

**Хлапонина Марина Сергеевна**

воспитатель

**Жирова Марина Владимировна**

воспитатель

МДОУ «ЦРР – Д/С №4 п. Майский»

п. Майский, Белгородская область

## **ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ПОМОЩЬЮ ДВИГАТЕЛЬНО-ДИДАКТИЧЕСКОЙ ИГРЫ**

*Аннотация: в статье описано влияние двигательно-дидактических игр на формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста. Ценность дидактических игр как средства формирования представлений дошкольников о здоровом образе жизни заключается в том, что они создаются в обучающих целях.*

*Ключевые слова: двигательная активность, дошкольный возраст, двигательно-дидактическая игра, физические качества, формирование здорового образа жизни.*

Проблема здоровья детей сегодня актуальна как никогда.

Дошкольный возраст считают наиболее важным для физического и умственного развития ребенка. В этот период закладываются основы его здоровья, формируются главные черты характера. Именно в этом возрасте необходимо формировать осмысленное отношение к своему здоровью и его укреплению. В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно воспитатели в состоянии многое сделать для здоровья своих воспитанников.

Формирование здорового образа жизни – процесс постепенный, планомерно протекающий на всех этапах развития личности, в том числе и на всех ступенях образовательной системы. Наличие преемственных связей в вопросах сохранения и укрепления здоровья в дошкольном образовательном учреждении и

семье позволяет ребенку накапливать положительную динамику освоения ценностей здорового образа жизни.

В научно-методической литературе традиционно к материальным ценностям относят, спортивное оборудование, природные и гигиенические ресурсы, информационные средства и др. В число художественных ценностей входят художественные образы, отражающие социальную и сопряженную с ней ценность здорового образа жизни. Ценности духовные, приносящие наибольший вклад в становление личности ребенка. Это, прежде всего, интеллектуальные, педагогические, двигательные, мобилизационные и интенционные ценности.

Интеллектуальными ценностями в области формирования основ здорового образа жизни являются знания в области личной гигиены и безопасности жизни, осознание смысла качественных характеристик понятий «хорошо – плохо», «полезно – вредно», «много – мало» и др. в процессе повседневной работы по сохранению и укреплению здоровья, формированию умения соблюдать условия и правильно выполнять требования педагога в процессе спортивной и игровой деятельности и др. Все эти знания помогают возникновению критического отношения к результатам своей деятельности, складыванию взаимоотношений в детском коллективе, характеризующихся взаимопониманием и сопереживанием.

К педагогическим ценностям относятся технологии и методики оздоровления детей, повышения их физической активности, организации досуговой деятельности, а также методические приемы формирования самих ценностных ориентаций здорового образа жизни. Педагогические ценности являются отражением способов передачи ценностей здорового образа жизни каждому участнику педагогического процесса на основе научных исследований, эмпирических данных и практического опыта. Охватывая методики и технологии деятельности по формированию основ здорового образа жизни, педагогические ценности в области здоровья объединяют методологические основания данной деятельности всех уровней познания и организации процессов ее освоения.

Двигательные ценности, представляют собой характеристики двигательной деятельности ребенка и несут ответственность за становление моторики

---

ребенка и снятие статического напряжения в процессе повседневной учебной и досуговой деятельности, служат для удовлетворения базовых потребностей человека.

Мобилизационные ценности здорового образа жизни связаны с уровнем сформированности личностных способностей и качеств, отражающих готовность ребенка к успешной социализации в обществе и его умение противостоять неблагоприятным факторам природного и социального характера. Освоение ребенком мобилизационных ценностей здоровья формирует у него навыки здорового образа жизни, умения действовать в непредвиденных ситуациях, противостоять стрессовым факторам и т. д.

Интенционные ценности здорового образа жизни, включают характер мотивации и ценностных ориентаций личности на сохранение своего здоровья, так как вышеназванные ценности отражают уровень общественного сознания и характер отношения общества к проблеме здоровья. Именно система образования является той базой, на основе которой необходимо с детского возраста начинать реализацию интенционных ценностей, направленных на становление потребностно-мотивационной сферы личности на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих.

Наиболее эффективно ценности здорового образа жизни человека формируются в двигательно-дидактических играх, если будут применяться игры, отражающие данные ценности (интеллектуальные, педагогические, двигательные, мобилизационные и интенционные), в образовательном учреждении и семье будут созданы условия для целенаправленного обучения таким играм в совместной деятельности и созданы условия для широкого использования в самостоятельной деятельности; будет обеспечено понимание здоровья как ведущей ценности в жизни человека всеми участниками образовательного процесса (детьми, родителями, педагогами).

Объем игровых действий детей различен. В младших группах – это чаще всего одно-два повторяющихся действия, в старших – уже пять–шесть. В играх спортивного характера игровые действия старших дошкольников с самого

начала расчленены во времени и осуществляются последовательно. Овладев ими, дети действуют целенаправленно, четко, быстро, согласованно и в уже отработанном темпе решают игровую задачу.

В дидактической игре создаются такие условия, в которых каждый ребенок получает возможность самостоятельно действовать в определенной ситуации и с определенными предметами, приобретая собственный действенный и чувственный опыт.

Внесение игрового компонента в обучение создает возможность ребенку посмотреть на движение с практической, т.е. игровой, позиции, учит его трансформировать двигательные умения в свою непосредственную деятельность.

Основное назначение двигательно-дидактических игр – это усиление образовательной направленности в обучении детей движениям. Само движение остается основным и обязательным компонентом игр, но выступает уже не только как конкретное двигательное действие, где надо получить определенные результаты, а в качестве познавательного объекта.

