**Мониторинг сформированности культуры здоровья и безопасного образа жизни дошкольников. Диагностические материалы по ЗОЖ**

**Методика «Что я знаю о своем организме» (автор С.Е.Шукшина)**

Цель: выявить уровень знаний о человеческом организме у детей старшего дошкольного возраста.

Вопросы детям:

1. Что ты знаешь о строении своего тела? Из чего оно состоит?

2. Представь себе, что у тебя есть волшебная подзорная труба, которую можно приставить к животику и посмотреть, что там находится. Что ты там увидишь?

3. Нужно ли помогать своему организму? Чем и как ты ему помогаешь?

4. Полезна ли нам боль? Боль помогает людям жить или мешает? Что было бы с человеком, если бы он не чув­ствовал боли?

5. Какая твердая, прочная конструкция находится внутри твоего тела и защищает твой организм от повреждений?

6. Если предположить, что скелет «убежал» из твоего тела, не оставив ни одной косточки, то:

а) твое тело осталось бы прежним или стало другим?

б) ты бы смог жить без скелета? Почему?

7. Какие «силачи» находятся в твоем теле и заставляют двигаться твой скелет?

8.Что могут делать мышцы?

9.Какой неутомимый мастер стучит у тебя внутри?

10.Для чего человеку необходимо сердце?

11. Для чего человеческому организму нужна кровь?

12.В каком состоянии находится кровь человека: в неподвижном состоянии или в постоянном движении:

а) когда ты ходишь, бегаешь?

б) когда ты сидишь?

в) когда ты лежишь (спишь)?

13.Что заставляет кровь постоянно двигаться? Зачем мы дышим?
14. Куда попадает воздух после того, как ты вдохнул его носом?

15. Для чего мы должны питаться?

16. Куда попадает пища и что с ней происходит после того, как ты взял ее в рот?

17. Покажи, где находится головной мозг.

18. Для чего нам нужен мозг, как он помогает челове­ку?

19.Как устроены все люди? Одинаково или каждый по­-разному (по-своему)?
20. Кто такие - инвалиды? Как и чем мы им можем помочь?

21. Почему люди болеют?

22. Что ты должен делать, как себя вести, чтобы:

а) быть здоровым и никогда не болеть?

б) не причинять боли другим людям, не стать причиной их болезни?

**Методика «Неоконченные предложения»,**

**«Картина моего здоровья» ( рисунок) (автор В.А.Деркунская)**

Цель: изучить особенности ценностного отношения детей старшего дошкольного возраста к своему здоровью и здоровью человека, здоровому образу жизни.

Воспитатель приглашает ребенка поиграть. Он начинает предложение, а дошкольник его заканчивает первой пришедшей в голову мыслью.

Здоровый человек — это...

Мое здоровье...

Иногда я болею, потому что...

Когда я болею, мне помогают...

Когда у человека что-то болит, он...

Я хочу, чтобы я всегда был здоров, потому что...

Когда я думаю о здоровье, то представляю себе...

Когда я думаю о своем здоровье, то мне хочется...

Если бы у меня была волшебная палочка здоровья, я бы загадал...

Когда я попадаю в опасную для здоровья ситуацию, то...

Когда мои друзья болеют, то я...

Когда мы с мамой идем к врачу, то я думаю...

Между предложениями можно сделать паузу, перерыв, если ребенок устанет или начнет отвлекаться.

Результаты оформляются в таблицу.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Направленность отношения | № предложений | Детские суждения (комментарии) |
| 1.  |  Отношению к здоровью |  |  |
| 2.  |  Отношение к своему здоровью |  |  |
| 3.  |  Отношение к болезни |  |  |
| 4.  |  Отношение к опасным для здоровья ситуациям |  |  |
| 5.  |  Направленность желаний о здоровье |  |  |

*Обработка результатов:* в последнюю графу таблицы записываются реакции ребенка, его ассоциации и мысли, которые он излагает, продолжая предложение. По характеру ответов вы сделаете вывод об особенностях отношения ребенка к здоровью, его понимания и интерпретации. Обратите внимание на эмоциональность детских высказываний, этот параметр также является своего рода показателем отношения к здоровью, переживаний, связанных с ним.

Обработка результатов требует индивидуального подхода, учета жизненного опыта ребенка, его личностных особенностей и возможностей.

**Методика «Здоровье и болезнь» (авторы О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов)**

Рисуночная методика направлена на выявление у детей старшего дошкольного возраста степени сформированности представлений о здоровье и болезни, характера их эмоционального отношения к проблемам здоровья.

Цель: определить степень сформированности представлений о здоровье и характер эмоционального отношения к проблемам здоровья.

Материалы: чистый лист бумаги А-4, набор 7-10 цветных карандашей или набор красок.

Инструкция: «На одном листе, разделив его на две части, нарисуй «здоровье» и «болезнь», как ты их себе представляешь».

Основные требование к проведению тестирования: не уточнять и не детализировать данную инструкцию для детей, используя формулировку «Рисуй, как умеешь и как думаешь сам(а)»; не проявлять своего отношения к здоровью и болезни, чтобы не оказать влияние на процесс деятельности детей; не оказывать помощь детям при разделении листа на две части, которые могут быть неравные.

Основные показатели.

Степень детализации изображения (какая часть рисунка детализирована и прорисована более тщательно). Указывает на уровень дифференцированности и сложности представлений о здоровье и болезни, а также на степень их общей эмоциональной значимости для ребёнка.

