

ПЕДАГОГИКА

Харчевникова Алёна Николаевна

канд. пед. наук, ассистент кафедры дошкольной педагогики

Российский государственный педагогический университет

им. А.И. Герцена

г. Санкт-Петербург

ПРИБЛИЖЕНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ ПУТЕМ ОРГАНИЗАЦИИ РАЗНООБРАЗНЫХ ИГР

Аннотация: в статье рассматриваются вопросы формирования идеи здорового образа жизни у детей дошкольного и младшего школьного возраста посредством проведения сюжетно-ролевых игр. Описываются тематики игр с учетом возраста детей, раскрывается процесс формирования идеи введения ЗОЖ на примере игры «Доктор». Автор статьи делает вывод об эффективности использования игровых форм для обучения детей и мотивации к ведению здорового образа жизни.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, игровые формы, сюжетно-ролевая игра, ситуации игрового сотрудничества, интеллектуальные игры.

Существуют несколько определений понятия «здоровый образ жизни», в основу которых заложены такие отправные суждения, как активное поведение человека, способы жизнедеятельности, поддержание здоровья, отсутствие вредных привычек и др. (Казначеев В.П., Ю.П. Лисицын, Г.И. Царегородцев). Игровые формы являются незаменимым средством сбережения и обогащения здоровья ребенка, формирования основ здорового образа жизни в дошкольном и младшем школьном возрасте. ФГОС дошкольного образования и ФГОС начального общего образования ориентированы на решение общей задачи - формирование основ здорового образа жизни. Решению данной задачи способствуют инновационные игровые формы. Это обусловлено, прежде всего, тем, что стремительно меняется сам ребенок, появляются все новые нюансы в процессах его социализации.

зации и культурации, индивидуальной траектории формирования основ здорового образа жизни, включения ребенка в «здоровьетворение». В зависимости от возраста детей, новизны и сложности предлагаемого материала для формирования основ здорового образа жизни педагогам рекомендуется использовать следующие инновационные игровые формы:

– в дошкольном возрасте: сюжетно-ролевые игры, ситуации игрового сотрудничества, игровые проблемные ситуации, игровые поисковые ситуации, игры-экспериментирования, игры-путешествия, театрализованная деятельность;

– в младшем школьном возрасте: подвижные игры, интеллектуальные игры, театрализованная деятельность, игры-предположения, игры-загадки.

В дошкольном возрасте выделенные нами инновационные игровые формы позволяют решить целый блок задач, связанных с формированием основ здорового образа жизни:

– расширение и обогащение знаний и представлений об элементарных нормах и правилах здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, культурно-гигиенических процедурах, закаливании, при формировании полезных привычек и др.), безопасном поведении;

– развитие эмоционально-положительного отношения к элементарным нормам и правилам здорового образа жизни;

– формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни;

– формирование умений соблюдать правила безопасного поведения, отражать элементарные нормы и правила здорового образа жизни в поведении и деятельности доступными для ребенка способами (мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, обтираться, причесать волосы и др.)

В младшем школьном возрасте инновационные игровые формы позволяют решить следующие задачи:

- формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих здоровый образ жизни;
- формирование знаний негативных факторов риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики, инфекционные заболевания);
- формирование заинтересованного, осознанного отношения к собственному здоровью;
- формирование умений организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (рациональный режим дня, правильное питание, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры, занятия физическими упражнениями и т. д.);
- становление навыков противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;
- формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, касающихся особенностей роста и развития, состояния здоровья;
- развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены.

Остановимся более подробно на сюжетно-ролевых играх для детей среднего дошкольного возраста, ситуациях игрового сотрудничества для детей старшего дошкольного возраста, интеллектуальных играх для детей младшего школьного возраста, проектной деятельности.

Сюжетно-ролевые игры позволяют детям среднего дошкольного возраста приобщиться к разнообразным аспектам здорового образа жизни. Цель таких игр заключается в практиковании навыков здорового образа жизни, закреплении представлений о профессиях людей, отвечающих за здоровье населения. Воспитатель организует для детей ситуации игровых взаимодействий, включающие в

себя различные профессиональные ролевые цепочки; содержательное проблемно-ролевое поведение взрослого, требующее от детей активного и творческого решения задач, касающихся здорового образа жизни. Например, ситуации игрового взаимодействия воспитателя в игре «Доктор» состоят из следующих проблемно-игровых ситуаций:

1) ситуация игрового взаимодействия «Доктор – медицинская сестра – пациент». Воспитатель обогащает представления детей о медицинских профессиях, деятельности доктора, медицинской сестры; раскрывает характер общения пациента с медицинским персоналом, проблемы, с которыми пациенты обращаются к докторам, симптомы болезней; ставит перед детьми игровые задачи, для решения которых необходимо применить правила здорового образа жизни;

2) ситуация игрового взаимодействия «Вызов врача на дом». Воспитатель формирует положительно-эмоциональное отношение к врачам, мотивацию к здоровьесбережению;

3) ситуация игрового взаимодействия «Доктор Айболит». Воспитатель с помощью сказочного сюжета мотивирует детей отражать элементарные нормы и правила здорового образа жизни в поведении и деятельности.

