Інноваційні технології в дошкільній освіті: Збірник абстрактів Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції, м. Переяслав-Хмельницький, 28-29 березня 2018 р. / за заг. ред. Л. О. Калмикової, Н. В. Гавриш. Переяслав-Хмельницький: ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди», 2018. С. 88-90.

**Матвієнко С. І.**

Ніжинський державний університет

 імені Миколи Гоголя

**УДК: 373.2:613.95**

**Формування у дітей старшого дошкільної віку основ здорового способу життя засобами ігрових технологій**

Соціально-економічні реалії, екологічні проблеми України в останні роки призвели до цілого ряду невирішених проблем та негативно позначилися на здоров’ї людини. Саме воно визначається показником успішності людини й має закладатися з періоду дошкільного дитинства. Тому проблема формування основ здорового способу життя (*тут і далі – ЗСЖ*) не зникає з поля зору вчених та педагогів практиків. На сьогодні визначається важливим відповідно до суспільних реалій та освітніх запитів оновлювати підходи до формування основ здорового способу життя дітей як провідної концепції дошкільної освіти, забезпечувати розвиток дитини необхідним запасом знань, умінь та навичок у сфері ЗСЖ.

Формування в дитини старшого дошкільного віку основ здорового способу життя повинно відбуватися з опорою на провідний вид дитячої діяльності, яким є гра. Гра являє собою сукупність методів впливу на дитину, викликаючи в неї позитивні переживання й почуття за допомогою рухової, пізнавальної та комунікативно-творчої діяльності.

У валеологічному вихованні дошкільників можливо використовувати широкий спектр ігрових технологій, серед яких навчальні, виховні, продуктивні, соціалізуючи, творчі, комунікативні, сюжетно-рольові, трудові та народні ігри. Використання цих ігор ґрунтується на закономірностях фізкультурно-оздоровчої, розважально-ігрової та художньо-видовищної діяльності. Використання ігрових технологій у процесі формування основ ЗСЖ відкриває нові можливості для духовного зростання особистості дитини-дошкільника, сприяє підвищенню її освітнього рівня, покращенню фізичного та психічного стану шляхом позитивного впливу на емоційну сферу.

Серед видів ігор, які мають найбільший вплив на формування у старших дошкільників основ здорового способу життя, слід назвати, перш за все, сюжетно-рольові, дидактичні та рухливі ігри. Коротко схарактеризуємо їх стосовно проведення валеологічної роботи з дітьми.

Потенціал ***сюжетно-рольових ігор*** щодо набуття дітьми знань та умінь здорового способу життя визначається можливістю відображення в іграх суспільних дій (гра-подорож до тренажерної зали, гра в аптеку, лікарню тощо). В іграх цього виду діти, відображаючи професійну діяльність дорослих, їхні відносини один із одним, навчаються норм валеологічної поведінки, діяльності у галузі здорового пособу життя. Виконуючи роль, дитина, перш за все, повинна засвоїти характерні прояви поведінки або професійних дій дорослих, норми спілкування щодо емоційних проявів тощо. Безперечно, цим і визначається, по-перше, можливість перенесення в зміст сюжетно-рольових ігор різноманітних життєвих та професійних ситуацій у галузі здорового способу життя (відвідування лікаря, підготовка до спортивної Олімпіади, купівля ліків в аптеці тощо). По-друге, зміна різноманітних життєвих та професійних ситуацій надає педагогу можливість збагачення ігор дітей новими подіями, фактами, атрибутами, пов’язаними із здоров’ям тощо. Однак, частіше при проведенні відомих сюжетно-рольових ігор «Сім’я», «Дитячий садок», «Лікарня», «Аптека» дошкільники використовують тільки поняття, пов’язані з хворобою, її лікуванням, причинами захворюваності, аніж оперують знаннями і навичками здоров’язберігаючої поведінки.

