

Миронова Марина Леонидовна
Воспитатель
МБУ детский сад № 28 «Ромашка»

Формирование навыков ценностного отношения к здоровому образу жизни у воспитанников, посредством организации подвижных игр и игр с элементами спорта

Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит остро. Словосочетание «формирование здорового образа жизни» заняло прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы педагогов дошкольных учреждений и докладах на педагогических советах.

Первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются уже в дошкольном возрасте. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. В настоящее время задача формирования навыков ценностного отношения к здоровому образу жизни у воспитанников, посредством организации подвижных игр и игр с элементами спорта в нашем детском саду является одной из значимых. Как же нужно воспитывать ребёнка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу взрослым (педагогам и родителям) нужно начинать решать с самых ранних лет жизни ребёнка, решать системно и сообща.

Для всестороннего развития дошкольников чрезвычайно важно своевременно и качественно овладеть разнообразными движениями, в первую очередь основными их видами – бегом, ходьбой, прыжками, метанием, лазаньем, без которых нельзя активно участвовать в подвижных играх, а в дальнейшем успешно заниматься спортом. Усвоение детьми навыков этих движений, овладение правильными способами их выполнения обогащает двигательный опыт, необходимый в игровой деятельности, разнообразных жизненных ситуациях, труде и быту. Упражнения в основных видах движений расширяют диапазон двигательных способностей детей, облегчают в дальнейшем усвоение дошкольной программы по физической культуре.

В последние годы дети плохо выполняют спортивные упражнения на занятиях по физической культуре, на прогулке не играют в подвижные игры и имеют слабые представления о играх с элементами спорта.

Встал вопрос: у воспитанников нет представлений о важности и необходимости занятий физической культурой и спортом для сохранения собственного здоровья.

Необходимо отметить, что дошкольный возраст является важнейшим периодом, когда закладываются прочные основы физического, психического и социально-нравственного здоровья. В результате была определена проблема: дети должны понимать, что представляет собой тот или иной вид спорта, какой спортивный инвентарь нужен для того, чтобы им заниматься, где можно ему обучиться и т.д.

В нашем детском саду проблема «Формирование навыков ценностного отношения к здоровому образу жизни у воспитанников, посредством организации подвижных игр и игр с элементами спорта» решается различными способами: проводятся педагогические мастерские, где педагоги делятся своим опытом в решении данной проблемы, ЗОЖ мастерские (с изготовлением атрибутов и картотек для подвижных игр и игр с элементами спорта), мастер классы, а также непосредственно, работа с детьми (обучение и проведение подвижных игр и игр с элементами спорта.)

Работа представляет собой комплекс игр, которые способны влиять на состояние здоровья ребёнка. Цель: укрепление здоровья и повышение работоспособности детей дошкольного возраста через организацию подвижных игр и игр с элементами спорта.

Задачи:

- способствовать сохранению положительного психоэмоционального состояния у детей, удовлетворять потребность детей в движении;
- формировать умения выполнять правила подвижных игр, проявляя находчивость, выдержку, ловкость и самостоятельность;
- развивать у детей жизненно необходимые двигательные умения и навыки (ходьба, бег, лазание, метание и т.д.);
- развивать основные физические качества и двигательные способности детей (силовые, скоростно-силовые, координационные и др.);
- воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой, как к организованной форме максимального проявления его двигательных и функциональных возможностей;
- охранять и укреплять здоровье детей.

Являясь одним из основных средств и методов физического воспитания, подвижная игра позволяет эффективно решать оздоровительные, двигательные и воспитательно-образовательные задачи. Она оказывает всестороннее воздействие на физическое развитие и оздоровление ребёнка. Таким образом, решая сразу две образовательные задачи, предъявляемые федеральными государственными требованиями.

В процессе игры двигательная активность детей вызывает деятельное состояние всего организма, усиливает процессы обмена, повышает жизненный тонус.