

III. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СОВРЕМЕННЫХ РЕАЛИЯХ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

УДК 796.51

Абасова А.А.; Кожевникова Л.А.

ДВОРОВЫЕ ИГРЫ – КАК СПОСОБ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДОШКОЛЬНИКОВ

Муниципальное автономное учреждение дошкольного образования «Детский сад №9»
г. Ялutorовск, Россия, detsad.3@mail.ru

***Аннотация.** В статье рассматривается одно из направлений физического развития детей дошкольного возраста подвижные игры на улице, конкретно дворовые игры. Игры во дворе это способ приобщения детей к здоровому образу жизни. Описывается важность обучения детей этим играм. Подробно рассматривается вопрос о роли взрослых в организации и занятости детей на прогулке. В статье представлены игры с описанием, которые будут интересны педагогам, работающим в системе дошкольного образования и родителям.*

***Ключевые слова:** здоровый образ жизни, игра, дворовая игра, социализация, общение, воспитатели, дошкольники, родители.*

Abasova A.A.; Kozhevnikova L.A.

YARD GAMES – AS A WAY TO FORM A HEALTHY LIFESTYLE OF PRESCHOOLERS

Municipal Autonomous Institution of Preschool Education "Kindergarten No. 9",
Yalutorovsk, Russia, detsad.3@mail.ru

***Annotation.** The article deals with one of the directions of physical development of preschool children outdoor games, specifically yard games. Games in the yard is a way to introduce children to a healthy lifestyle. The importance of teaching children these games is described. The question of the role of adults in the organization and employment of children on a walk is considered in detail. The article presents games with a description that will be of interest to teachers working in the system of preschool education and parents.*

***Key words:** healthy lifestyle, game, yard game, socialization, communication, educators, preschoolers, parents.*

Реализация новых требований к качеству дошкольного образования предполагает пристальное внимание к физическому развитию и воспитанию дошкольников. Главной целью становится сохранение и укрепление здоровья детей [5].

Новая парадигма здоровья четко и конструктивно определена академиком Н.М. Амосовым: «Чтобы Стать здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные. Заменить их ничем нельзя» [4].

Какими факторами определяется здоровье? Эксперты Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в 80 – х гг. XX в. определили ориентировочное соотношение различных факторов обеспечения здоровья современного человека, выделив в качестве основных четыре группы таких факторов. На основе этого в 1994 году Межведомственная комиссия Совета безопасности Российской Федерации по охране здоровья населения в Федеральных концепциях «Охрана здоровья населения» и «К здоровой России» определила это соотношение применительно к нашей стране следующим

образом: генетические факторы – 15-20%; состояние окружающей среды – 20-25%; медицинское обеспечение - 10-15%; условия и образ жизни людей – 50-55%.

Мы не можем повлиять на состояние окружающей среды или генетические факторы, но обратить внимание взрослых на формирование здорового образа жизни ребёнка мы имеем возможность. Здоровый образ жизни – есть способ жизнедеятельности, соответствующий генетически обусловленным типологическим особенностям данного человека, конкретным условиям жизни и направленный на формирование, сохранение и укрепление здоровья и на полноценное выполнение человеком его социально-биологических функций.

В основе формирования здорового образа жизни лежит ряд ключевых положений:

1. Активным носителем здорового образа жизни является конкретный человек как субъект и объект своей жизнедеятельности и социального статуса.

2. В реализации здорового образа жизни человек выступает в единстве своих биологического и социальных начал.

3. В основе формирования здорового образа жизни лежит личностно-мотивационная установка человека на воплощение своих социальных, физических, интеллектуальных и психических возможностей и способностей.

4. Здоровый образ жизни является наиболее эффективным средством и методом обеспечения здоровья, первичной профилактики болезней и удовлетворения жизненно важной потребности в здоровье [3].

В детском саду результативность работы по формированию здорового образа жизни, достигается благодаря использованию разнообразных средств, в работе с детьми. Это беседы, физкультурные и оздоровительные мероприятия, физические упражнения, гигиена с опорой на индивидуальные особенности детей. В большей степени используются подвижные игры на свежем воздухе, потому что в играх развиваются не только физические качества, но и формируется ответственность за себя и других ребят. Воспитывается взаимовыручка, поддержка, нравственные основы поведения в коллективе, как сверстников, так и в разновозрастных группах. Главное, чтобы игры приносили детям удовольствие и радость, прибавляли уверенности в своих силах, развивали самостоятельность. Но все эти мероприятия проводятся в детском саду, а как же дома в выходные дни?

