

PAPER

ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ – МЕТОД РАЗВИТИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Алиходжаева Райхон Шавкат кизи^{1,*}

¹Магистрант 2 курса Узбекского национального педагогического университета им. Низами

* alixodjayeva@gmail.com

Abstract

Существенной составляющей дошкольного воспитания является формирование у ребенка гигиенических умений и устойчивых привычек, ориентированных на здоровый образ жизни, поскольку навыки, заложенные в раннем возрасте, оказывают значительное влияние на дальнейшее развитие личности. В статье раскрывается значение гигиенического воспитания детей старшего дошкольного возраста как важного условия укрепления и сохранения их физического здоровья, что соответствует требованиям государственного образовательного стандарта. Особое внимание уделяется проектному методу, который рассматривается как один из наиболее результативных способов формирования культурно-гигиенических навыков. Описываются особенности его реализации в условиях дошкольной образовательной организации и преимущества, проявляющиеся во взаимодействии педагогов, детей и родителей.

Key words: здоровьесберегающая компетентность, дошкольное образование, старший дошкольный возраст, физическое развитие, здоровый образ жизни, здоровьесберегающие технологии.

Физическое развитие и здоровье являются фундаментальными составляющими гармоничного формирования личности. Дошкольный возраст, как первый и ключевой этап жизни человека, определяет базовые ориентиры здоровья, двигательной активности и гармоничного развития внутренних систем организма.

Именно в этот период закладываются основы, которые обеспечивают успешность и качество жизни на протяжении всей дальнейшей судьбы.

С учетом этого, особую значимость приобретают усилия по созданию эффективной системы формирования у детей навыков и знаний, направленных на сохранение и укрепле-

Compiled on: December 17, 2025.

Copyright: ©2025 by the authors. Submitted to *Advances in Science and Education* for possible open access publication under the terms and conditions of the [Creative Commons Attribution \(CC BY\) 4.0 license](#).

ние здоровья. В соответствии с постановлениями Кабинета Министров Республики Узбекистан (№ 3261 от 9 сентября 2017 года и № 5198 от 30 сентября 2017 года), а также нормативными актами Министерства дошкольного образования Республики Узбекистан, основное внимание в образовательных учреждениях уделяется вопросам физического воспитания и здорового образа жизни.

Здоровьесберегающая компетентность представляет собой совокупность знаний, умений и навыков, направленных на поддержание физического, эмоционального и психического здоровья. Для детей старшего дошкольного возраста это понятие включает:

- развитие двигательной активности и позитивного отношения к физическим нагрузкам;
- соблюдение базовых правил чистоты и ухода за собой;
- знание основ правильного питания и формирование полезных пищевых привычек;
- развитие способности осознавать и регулировать свои эмоции.

Основой гигиенического воспитания являются элементарные умения поддерживать личную опрятность и способность самостоятельно выполнять несложные действия, направленные на ее сохранение.

Формирование гигиенических привычек и навыков необходимо не только для укрепления здоровья самого ребенка и окружающих его людей, но и для выработки правильного поведения в обществе, общественных местах и повседневной жизни в целом. Вместе с тем культурно-гигиеническое воспитание нередко сопровождается определенными трудностями, поскольку ребенку приходится выполнять действия, которые не всегда вызывают у него положительные эмоции. Так, не все дети охотно моют руки, хотя это является обязательной процедурой после игр, прогулок, посещения туалета и перед приемом пищи. Аналогичная ситуация наблюдается и в вопросах опрятности, когда соблюдение чистоты и аккуратности одежды требует прерывания увлекательной игровой деятельности. [4]

Кроме того, начиная уже с младшего дошкольного возраста, детей следует приучать к правилам поведения за столом, предполагающим аккуратность, использование столовых

приборов и салфеток, а также спокойное и организованное поведение во время приема пищи. Достижение устойчивых результатов в формировании данных привычек зачастую требует применения нестандартных педагогических подходов.