Сюжетность и динамика рисунка (статическое изображение или развёрнутое изображение каких-либо действий). Выявляет активную или пассивную позицию по отношению к здоровью и болезни.

Богатство цветовой гаммы, предпочтение отдельных цветов. Позволяет определить характер эмоционального отношения к проблемам здоровья.

Оригинальность (специфичность) изображения, использование особой символики. Позволяет выявить степень влияния устойчивых представлений о здоровье на восприятие ребёнка, которое может выражаться как в стериотипизацию изображения («красный крест»), так и в оригинальном символическом творчестве («аллегорические изображения», например, женская фигура с атрибутами целительства).

**Система оценки детских рисунков**

Изображения «Здоровья» и «Болезни» оцениваются отдельно.

Высокий уровень представлений: четкая детализация и прорисованность изображений. Рисунок яркий, объёмный, сюжетный, оригинальный.

Средний уровень представлений: рисунки лишь частично детализированы, в изображении используется небольшое богатство цветовой палитры (два-три цвета). Сюжет и динамика рисунка не раскрыты, наблюдается отсутствие символики.

Низкий уровень представлений: уровень детализации рисунков низкий, сюжет отсутствует. В основном используется один цвет.

**Диагностические задания «Наши привычки» (автор О.В.Дыбина)**

Цель: выявить умение детей оценивать социальные привычки, связанные со здоровьем, потреблением и окружающей средой.

**Исследование включает 5 серий заданий:**

**1 серия «Назови знак»:**

Материал:5 природоохранных знаков.

Инструкция: ребенку показывают любой знак и просят «Назови этот знак и объясни, о чем он говорит»

**2 серия «Звуковые сигналы»:**

Материал: 5 картинок с изображение предметов, которые при необходимости могут издавать звуковые сигналы: будильник, чайник, телефон, поезд, машина со специальными сигналами).

Инструкция: ребенка просят рассмотреть картинки и задают вопрос «Скажи, о чем предупреждают и сообщают звуковые сигналы этих предметов и машин? Какие привычки могут быть связаны с ними?»

**3 серия «Что полезно и что вредно для кожи»:**

Материал: 5 карточек – трава, осколки стекла, панамка, булавка, спички.

Инструкция: ребенку предлагается рассмотреть эти предметы. «Расскажи, какую пользу или какой вред могут принести коже изображенные предметы?»

**4 серия «Что мы вдыхаем»:**

Материал: 5 картинок: выхлопной газ, табачный дым, лакокрасочные вещества, заводские трубы, непроветренное помещение.

Инструкция: ребенку дают следующую инструкцию: «Объясни, какое влияние на человека оказывает каждое изображенное явление?».

**5 серия «Полезные продукты»:**

Материал: таблица с полезными и вредными продуктами.

Инструкция: ребенку дают следующую инструкцию: «Отметь красной фишкой полезные для здоровья продукты».

За каждый правильный ответ или действие ребенок получает ( +.)

**Результаты исследований:**

3 балла:

Ребенок самостоятельно без помощи взрослого набрал 20-25 плюсов за правильные ответы и действия по всем сериям заданий.

2 балла:

Ребенок при незначительной помощи взрослого получил 14-19 плюсов за правильные ответы и действия по всем сериям заданий.

1 балл:

Ребенок даже при значительной помощи взрослого набирает не более 13 плюсов.

Результаты заносятся в протокол.

**Диагностический метод - индивидуальная беседа с ребенком**

Цель опросника - изучить особенности мотивации здорового образа жизни старших дошкольников, особенности представлений детей старшего дошкольного возраста о здоровье, знаний об умениях и навыков, поддерживающих, укрепляющих и сохраняющих его по направлениям (разделам): «Здоровый человек», «Знания о человеческом организме», «Ребенок в безопасном мире», «Я и другие люди».

Ведущий диагностический метод - индивидуальная беседа с ребенком. Учитывая, что большинство вопросов беседы требует от воспитанника развернутых ответов, обдуманных решений, заложенных в некоторых вопросах проблемных ситуаций, воспроизведения дошкольником своего жизненного опыта, диагностика проводится по разделам, в течение нескольких дней.

**«Здоровый человек»**

Цель - изучить особенности отношения ребенка к здоровью и мотивации здорового образа жизни, особенности знаний детей о здоровье человека.

Вопросы для собеседования:

1.Скажи, пожалуйста, как ты понимаешь выражение «здоровый человек»? Кого мы называем здоровым? У нас в группе есть такие дети?

2.Как, по-твоему, быть здоровым - это хорошо или плохо? Почему?

3. А ты заботишься о своем здоровье? Расскажи, пожалуйста, как ты это делаешь.

4. Какие советы ты мне дашь, чтобы не заболеть?

5. Знаешь ли ты, что такое микробы? А как защититься от них?

6. Как ты думаешь, опасно ли быть неряхой и грязнулей? Что может случиться с таким ребенком?

7. Ты считаешь себя здоровым ребенком? Почему ты так думаешь?

8. Кого в вашей семье можно назвать здоровым? Почему ты так считаешь?

9. Делаешь ли ты и твои родители утреннюю зарядку? Гимнастику для глаз? Обливаетесь ли вы водой? Как ты думаешь, это вредно или полезно? Почему?

10. Что такое вредные привычки и есть ли они у тебя? Какие вредные привычки есть в вашей семье?

11. Знаешь ли ты, когда человеку бывает больно? Почему так происходит, как ты думаешь?

Результаты заносятся в протокол.