Потенціал ***дидактичних ігор*** стосовно залучення дітей старшого дошкільного віку до здорового способу життя полягає в можливості надання дитині широкого спектру знань про здоров’я, здоровий спосіб життя (в усіх напрямах роботи). Серед дидактичних ігор, використання яких у роботі зі старшими дошкільниками спрямоване на підвищення рівня їхніх знань, уявлень про здоровий спосіб життя, а також формування відповідних навичок, можна назвати наступні: «Дозвілля дитини», «Сам удома», «Безпека на дорозі», «Роби правильно», «Для чого це потрібно», «Частини тіла», «Упізнай за смаком», «Скажи на смак», «Збери потрібне (лікарські рослини)» тощо.

Особливою категорією ігор є ***рухливі ігри***. Вони допомагають дітям дізнатися про роль рухів для життя людини, дозволяють змістовно зорганізувати дитяче дозвілля тощо. У валеологічній роботі зі старшими дошкільниками можна використовувати широкий спектр народних рухливих ігор, ігор-естафет, спортивних ігор. Із сюжетів народних рухливих ігор діти можуть дізнатися про традиції українського народу щодо загартування, ведення військової справи, занять працею та рухом під час дозвілля тощо. Це такі ігри, як: «Бондар», «Їду на Січ», «Чорноморець-біломорець», «Чий батько дужчий», «Посіяла огірочки», «Мисливець» та інші.

У старшому дошкільному віці дитина легко включається в різні види валеологічної діяльності: трудову, художньо-творчу, дослідно-експериментальну, моделюючу, ігрову. У зв’язку з цим необхідно акцентувати увагу на валеологічну спрямованість ігрової діяльності, яка ґрунтується на:

* перевазі ігор з валеологічним змістом, в яких дитина може виступити носієм норм здорового способу життя або своєрідним «рятівником», «помічником» дорослого з надання елементарної допомоги тому, хто погано себе почуває («медична сестра», «лікар», «аптекар», «інструктор з фізичного виховання» тощо);
* наповненні ігор валеологічним змістом;
* відмові від ігор, пов’язаних з деструктивним впливом на людське середовище щодо завдання шкоди здоров’ю людини.

Завданнями організації роботи щодо використання ігрових технології у роботі з дітьми старшого дошкільного віку з формування у них основ здорового способу життя є:

* засвоєння певної системи знань, пов’язаних із здоров’ям, соціальних норм і дотичних до цього норм та зразків соціальної поведінки, які відповідають завданням, спрямованим на сформованість у дитини знань і навичок підтримки власного здоров’я, відповідних засад валеологічної культури;
* виховання почуття відповідальності за власне здоров’я, здоров’я оточуючих та безпеку життєдіяльності;
* виховання відповідальності за належний стан навколишнього середовища;
* формування уявлень про роль фізичної культури та спорту у житті людини щодо підтримки та зміцнення її здоров’я;
* залучення дітей до духовних та культурних цінностей, народних традицій у галузі виховання здорової людини.

Отже, гра є потужним засобом формування в дошкільників основ здорового способу життя. Специфіка ігрової технології визначається тим, що в грі дитина накопичує знання, розвиває здібності, формує пізнавальні інтереси, а також вправляється у навичках здорового способу життя.

**Література**

1. Андрющенко Т. В. Формування здоров’язбережувальної компетентності у дітей старшого дошкільного віку: метод. посібн. Тернопіль : Мандрівець, 2016 – 120 с.
2. Матвієнко С. І., Заплішний І. І. Українські народні рухливі ігри в дошкільному навчальному закладі: навч.-метод. посіб. Ніжин: НДУ ім. Миколи Гоголя, 2017. 134 с.
3. Родионова Е. Б.Социально-культурные условия формирования основ здорового образа жизни дошкольников средствами игровых технологий :автореф. дисс. … канд. пед. наук : спец 13.00.05 «Теория, методика и организация социально-культурной деятельности». Тамбов, 2009. 21 с.