Мы провели опрос детей, чем они занимаются дома. Результат опроса не вызвал у нас, к большому сожалению, удивления: 73% детей проводят время возле телевизора или компьютера. Печально то, что ребята становятся «заложниками» компьютерного мира, игры перешли в область виртуально-электронную, дети предпочитают гаджет прогулке с друзьями на свежем воздухе, тем самым лишают себя необходимой активности и обычных жизненных радостей.

Мы взрослые знаем, что отсутствие двигательной нагрузки снижает тренированность мышц, приводит к нарушению мышечного тонуса и к нарушению осанки. К тому же недостаточное пребывание детей на свежем

воздухе приводит к гипоксии, недостатку кислорода, вследствие чего, прогрессируют хронические заболевания. Такое времяпрепровождение отрицательно сказывается не только на физической активности, оно лишает ребёнка общения со сверстниками, умения заводить новых друзей. С каждым годом дети становятся более озлобленными и уставшими [2].

Такая ситуация подтолкнула нас на поиск введения новых форм организации детей и тем для беседы с родителями. Мы нашли такой способ – это игры во дворе или дворовые игры.

Как помнится, в нашем детстве, мы очень много свободного времени проводили на улице, соответственно, были активны и подвижны. Играли во множество интересных и увлекательных игр, которым нас учили ребята, более старшего возраста, а мы в свою очередь передавали данный опыт, более младшему поколению. Дворовые игры привлекали детей разных возрастов, помнится, даже, некоторые взрослые были не прочь поиграть со своими детьми. Было действительно интересно, а главное нашим родителям не нужно было заставлять нас пойти на улицу и хоть немного подвигаться, как мы это можем наблюдать сейчас.

К сожалению, на сегодняшний день исчезла культура дворовых игр и дворовая социализация, со всеми ее особенностями. И если малышей еще можно встретить на площадках под присмотром родственников, то школьников не видно почти совсем. Оглядываем опустевшие дворы и вспоминаем исчезнувшие игры, которые во многом сделали нас такими взрослыми, какими мы стали. Сейчас многие с грустью говорят, что дворовые игры их детства совсем забыты, а нынешние дети и играть-то толком ни во что не умеют! Но вряд ли кто-то, задаёт вопрос «Почему?».

Мы провели опрос среди людей трёх возрастных категорий, в какие игры они играют или играли на улице. Результат представлен в таблице.

Возрастные категории		
Дети 6-7 лет	Родители 26-40 лет	Бабушки и дедушки 45 – 55 лет
«Прятки»	«Прятки»	«Прятки»
«Вышибалы»	«Вышибалы»	«Вышибалы»
Катание на велосипеде	«Фанты»	«Фанты»
Катание на или скейте	«Войнушки»	«Войнушки»
	«Казачьи разбойники»	«Казачьи разбойники»
	«Резиночки»	«Резиночки»
	«Скакалка»	«Скакалка»
	«Классики»	«Классики»
	Катание на велосипеде	«Попоганяло»
		«Картошка»
		«12 палочек»
		«Козёл»
		«Лапта»
		«Штандер»
		«Чижик»

По результатам опроса можно сделать вывод о том, что из поколения в поколение нет передачи игровых навыков. Каждое следующее поколение просто не знает этих игр, никогда о них не слышали. Люди 45-55 лет с восторгом вспоминают былые времена, но при этом не учат детей и внуков, тем самым не передают свои знания, впечатления и эмоции.

Дворовые игры – это игры, возникающие по инициативе детей, самостоятельные игры, не требующие участия взрослого. Дети старшего возраста являются хранителями и носителями знаний о дворовых играх. Они учат младших играм и контролируют выполнение правил. При этом младшие играют наравне со старшими [1].

