

воспитанники называют признаки психического благополучия. Скорее всего, это произойдет при итоговом мониторинге.

*Голова с лампочкой.* Когда голова хорошо и быстро думает.

*Смайлики эмоций.* Человек испытывает разные эмоции, но чаще хорошие, когда хорошее настроение.

*Выбор поведения (весы).* Когда человек знает, какой он, и умеет управлять своим поведением и эмоциями, контролировать их.

*Жест «здорово».* Когда у человека все хорошо, нет проблем. А если есть трудности, их всегда можно преодолеть.

*Рукожатие.* Когда у человека есть друзья. Он знает правила поведения и ведет себя правильно.

Вопрос: «Назовите правила здорового образа жизни?» (рис. 2)

*С опорой на десять картинок* дети называют условия здоровья и правила ЗОЖ. «Разгадать» все картинки дети смогут к итоговому мониторингу.

*Дети в движении.* Движение. Занимайся физкультурой и спортом!

*Предметы гигиены.* Гигиена. Соблюдай чистоту тела и пространства (помещений)!

*Продукты.* Питание. Ешь полезные продукты!

*Часы.* Режим. Соблюдай режим дня!

*Дети на свежем воздухе.* Закаливание. Дружи с природой!

*Ребенок с книгой.* Познание. Смотри, слушай, чувствуй, думай, запоминай!

*Радостные дети.* Эмоции. Дари радость!

*Дети строят башню.* Самоконтроль и саморегуляция. Будь лучше!

*Достижения детей (медаль и пятерка).* Оптимизм. Верь в лучшее!

*Дети пожимают руки.* Нормы поведения и общения. Соблюдай правила, договаривайся!

## Мониторинг дошкольников — беседа «Условия здоровья»

Таблица оценивания

Участники	Итог	1. Условия здоровья			2. Правила здоровья		
		в	с	н	в	с	н
1							
2							
3							

Вопросы	Ответы		
	<i>Высокий</i>	<i>Средний</i>	<i>Низкий</i>
1. Перечисли «тропинки здоровья», по которым мы сегодня «ходили»	<p>Называет десять условий ЗОЖ (тропинки):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Движение.</li> <li>2. Гигиена.</li> <li>3. Питание.</li> <li>4. Режим дня.</li> <li>5. Закаливание.</li> <li>6. Познание.</li> <li>7. Эмоции.</li> <li>8. Самооценка, самоконтроль и саморегуляция.</li> <li>9. Оптимизм.</li> <li>10. Нормы поведения и общения</li> </ol>	<p>Называет более пяти условий ЗОЖ</p>	<p>Называет пять и менее условий ЗОЖ</p>
2. Зачем мы «ходили по этим тропинкам», и важны ли они для тебя?	<p>Осознает, что каждое условие («тропинка») важно для его здоровья</p>	<p>Понимает важность более пяти условий («тропинок») для его здоровья</p>	<p>Понимает важность менее пяти условий («тропинок») для его здоровья</p>

Мониторинг является промежуточным, проводится индивидуально с использованием диагностической иллюстрации 3 после проведения квеста «Тропинки здоровья»\*, где детьми и была собрана эта «карта», обозначающая равнозначность десяти условий здоровья.

При прощании с воспитателем ребенку предлагается (в присутствии мамы или папы) назвать по картинке «тропинки здоровья» и их важность. Мониторинг отражает промежуточный результат — понимание воспитанниками единства условий, обеспечивающих физическое и психическое благополучие человека. Присутствие родителей позволяет вовлечь их в образовательный процесс. Заполняется таблица оценивания (высокий уровень — 2 балла, средний — 1 балл).

\* Досуговые мероприятия изложены во второй части книги «Будьте здоровы».

## Мониторинг дошкольников — игра-загадка «Правила здоровья»

*Диагностическая карта*

Вопросы	Ответы		
	<i>Высокий</i>	<i>Средний</i>	<i>Низкий</i>
1. Назови правила здоровья каждой «планеты»	<p>Называет все десять правил ЗОЖ:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Занимайся физкультурой и спортом!</li> <li>2. Соблюдай чистоту тела и пространства (помещений).</li> <li>3. Ешь полезные продукты!</li> <li>4. Соблюдай режим дня!</li> <li>5. Дружи с природой, закаляйся!</li> <li>6. Смотри, слушай, чувствуй, думай, запоминай.</li> <li>7. Дари радость!</li> <li>8. Будь лучше!</li> <li>9. Верь в лучшее!</li> <li>10. Соблюдай правила, договаривайся</li> </ol>	<p>Называет более пяти правил здорового образа жизни</p>	<p>Называет пять и менее правил здорового образа жизни</p>
2. Важны ли правила ЗОЖ для тебя, и готов ли ты их соблюдать?	<p>Осознает, что каждое правило важно для его здоровья, и соблюдает их</p>	<p>Понимает, что правила важны для его здоровья, хочет их соблюдать</p>	<p>Понимает важность для его здоровья не всех правил, не уверен, хочет ли их соблюдать</p>

Мониторинг проводится после организации игры-путешествия «Галактика здоровья»\* в виде игры-загадки с группой детей (5—8 чел.) с использованием диагностических иллюстраций 4—5. Мониторинг отражает промежуточный результат — понимание воспитанниками правил ЗОЖ, обеспечивающих физическое и психическое благополучие человека. Наблюдая за детьми, поддерживая их активность (рассуждения), педагог заполняет таблицу оценивания (высокий уровень — 2 балла, средний — 1 балл). Подводится итог двух промежуточных мониторингов — понимание взаимосвязи фи-

\* Досуговые мероприятия изложены во второй части книги «Будьте здоровы».

зического, психического, социального благополучия человека и возможности самому влиять на свое здоровье.

Детям предлагается игровое поле (рис. 4) — *космический фон, звезда в центре и десять орбит* и круглые карточки — «планеты» (рис. 5), которые лежат на столе картинками вниз. Участники берут по одной, называя «планету» и ее правило, размещают на орбите. Если игрок не смог назвать планету или правило, он возвращает карточку, переворачивая ее, а ход переходит к следующему игроку. На втором круге дети могут «перехватить планету», назвав ее и правило раньше игрока, взявшего карточку. Каждый старается расположить больше планет. Игровая задача команды — разместить на орбитах все планеты.

*Дети занимаются физкультурой.* Движение. Занимайся физкультурой и спортом!

*Предметы гигиены.* Гигиена. Соблюдай чистоту тела и пространства (помещений)!

*Продукты питания.* Питание. Ешь полезные продукты!

*Часы с различной деятельностью.* Режим дня. Соблюдай режим дня!

*Дети в движении на природе.* Закаливание. Дружи с природой, закаляйся!

*Ребенок с книгой.* Познание. Смотри, слушай, чувствуй, думай, запоминай!

*Дети в проявлении эмоций.* Эмоции. Дари радость!

*Воспитанники строят башню с разными эмоциями.* Самооценка, самоконтроль и саморегуляция. Будь лучше!

*Ребенок в ситуации успеха.* Оптимизм. Верь в лучшее!

*Дети жмут руки друг другу.* Нормы поведения и общения. Соблюдай правила, договаривайся!

В заключение задаются вопросы: «Важны ли правила здорового образа жизни для вашего здоровья? Готовы ли вы соблюдать их?» Дети рассуждают о важности правил ЗОЖ.