Через игры дети знакомятся с многообразием движений, их назначением; учатся дифференцировать движения по видам и способам выполнения; соотносить, сравнивать выполняемое движение с имеющимися мерками – двигательными эталонами; упражняются в применении движений в новой необычной обстановке.

С помощью дидактической игры организуются дополнительное восприятие, различение движений, узнавание их не только по внешнему действию, но и по словесному описанию. Таким образом, дети учатся делать первичные обобщения, группировать движения по определенным свойствам. Дидактические игры рекомендуются для использования на занятиях по физкультуре и в самостоятельной двигательной деятельности детей.

Именно через игру ребёнок познаёт ценности здорового образа жизни, приобретает привычку быть здоровым, соблюдать правила личной гигиены, правильно питаться, заниматься физическими упражнениями, закаляться. Благодаря двигательно-дидактическим играм у ребенка могут быть сформированы

---

основные физические качества и потребность в двигательной активности. Ребёнок играет, потому что развивается, и развивается, потому что играет.

Руководя игрой, педагог воспитывает активное стремление делать что – то, узнавать, искать, проявлять усилия и находить, обогащать духовный мир детей. Все это содействует умственному и общему развитию.

Для этой цели и были созданы двигательно-дидактические игры по ЗОЖ такие как: «Азбука здоровья», «Кубики настроения», «Игрокубик», «Кубик действия», «Кубик оборудования», «Найди и сделай», «Спортивное лото» и т. д.

Например, игра «Кубик действий» – куб, на гранях которого изображены физические качества (ловкость, выносливость, гибкость, сила, равновесие и т. д.), спортивное оборудование.

Задачи этой игры: способствовать формированию системных знаний и представлений о технике выполнения физических упражнений и о взаимосвязи движения и здоровья, способах развития ловкости, силы, выносливости, скоростных качеств и т. д.; поддерживать проявление интереса детей к игровому взаимодействию между собой; способствовать развитию творческих двигательных способностей у детей дошкольного возраста.

Игровое действие: показать как можно больше упражнений для развития ловкости, силы, гибкости и др. Показать как можно больше упражнений с тем или иным оборудованием (мяч, скакалка, гимнастическая палка и др.) в зависимости от того, какие картинки расположены на гранях кубика.

С помощью этих двигательно-дидактических игр организуются дополнительное восприятие, различие движений, узнавание их не только по внешнему действию, но и по словесному описанию. Таким образом, дошкольники учатся делать первичные обобщения, группировать движения по определенным свойствам.

Так, в процессе двигательно-дидактических игр ребенок приобретает умения: принимать игровую задачу, выдвигать свою задачу (в знакомой игре), действовать по правилам, контролировать результат, играть в двигательно-дидактические игры, самостоятельно объединяться со сверстниками, действо-

вать по простому алгоритму, объяснять правила, пояснить ход игры, сравнивать предметы по разным признакам: группировать предметы и действия с ними на основе общих признаков (полезно – вредно, хорошо – плохо, так – не так и пр.), составлять целое изображение из 6–8 частей, составлять ряды предметов по убыванию или возрастанию признака (размер, интенсивность цвета и др.). планировать свою поисковую деятельность в играх типа «Сложи картинку», «Пазлы», «Парные картинки», «Кубики здоровья», использовать и составлять план-схему (в играх типа «Угадай картину», «Найди по схеме волшебные знаки здоровья»).

Ребенок овладевает интеллектуальными, педагогическими, двигательными, мобилизационными и интенционными ценностями здорового образа жизни: нормами и правилами ЗОЖ, физической культуры, понимает зачем так или иначе нужно поступать, знает свои обязанности; проявляет активность отношений как положительных, так и отрицательных, стремится помочь, научить, посоветовать, предостеречь, приласкать, проявляет степень избирательности, устойчивости отношений, наличие интереса к себе, своему здоровью, физической культуре, стремится узнавать, проявляет направленность интересов; имеет устойчивый мотив выполнения физкультурно-оздоровительной деятельности, удовлетворение потребности в двигательной активности. Проявляет желание помочь друзьям в эстафете, игре. Стремится к общению в двигательно-дидактических играх и др.

Таким образом, благодаря двигательно-дидактическим играм наблюдается значительная динамика повышения интереса детей и их родителей к ценностям здорового образа жизни. Главным результатом использования таких игр в развитии дошкольников является осознание детьми того, что здоровье прежде всего зависит от самого человека и его отношения к своему организму.

### ***Список литературы***

1. Абранян Л.А. Игра дошкольника. – М.: Просвещение, 2000. – 176 с.
2. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: пособие для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1981. – 96 с.

3. Картушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 6–7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 128 с.
4. Лялина Л.А. Народные игры в детском саду: Методические рекомендации. – М.: Сфера, 2009. – 96 с.
5. Николаева С.Р. Народный календарь – основа планирования работы с дошкольниками по государственному образовательному стандарту: план-программа / С.Р. Николаева, И.Б. Катышева, Г.Н. Комбарова [и др.]. – СПб.: Детство-Пресс, 2004. – 304 с.
6. Степаненкова Э.Я. Подвижные игры как следствие гармоничного развития дошкольников // Дошкольное воспитание. – 1995. – №12. – С. 23–25.
7. Тимофеева Е.А. Подвижные игры: хрестоматия и рекомендации: методическое пособие / Е.А. Тимофеева, Е.А. Сагайдачная, Н.Л. Кондратьева. – Ч. 1. – М.: Воспитание дошкольника, 2008.– 94 с.
8. Шебеко В.Н. Физическое воспитание дошкольников. – М.: Академия, 2000. – 176 с.