

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области  
основная общеобразовательная школа № 23  
города Сызрани городского округа Сызрань Самарской области,  
структурное подразделение «Детский сад № 70»,  
реализующее общеобразовательные программы дошкольного  
образования

Дидактическая игра в развитии представлений старших дошкольников о  
здоровье как одной из главных ценностей жизни.

Воспитатель: Лапина Л.Н.

Сызрань 2022

Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения является одной из стратегических задач современного общества. В дошкольном образовательном учреждении эта задача значительна, приоритетна, так как она связана с неблагоприятной тенденцией снижения показателей здоровья детей за последнее десятилетие.

Традиционно составляющими здорового образа жизни дошкольников считались личная гигиена, рациональное питание, закаливание, оптимальный двигательный режим, а также правильно и грамотно составленная совместная образовательная деятельность воспитателя и ребенка.

Кроме того, большое внимание следует уделять задаче формирования у детей дошкольного возраста представлений о ценности здоровья и здорового образа жизни, воспитание здоровьесберегающего поведения.

В своей работе по формированию здоровьесберегающего поведения детей дошкольного возраста, я уделяю большое значение игровой деятельности в частности дидактическим играм. 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. Задача педагога – объяснить воспитанникам, что без здоровья невозможна полноценная жизнь. Чтобы быть крепким, выносливым, никогда не простужаться, не посещать педиатра и стоматолога, необходимо следить за питанием, физически тренироваться, соблюдать правила гигиены. А научиться всему этому можно игровыми методами.

В своей работе я использую следующие средства организации дидактических игр:

- использование и комбинирование дидактических игр в процессе обучения;

- включение дидактических игр в самостоятельную деятельность дошкольников;
- использование в дидактических играх развивающие упражнения, физкультминутки.

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.

Цели дидактических игр по ЗОЖ:

- приучение к здоровому образу жизни, соблюдению режима дня;
- получение представления о человеческом теле, его работе и потребностях;
- знакомство с гигиеническими правилами, приучение к чистоте и опрятности;
- формирование бережного отношения к собственному организму;
- расширение и систематизация представления о полезной и вредной пище, получение навыка дифференциации продуктов;
- знакомство с витаминами и питательными веществами;
- получение навыка оказания первой помощи и вызова врача;
- обучение выявлению опасных для жизни и здоровья ситуаций, закрепление представлений о правильном и безопасном поведении;
- расширение кругозора касаясь лечения и профилактики заболеваний;
- воспитание чувства сострадания, взаимопомощи;
- развитие речи, улучшение памяти и концентрации внимания.

Дидактические игры классифицируются по группам и дидактическим задачам:

1.«Я – человек» – игры, направленные на расширение и уточнение представлений детей о строении, работе, особенностях человеческого организма, правилах ухода за ним, о первой помощи в различной ситуации;

2. «Личная гигиена» – игры, направленные на закрепление культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания;

3. «Правильное питание» – игры, направленные на формирование у детей представлений о пользе тех или иных продуктов;

4. «Правила безопасности» – игры, направленные на запоминание основной группы опасных предметов, опасных ситуаций в быту, в природе о правильных действиях в конкретных ситуациях;

5. «Секреты психологического здоровья» – игры, направленные на освоение эффективных способов поведения и использование их в реальной жизни.

6. «Здоровый образ жизни» – игры, направленные на развитие представлений о составляющих здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье, на закрепление у детей потребности быть здоровым, заботливо относиться к своему организму.

Играя в д/и: «Умею не умею», « Ты моя частичка», «Моё тело» дети знакомятся со своими умениями и физическими возможностями своего организма, у них формируются знания о частях тела и мышечной системы. А для поддержания своего тела в опрятном виде детям помогают такие игры как «Подбери картинку», «Правила гигиены», «Чтобы кожа была здоровой» эти игры знакомят детей не только с правилами личной гигиены, но и правильным, бережным отношением к своему здоровью. Для формирования у детей знаний о полезной и вредной пищи, я использую игры: «Где живет витаминка?», «Витамины – это таблетки, которые растут на ветке», «Кто в домике живет?» и др. В ходе таких игр у детей формируется не только представление о пользе тех или иных продуктов и для чего они нужны человеку, но и происходит знакомство с витаминной ценностью продуктов, с действием витаминов на организм. А помочь детям запомнить предметы, опасные для жизни и здоровья; помочь самостоятельно сделать выводы о последствиях не осторожного обращения с ними нам помогают игры «Найди опасные предметы», «Опасно – не опасно», «Сто бед», «Что мы знаем о вещах». Дидактические

игры «Пиктограммы», «Эмоции», «Азбука настроений» учат детей определять эмоциональные состояния человека по его жестам, позе (пантомимике). А употреблять в своей речи «волшебные» слова; воспитывают вежливости, доброжелательности нам помогают игры «Вежливые слова», «Добрые слова».

Мною создана картотека дидактических игр по формированию представлений дошкольников о здоровом образе жизни, созданы альбомы и подборки фотографий.

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.