Ситуации игрового сотрудничества включают в себя проблемное ролевое взаимодействие воспитателя с детьми старшего дошкольного возраста, раскрывающее основы здорового образа жизни. Воспитатель занимает игровую позицию, имеющую проблемный характер. Методика организации ситуаций игрового сотрудничества состоит в том, что воспитатель организует ситуации игрового сотрудничества, в которых дети вместе со взрослым придумывают и проигрывают перевоспитывающие сюжеты для отрицательных героев мультфильмов (сказок, рассказов), отражающие правила здорового образа жизни, безопасного поведения.

Ситуации игрового сотрудничества строятся следующим образом: вспоминание отрицательного героя – придумывание сюжета, перевоспитывающего отрицательного героя в доброго персонажа, соблюдающего здоровый образ жизни

(выбрать один из аспектов здорового образа жизни) – проигрывание придуманного сюжета – оформление полученной информации о здоровом образе жизни в форме коллажа, рисунка, книги и т.д.

Рассмотрим пример ситуации игрового сотрудничества, рекомендованной детям старшего дошкольного возраста «Айболит и Снежная Королева». Воспитатель с детьми вспоминают сказку Г.Х. Андерсена «Снежная Королева», составляют описательный портрет Снежной Королевы. Воспитатель просит детей фантазировать, как можно перевоспитать Снежную Королеву в доброго персонажа, знающего золотые правила правильного питания. Дети высказывают свои варианты. Затем воспитатель комбинирует истории, придуманные детьми, и составляет сначала рассказ, а потом – игровую ситуацию.

Приведем пример. Снежная Королева очень сильно заболела. У нее появились красные пятна на лице и шее, сыпь на руках. Она вызвала доктора Айболита, так как сама вылечиться не могла. Доктор Айболит осмотрел Снежную Королеву и сказал, что болезнь ее называется «Сладкоежка». Чтобы вылечиться от этой болезни, надо стать доброй и правильно питаться – есть только полезные продукты и соблюдать золотые правила питания (не переедать, ограничивать себя в сладостях, кушать в одно и то же время свежеприготовленную не жирную, не соленую и не острую пищу, тщательно пережевывать пищу и т.д.). Если Снежная Королева не будет следовать рецепту доктора Айболита, то болезнь ее никогда не пройдет, а красные пятна на лице и шее станут больше, сыпь выскочит по всему телу. Для того чтобы вылечиться, Айболит посоветовал Снежной Королеве поехать с ним в страну «Здоровых людей», где она сможет узнать о правильном питании и написать с ним книгу «Здоровая еда. Как правильно питаться?».

Далее разворачивается игровая ситуация «Путешествие доктора Айболита и Снежной Королевы в страну «Здоровых людей»» и оформляется книга «Здоровая еда. Как правильно питаться?».

Интеллектуальные игры закрепляют у младших школьников основные понятия, знания, установки, личностные ориентиры, обеспечивающие здоровый образ жизни. Примером таких игр могут быть: «Что? Где? Когда?», «Самый умный», «Своя игра», «Отгадай слово», «Умники и умницы», «Программа здоровье». Рассмотрим содержание игры «Программа «Здоровье»». В игре участвуют:

– 3 ведущих программы «Здоровье» (2 ученика и 1 учитель), которые рассказывают о здоровом образе жизни. Например, о режиме дня, правильном питании, утренней зарядке, оздоровительных мероприятиях, занятиях физическими упражнениями, инфекционных заболеваниях, вреде курения и т.д.;

– зрители, которые отвечают на вопросы ведущих программы, составляют вместе с ведущими свод правил здорового образа жизни. Примерные вопросы ведущих:

1. Как вы думаете, быть здоровым человеком – это хорошо или плохо?
2. Что такое здоровый образ жизни? Для чего его нужно соблюдать?
3. Вы заботитесь о своем здоровье? Как вы это делаете?
4. Какие вы знаете пословицы о чистоте?
5. Какое питание можно назвать здоровым?
6. Каким должен быть правильный режим дня?
7. Для чего нужно делать утреннюю зарядку и др.

Таким образом, использование инновационных игровых форм в дошкольном и младшем школьном возрасте обеспечивает успешный и непрерывный процесс формирования основ здорового образа жизни.

Список литературы

1. Деркунская В.А., Харчевникова А.Н. Педагогическое сопровождение сюжетно-ролевых игр детей 4-5 лет. М.: Центр педагогического образования, 2012. – 144 с.
2. Казначеев В.П. Здоровье нации – феномен экологии XXI века // Материалы I Всероссийского форума «III тысячелетие. Пути к здоровью нации». Москва, 15-17 мая 2001. – 194 с.

3. Лисицын, Ю.П. Санология – наука об общественном здоровье и здоровом образе жизни / Ю.П. Лисицын. – М.: Просвещение, 2001. – 231 с.

4. Харчевникова А.Н. Формирование основ здорового образа жизни у детей дошкольного и младшего школьного возраста в инновационных игровых формах // Наука и образование в современном обществе: вектор развития: Сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции 3 апреля 2014 г. В 7 частях. Часть II. М.: «АР-Консалт», 2014. – С. 101-102.