

Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение детский сад №11 «Умка» г. Павлово

Консультация для педагогов

**"Дидактическая игра — эффективное средство
формирования представлений
о здоровом образе жизни у дошкольников"**

Подготовила: Мурзина Е.М.
инструктор по физической культуре

2023г

Дидактическая игра — эффективное средство формирования представлений о здоровом образе жизни у дошкольников

Проблема воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни в последние годы является особенно актуальной в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально-демографических групп населения России и особенно детей дошкольного возраста. Её решение требует активного осмысленного отношения к своему здоровью и укреплению его с детских лет. Формирование представлений о здоровом образе жизни должно начинаться уже в детском саду. В этом деле нет мелочей. Вся жизнедеятельность ребенка в дошкольном учреждении должна быть направлена на формирование представлений о здоровом образе жизни, сохранении и укреплении здоровья.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования наряду с другими решает следующие задачи:

- Охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- Формирования общей культуры личности воспитанников, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности.

Отдельной областью в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования выделена область «*Физическое развитие*», в которой среди прочих задач овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.). Особое внимание должно уделяться овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, ведь именно оно - одна из главных составляющих физического развития ребенка.

Именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного воздействия формируется здоровье, привычка к здоровому образу жизни, общая выносливость, работоспособность организма и другие качества, необходимые для полноценного развития личности. Отношение ребенка к своему здоровью является фундаментом, на котором можно будет выстроить потребность в здоровом образе жизни. Эта потребность зарождается и развивается в процессе осознания ребенком себя как человека и личности. Отношение ребенка к здоровью напрямую зависит от сформированности в его сознании этого понятия.

Основы здорового образа жизни у детей дошкольного возраста определяются наличием знаний и представлений об элементах здорового образа жизни (соблюдение режима, гигиенических процедур, двигательной активности, и умением реализовывать их в поведении и деятельности доступными для ребенка способами (*чистить зубы, мыть руки, делать зарядку*)).

Успешное формирование основ здорового образа жизни у дошкольников во многом зависит от целенаправленной систематической воспитательно-

образовательной работы в дошкольном образовательном учреждении и семье, создания условий для осуществления педагогического процесса, согласованного взаимодействия в триаде ребенок – педагог – родитель, инициатором и координатором которого должен выступать педагогический коллектив дошкольного учреждения.

Любая система не прослужит достаточно эффективно и долго, если она не будет совершенствоваться, обновляться, модернизироваться. Поэтому актуальнейшей задачей на современном этапе развития дошкольного образования является осмысление накопленного опыта сохранения и укрепления здоровья детей. На фоне экологической и социальной напряжённости в стране, на фоне небывалого роста болезней цивилизации, чтобы быть здоровым, нужно иметь представление о здоровом образе жизни, о здоровье, его сохранении и укреплении, ведь формирование здорового подрастающего поколения – одна из главных стратегических задач развития нашей страны.

Реализуя право ребенка на здоровье и безопасность, педагоги нашего детского сада уделяют большое внимание приобщению дошкольников к ценностям здорового образа жизни.

Одним из средств, эффективно способствующих формированию представлений о здоровом образе жизни у старших дошкольников и выработке правильных привычек, является **дидактическая игра**. Дидактическая игра – это многоплановое, сложное педагогическое явление, она является и игровым методом обучения, и самостоятельной игровой деятельностью, и средством всестороннего воспитания личности ребенка.

В игре формируются все стороны личности ребенка, происходят значительные изменения в психике. В играх дошкольники воспроизводят всё то, что они видят вокруг себя в жизни и деятельности взрослых.

В игровой деятельности формируются многие положительные качества ребенка, интерес и готовность к предстоящему учению, развиваются познавательные способности.

Дидактическая игра даёт возможность решать различные педагогические задачи в игровой форме, наиболее доступной для дошкольников.

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. Дидактическая игра будит детское воображение. Увлечение игрой мобилизует умственную деятельность, облегчает выполнение задач. Своевременное и правильное применение дидактических игр в воспитательной практике обеспечивает решение задач в наиболее приемлемой для детей форме.

Дидактические игры - это разновидность игр с правилами, специально создаваемые педагогом в целях воспитания и обучения детей. Эти игры направлены на решение конкретных задач обучения, но, в то же время, в них проявляется воспитательное и развивающее влияние игровой деятельности. Они

обучают тем или иным навыкам, необходимым человеку в процессе его повседневной жизнедеятельности. Дидактические игры разнообразны по своему содержанию, игровому материалу, игровым действиям, познавательной деятельности и имеют определенную структуру, характеризующую игру как форму обучения и игровую деятельность одновременно, создают своеобразный микроклимат для формирования представлений о здоровом образе жизни у дошкольников.

Руководя игрой, педагог воспитывает активное стремление делать что-то, узнавать, искать, проявлять усилие и находить, обогащать духовный мир детей. А это всё содействует умственному и общему развитию. Для этой цели и служат дидактические игры. Педагогами нашего учреждения создана картотека дидактических игр по формированию представлений дошкольников о здоровом образе жизни.

Примеры дидактических игр по формированию представлений дошкольников о здоровом образе жизни :

Дигра : «Полезная и вредная еда».

Задачи:

1. Формировать знания детей о полезной и не полезной пище.
2. Систематизировать представления детей о работе пищеварительного тракта.
3. Развивать здоровые принципы питания.

Дигра : «Моё тело»

Задачи:

1. Формировать представление о строении тела и мышечной системы.
2. Формировать умение двигаться красиво и точно.
3. Воспитывать осознанное отношение к занятиям физической культуры, к собственному здоровью.

Дигра «Почему это произошло?»

Задачи:

1. Формировать понятие о первой медицинской помощи при солнечном, тепловом ударе, обмороке, укусе насекомого, кровотечениях, переломах, отравлении.
2. Познакомить с приёмами искусственного дыхания, его значения и необходимости.

Дигра : «Умею, не умею»

Задачи:

1. Познакомить детей с внешним строением тела, с возможностями тела (*организма*).

Дигра : «Письмо от Почемучки»

Задачи:

2. Обобщить, систематизировать и закрепить полученные знания о строении человека, о здоровом образе жизни
3. Воспитывать желание соблюдать правила здорового образа жизни.

Таким образом, в результате формирования начальных представлений о здоровом образе жизни средствами дидактической игры у дошкольников и её, мы отметили положительную динамику 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.

Дидактическая игра важна и для того, чтобы сделать жизнь детей полной и счастливой.

Литература:

Гуменюк Е. И. Будь здоров! Дидактические игры и игровые задания. /Е. И. Гуменюк, Н. А. Слисенко. – Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2011

Павлова М. А. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения : модели программ, рекомендации, разработки занятий. /М. А.

Павлова, М. В. Лысогорская. – Волгоград: Учитель, 2009

Степанова О. А. Развитие игровой деятельности ребенка: Обзор программ дошкольного образования. - М. : ТЦ Сфера, 2009

Журнал Справочник старшего воспитателя дошкольного учреждения март, 2011