

*Аганина Эльвира Вениаминовна*

воспитатель

МБДОУ «Д/С №58 «Золотой ключик»

г. Йошкар-Ола, Республика Марий Эл

## **ФОРМИРОВАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ ДИДАКТИЧЕСКОЙ ИГРЫ**

***Аннотация:** в статье рассматривается необходимость использования дидактических игр в работе с детьми старшего дошкольного возраста для повышения уровня представлений о здоровом образе жизни. Представлены результаты исследования проведенной работы и доказана положительная динамика.*

***Ключевые слова:** здоровый образ жизни, старшие дошкольники, безопасность, исследование, результат.*

Состояние здоровья детей в настоящее время становится национальной проблемой, а формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста является государственной задачей, решение которой во многом зависит от организации работы по данному направлению в дошкольном учреждении.

Активность, любознательность, подвижность, с одной стороны, а с другой – подвижность нервных процессов, подверженность инфекционных и простудным заболеваниям, аллергическим реакциям у детей дошкольного возраста являются важными предпосылками формирования здорового образа жизни, позволяющими знакомить и учить детей правильному отношению к своему здоровью и взаимодействию с окружающим миром. В то же время каждый возрастной период характеризуется своими особенностями, которые следует учитывать в работе по формированию ЗОЖ.

Ценность дидактических игр, как средства формирования представлений дошкольников о здоровом образе жизни заключается в том, что они создаются в обучающих целях. Благодаря их использованию можно добиться более прочных

и осознанных знаний, умений и навыков в формировании представлений дошкольников о здоровом образе жизни.

Констатирующий этап исследования выявил у большинства дошкольников низкий и средний уровни представлений о здоровом образе жизни. Опрос старших дошкольников показал, что у детей не сформировано отношение к своему здоровью как к ценности, понимание того, что здоровье нужно не только беречь, но и укреплять, избавляться от вредных привычек, и подружиться с полезными привычками.

Полученные результаты показали необходимость проведения работы по повышению уровня представлений о здоровом образе жизни у детей подготовительной группы.

На формирующем этапе была реализована систематическая работа с использованием дидактических игр, обеспечивающая комплексный подход к созданию здоровьесберегающей среды, способствующей сохранению и укреплению физического, психического и социального здоровья дошкольников, познавательному и эмоциональному развитию детей, формированию здорового образа жизни. Проведенная работа по формированию здорового образа жизни детей старшего дошкольного возраста была направлена на воспитание ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Экспериментальная работа показала, что формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников средствами дидактической игры, отмечается положительная динамика состояния здоровья, улучшение физических качеств детей, повышенный интерес к дидактическим играм. Дети не только знают и соблюдают основные правила игры, но и умеют формулировать, объяснять необходимость их применения.

Контрольный этап исследования показал, что уровень сформированности представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста значительно повысился, почти у половины детей отмечен высокий уровень. Дошкольники с низким уровнем знаний о здоровом образе жизни – это часто болеющие дети, с которыми необходимо проводить индивидуальную работу.

В результате занятий с использованием дидактических игр дошкольники стали более активными, подвижными, более строгими в соблюдении правил гигиены не только по отношению к себе, но и к товарищам, к родителям. Проводимые занятия помогли детям познакомиться с правилами безопасного образа жизни, и поэтому на прогулках, в беседах дети стали замечать опасные ситуации. Результаты проведенной опытно-экспериментальной работы показывают, что занятия с использованием дидактических игр повысили уровень представлений о здоровом образе жизни старших дошкольников.

### ***Список литературы***

1. Авдеева Н.Н. Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста / Н.Н. Авдеева, О.Л. Князева, Р.Б. Стеркина. – СПб.: Детство-пресс, 2005 – 144 с.
2. Гуменюк Е.И. Будь здоров! Дидактические игры и игровые задания / Е.И. Гуменюк, Н.А. Слисенко. – СПб.: Детство-Пресс, 2013. – 250 с.
3. Деркунская В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников: Учебное пособие. – М.: Педагогическое общество России, 2006. – 96 с.
4. Касьянова Л.Г. Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста: Дис. канд. пед. наук. – Шадринск, 2004. – 75 с.
5. Кудрявцев В.Г. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст) / В.Г. Кудрявцев, Г.Б. Егоров. – М.: Линка-Пресс, 2000. – 296 с.
6. Здоровый образ жизни детей дошкольного возраста в условиях ДОУ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://dou-sad.ru/index.php/metodicheskaya-kopilka/42-fizicheskaya-kultura/213-zdorovyj-obraz-zhizni> (дата обращения: 10.11.2017).