Инновационная методика проектной деятельности получила широкое признание среди педагогов и была успешно внедрена в образовательную практику, поскольку доказала свою результативность в воспитательно-образовательном процессе. Ее преимущества заключаются в возможности развития у детей творческих и коммуникативных умений, использовании креативного подхода при решении поставленных задач, формировании навыков самостоятельного анализа информации и отбора наиболее значимых сведений. Немаловажным является и то, что умения, приобретаемые в ходе проектной деятельности, способствуют успешной подготовке ребенка к обучению в школе.

Проектная деятельность представляет интерес для всех субъектов образовательно-воспитательной деятельности, так как позволяет:

- объединить в одном образовательном процессе всю необходимую информацию на выбранную тематику;
- расширить знания, углубившись в тематику и рассмотрев ее новым, творческим взглядом;
- способствовать развитию взаимоотношений ребенка с родителями в процессе вовлечения их в исследовательскую деятельность;
- выйти за рамки скучного однообразного процесса обучения правилам поведения и усвоения новых знаний, поднять уровень заинтересованности и осознанности.

Также стоит отметить, что проектная деятельность, отталкиваясь от проблемного подхода, требует не определенного заранее алгоритма действий, а целиком опирается на индивидуальные способности ребенка, его уровень творческого и интеллектуального развития и эмоциональное восприятие. Проектную деятельность, направленную на формирование гигиенических привычек, целесообразно начинать с занятий, посвященных изучению повсе-

дневных действий, необходимых для сохранения и укрепления здоровья. Такие занятия могут включать просмотр тематических обучающих мультфильмов, организацию сюжетно-ролевых и дидактических игр, рассматривание иллюстраций с пояснениями и рассказами, чтение художественных произведений, разучивание стихотворений, а также использование других педагогических технологий, ориентированных на обучение детей дошкольного возраста [3].

Особое значение имеет формирование у каждого ребёнка понимания того, что каждая часть организма и каждая клетка нуждаются в заботе и бережном отношении. Необходимо воспитывать внимательное отношение к чистоте тела, умение учитывать его потребности, а также формировать навыки индивидуальной гигиены, предполагающие использование только личных предметов ухода (расчёски, зубной щётки, полотенца, салфеток и др.).

Образовательный процесс может осуществляться не только в рамках специально организованных занятий, но и на протяжении всего дня, по мере того как дети сталкиваются с соответствующими ситуациями в повседневной жизни.

Отдельное внимание уделяется формированию представлений о полезных и вредных для организма факторах и явлениях, включая питание, сон, пребывание на свежем воздухе, соблюдение режима дня, закаливание и физическую активность. Формирование здоровьесберегающей компетентности у детей старшего дошкольного возраста играет ключевую роль в воспитательном процессе дошкольных образовательных учреждений. Создание условий, способствующих физическому, эмоциональному и психическому развитию детей, определяет качество их дальнейшей жизни. Использование современных педагогических технологий, таких как экспериментальная методика и игровые формы обучения, позволяет сделать процесс формирования полезных навыков увлекательным, а полученные знания — осознанными и прочными.

Эти усилия являются важным вкладом в воспитание будущего поколения, способного бережно относиться к своему здоровью и строить

гармоничное общество.

REFERENCES

1. Постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан, от 19.07.2017 г. № 528 «О совершенствовании деятельности дошкольных образовательных учреждений».
2. Джамилова Н.Н., Терехова О.Е. Ким. И. Н. – "Теория и технология физического воспитания" учебник, Издательство "Lesson press" Ташкент 2022 г
3. Яшкина Т.А., Белоус Е.Н., Формирование навыков самообслуживания у детей раннего возраста // Смыслообразование и его контексты: жизнь, структура, культура, опыт. 2022. №1. – С. 23-31.
4. Андреева Н.А., Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. 2019. №4 (44). – С. 12-16