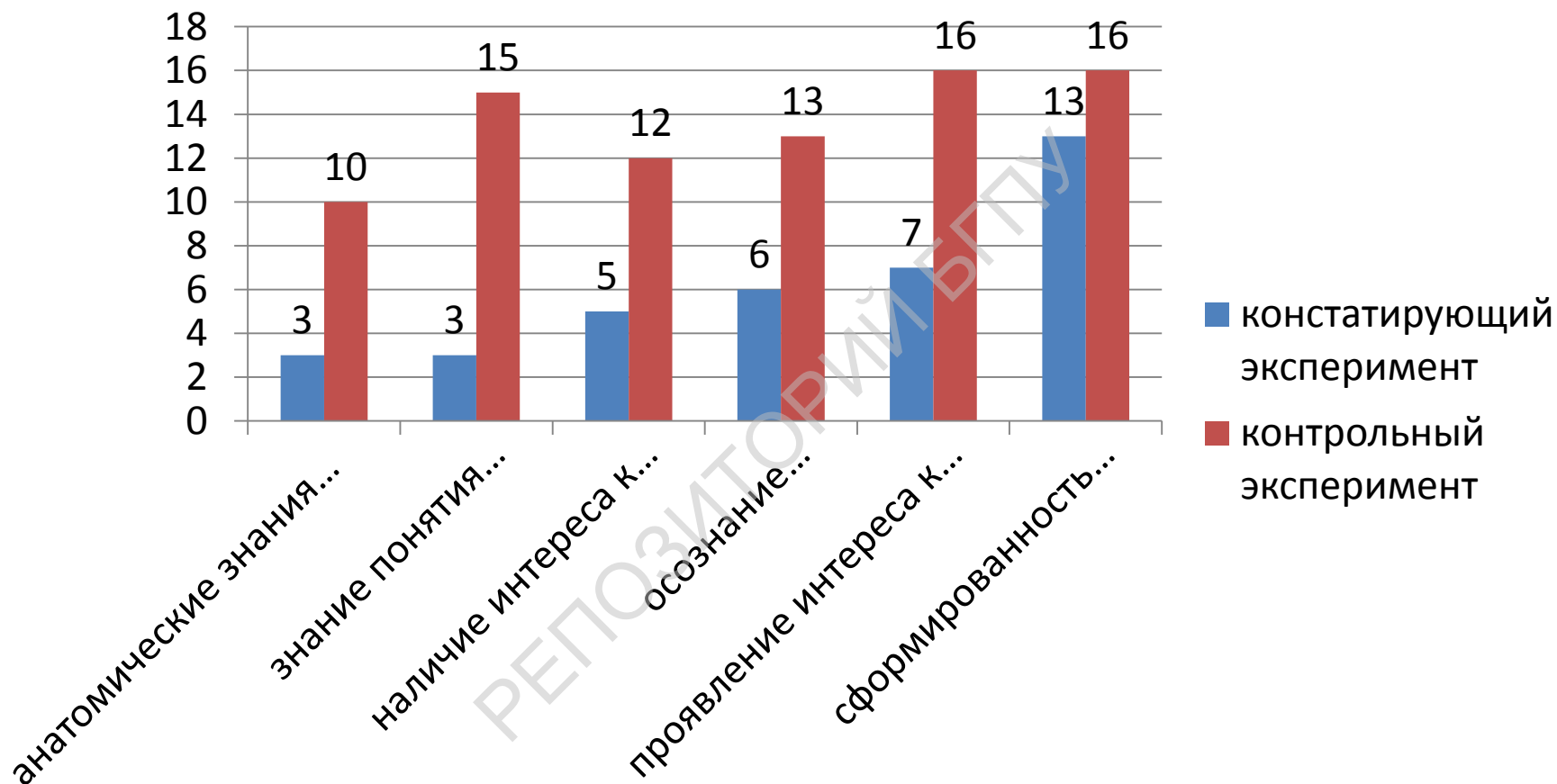
# Таблица 2.1. – Сформированность культуры ЗОЖ старших дошкольников с ОНР в начале исследования

Критерии культуры ЗОЖ	Кол-во детей
атомические знания в области сохранения и укрепления здоровья	3
знание понятия «режим дня»	3
наличие интереса к занятиям оздоровительного характера	5
осознание необходимости следить за собственным здоровьем	6
проявление интереса к гигиеническим процедурам	7
сформированность представлений о вредных привычках	13

# Таблица 2.2 – Сформированности культуры ЗОЖ старших дошкольников после применения программы (контрольный эксперимент)

Критерии культуры ЗОЖ	Кол-во детей
анатомические знания сохранения и укрепления здоровья	10
знание понятия «режим дня»	15
наличие интереса к занятиям оздоровительного характера	12
осознание необходимости следить за собственным здоровьем	13
проявление интереса к гигиеническим процедурам	16
сформированность представлений о вредных привычках	16

# Сравнение показателей констатирующего и контрольного экспериментов.



# ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основы здорового образа жизни у дошкольников с ОНР определяются наличием знаний и представлений об элементах здорового образа жизни (соблюдение режима, гигиенических процедур, двигательной активности), эмоционально-положительным отношением к данным элементам и умением реализовывать их в поведении и деятельности доступными для ребенка способами (чистить зубы, мыть руки, делать зарядку).

В первой главе работы мы рассмотрели теоретические аспекты формирования здорового образа жизни у детей с ОНР старшего дошкольного возраста.

Во второй главе исследования мы провели экспериментальное исследование, в котором выделили основные критерии здорового образа жизни у детей с ОНР.

Экспериментальная работа включала в себя три этапа: констатирующий, формирующий, контрольный эксперименты.

Анализ данных, представленных в таблице 2.2 показывает, что в результате занятий дошкольников по программе в течение трех месяцев уровень знаний по выделенным нами основным критериям культуры ЗОЖ повысился : анатомические знания и практические умения и навыки сохранения и укрепления здоровья – 62,5%, знание понятия «режим дня» – 93,7%, наличие интереса к занятиям оздоровительного характера – 75%, осознание необходимости следить за собственным здоровьем – 81,8%, проявление интереса к гигиеническим процедурам – 100%, сформированность представлений о вредных привычек – 100%.

После повторного исследования уровня сформированности здорового образа жизни дошкольников с ОНР и анализа полученных результатов мы можем сделать вывод о важности работы дошкольного образовательного учреждения в формировании здорового образа жизни старших дошкольников с ОНР, при условии систематической целенаправленной коррекционно-развивающей работы.

Таким образом, наша цель достигнута, поставленные задачи выполнены, гипотеза подтвердилась.

Спасибо за внимание.

РЕПОЗИТОРИЙ БГМУ