

**Дудкина Наталия Евгеньевна**

инструктор по физкультуре

**Перцева Любовь Васильевна**

воспитатель

**Касатых Елена Ивановна**

воспитатель

МБДОУ «Д/С №62 «Золотой улей»

г. Старый Оскол, Белгородская область

## **ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ЧЕРЕЗ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

*Аннотация: статья посвящена опыту использования инструктором по физической культуре и воспитателей игровых образовательных технологий в работе по формированию культуры здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.*

*Ключевые слова:* игровые технологии, здоровый образ жизни, дети дошкольного возраста.

Инновационные процессы на современном этапе развития общества затрагивают в первую очередь систему дошкольного образования как начальную ступень формирования личности. Ни в какой другой период жизни физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в дошкольном детстве. Одним из главных инновационных преобразований в системе дошкольного образования является изменение содержания и форм работы с дошкольниками.

Система работы в нашем детском саду основывается на главном принципе дошкольного образования – приоритете игровой деятельности.

В соответствии с требованиями ФГОС одной из основных задач физического развития детей дошкольного возраста является становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами. Важным подспорьем в этой работе служат игровые технологии.

Так, например, введение игрового персонажа в ход физкультурного занятия позволяет повысить интерес детей к участию в совместной двигательной деятельности, улучшить качество выполнения упражнений, так как ребенок нацеливается на то, что его действия будут оценивать не взрослый, а любимый сказочный герой.

Также повышению эффективности работы способствует использование следующих инновационных технологий:

- игрогимнастика (в этот раздел входят общеразвивающие, строевые, акробатические упражнения, направленные на укрепление мышц тела, становление осанки и формирование дыхательного аппарата детей; при выполнении упражнений используем весёлые стихотворения и потешки, сопровождающие движения, такие как: «тучка солнышко закрыла», «все котяtkи мыли лапки» и др.);
- игrottанец (в этот раздел входят элементы хореографических упражнений, танцевальные шаги, ритмические упражнения в ритм с музыкой, музыкальные задания, игры; всё это исправляет сутулость, развёрнутость стоп);
- игромассаж (формирует у детей навыки собственного оздоровления, сознательного стремления к здоровью; овладеть основными навыками самомассажа – для дошкольников один из способов приобщиться к здоровому образ жизни; это прекрасный способ расслабить мышцы и избавится от нервно-эмоционального напряжения в забавной игровой форме).

Используются данные технологии и воспитателями в группах при организации двигательной деятельности в режиме дня, и инструктором по физической культуре в ходе занятий.

Но наиболее эффективным методом работы является организация сюжетно-игровых физкультурных занятий. Играя в сказку, принимая на себя игровой образ, ребенок сам того не замечая, приобщается к ценностям здорового образа жизни, лучше запоминает его нормы и правила.

Дети с удовольствием помогают доктору Айболиту добраться до Африки и вылечить заболевших животных, занимаются физической культурой и спортом вместе с Барбоскиными, спасаются от напавших Вирусов, вспоминая правила

здорового образа жизни. Сюжеты занятий могут быть самыми разнообразными. Для педагога главное – знать и понимать детскую субкультуру. Это необходимо для того, чтобы, как это ни парадоксально звучит, «идти с детьми в ногу». Не зная и не понимая того, чем увлекаются современные дошкольники, что входит в круг их интересов, кто из современных мультипликационных героев является для них примером для подражания, а кто – его антиподом, – без всего этого невозможно встать на позицию равного партнерства с ребенком, как того требуют стандарты дошкольного образования.

В старшем дошкольном возрасте особенно интересны детям физкультурные занятия в форме квест-игры, когда нужно выполнять сложные задания, в которых можно продемонстрировать не только физическую подготовку, но и знание правил здорового образа жизни.

Так, соблюдая все методические требования к структуре физкультурного занятия можно и нужно решать в ходе совместной с детьми игровой деятельности важные образовательные задачи. Но здесь следует отметить, что играть с детьми, это не значит «заигрывать». Играть нужно не для того, чтобы позабавить ребенка, но чтобы лучше научить его выполнять то или иное упражнение, заинтересовать занятиями физической культурой и спортом, а, следовательно, повысить качество работы по формированию культуры здорового образа жизни.

### ***Список литературы***

1. Грядкина Т.С. Образовательная область «Физическое развитие». Как работать по программе «Детство»: Учебно-методическое пособие / Т.С. Грядкина; н. ред.: А.Г. Гогоберидзе. – СПб.: Детство-пресс, 2016.
2. Детство: примерная образовательная программа дошкольного образования / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.И. Солнцева [и др.]. – СПб.: Детство-пресс, 2014.
3. Сборник федеральных нормативных документов для руководителей дошкольной образовательной организации / Авт.-сост. Т.В. Волосовец. – М.: ООО «Русское слово – учебник», 2014.