Дворовые игры имеют большое значение для развития детей и подростков – это интеллектуальное развитие, испытание себя и своих возможностей, понимание другого человека, сострадание и сопереживание ему. Игры способствуют развитию навыков общения, дети учатся договариваться (ведь необходимо вспомнить правила, установить очередность и т.д.), разрешать конфликтные ситуации. Возможно, кто-то сделал неправильный ход или сжульничал. Игры учат достойно проигрывать, развивают физические качества: ловкость, силу, быстроту реакции. Существуют игры, развивающие память, мышление, внимание, воображение: «Я знаю пять имён», «Да и нет», «Города», «Море волнуется раз».

Положительные моменты дворовых игр: развивают двигательные способности; не требуют материальных затрат; правила игр просты и понятны детям; знакомить можно уже с младшего возраста 2-3 лет; учат общаться со сверстниками; учат детей соревноваться, проигрывать и выигрывать.

Для нас стало целью рассказать детям об играх во дворе, разучить с ними правила, с помощью родителей. Наибольший интерес дети старшего дошкольного возраста проявили к таким играм, как: «Горячая картошка», «Царь горы», «12 палочек».

Эти игры мы разучили с детьми и, по опросу детей, больше всего им понравилась «Горячая картошка». Пять наших ребят научили этой игре своих друзей.

Несмотря на то, что все мы знаем «затёртое» выражение – «Движение – это жизнь», особенно если мы говорим о детских играх, во дворе, направленных на то, чтобы развлечь, сплотить, развить, привить стремление к здоровому образу жизни, то можно считать что мы добились небольшого, но положительного успеха.

Литература

1. Бакулина Т.А. Из истории русских народных подвижных игр / <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2012/02/10/iz-istorii-russkikh-narodnykh-podvizhnykh-igr>
2. Нищева Н.В. О здоровье дошкольников. Родителям и педагогам/Сост. Н.В.Нищева.-СПб., «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2006. - 208с.
3. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребёнка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. – М.:АРКТИ, 1999. – 88с.
4. 9 правил здоровья от Амосова. <http://medblog.in.ua/mykola-amosov-lyudyna-lehenda/>. (дата обращения:07.10.2021)

5. О состоянии санитарно-эпидемиологического благополучия населения в Российской Федерации в 2018 году: Государственный доклад.–М.: Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, 2019.–254 с.

УДК 796.51

Алферова И.В.

ДЕТСКИЙ ТУРИЗМ КАК ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ СРЕДСТВО В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

*Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 65, г. Тюмень, Россия, detskiy.sad.65@yandex.ru.*

Аннотация. В статье представлен опыт работы «МАДОУ детский сад 65» по организации и проведению общеразвивающей формы активного отдыха как детский туризм.

Ключевые слова: детский туризм, экскурсия, поход, двигательная активность.

Alferova I.

CHILDREN'S TOURISM AS A HEALTH-IMPROVING TOOL IN THE SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION OF PRESCHOOLERS

*Municipal Autonomous Preschool Educational Institution kindergarten 65,
Tyumen, Russia, detskiy.sad.65@yandex.ru*

Annotation. The article presents the experience of "MADOU kindergarten 65" in organizing and conducting a general form of active recreation as children's tourism.

Keywords: children's tourism, excursion, hiking, motor activity.

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников, приобщение их к здоровому образу жизни и к активному отдыху в настоящее время является довольно острым вопросом. Дети все чаще погружены в виртуальный мир и находятся большую часть времени в статическом положении. В связи с этим необходимо искать такие формы физического воспитания, которые одновременно могли бы повышать и физические качества и умственно-познавательные способности. Работа с детьми, вовлекая их в мир туризма, очень актуальна и целесообразна.

Мы живем в экологически чистом районе Тюмени. Географическое местоположение поселка Мыс, в котором расположен детский сад № 65 имеет такие живописные объекты живой природы как река Тура, озеро Круглое и парк им. Гагарина, так же на территории самого детского сада имеется экологическая тропа с развитой флорой.

Детский туризм напрямую связан с краеведением, изучением родной местности, является эффективной формой активного отдыха, укрепления здоровья, закаливания, развития такого физического качества как выносливость. Прогулкам с экологической направленностью, экскурсиям и походам в нашем детском саду мы уделяем большое внимание.

Работа по теме «Детского туризма» строится в двух основных направлениях:

- познавательная деятельность;