

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида №8»

Семинар
Для педагогов на тему:
«Игры в формировании культуры
здоровья дошкольников»

Подготовила:
Воспитатель Шумейко Н.И.

г. Сергиев Посад
Ноябрь 2022 г

Игра как средство формирования культуры здоровья

Игра является незаменимым средством сбережения и обогащения здоровья ребёнка в дошкольном детстве. Игра — единственная форма деятельности ребенка, которая во всех случаях отвечает его организации. Никогда не предъявляет она требований ему, которых он не мог бы выполнить, и вместе с тем она требует от него всегда некоторого напряжения сил, что связано с бодрым, жизнерадостным самочувствием, а бодрость и радость — залог здоровья».

В младшем и среднем дошкольном возрасте оптимальными методами здоровья сберегающего воспитания и развития ребенка становятся: активное экспериментирование, дидактические игры на предметной и предметно-манипулятивной основе, сюжетные игровые ситуации проблемного характера, сюжетно-ролевые игры. В возрасте от 3 до 5 лет следует активно использовать фольклор и детскую литературу соответствующей тематики как возможное интегрирование детской литературы и игры в формировании основ здорового образа жизни.

Как уже отмечалось, богатейшим подспорьем в организации воспитателем режимных моментов с детьми младшего и среднего дошкольного возраста становится фольклор и детская литература. С их помощью несложно придумать игры, которые помогут ребенку научиться умываться, чистить зубы, следить за чистотой рук и лиц, внешней опрятностью и аккуратностью и вместе с тем доставят малышу удовольствие и радость. При организации культурно-гигиенических процедур с младшими дошкольниками и с детьми более старшего возраста можно использовать различные игровые приемы: «СМС Здоровья», «Ищем «чистые» слова», «Научи котенка умываться», «Фотограф чистоты», «Ожившие фотографии»

« СМС ЗДОРОВЬЯ»

Взрослый обращается к ребенку, который забыл помыть руки или выглядит неопрятно: *«На твой мобильный телефон (имеется в виду игрушка), пришло сообщение (смс). Сейчас я его тебе прочитаю...»*. Содержание послания может быть следующим: *«Алешенька, ты забыл помыть ручки!»* или: *«Танечка, умой личико!»* Можно зачитать ребенку подходящее стихотворение. Отправителем может быть любой игровой персонаж или Мистер Здоровье.

«Ищем «чистые» слова»

Воспитатель предлагает ребенку поискать «чистые» слова: чистота, мыло, вода, полотенце... Этим можно заняться в умывальной комнате и таким образом подвести ребенка к необходимости вымыть руки и лицо. Чем старше становится ребенок, тем богаче его словарь. В старшем дошкольном возрасте дети могут искать рифмы к «чистым» словам или ассоциации.

«Научи котенка умываться»

Воспитатель обращается к ребенку, который забыл или регулярно не моет руки перед обедом, после туалета, после прогулки. Используется игрушка, одеваемая на руку «Котенок» или любая другая, привлекающая ребенка.

«Посмотри, Наташенька, наш котенок жалобно мяукает и плачет... Он устал быть грязнулей, хочет быть чистюлей. Просит тебя научить его умываться. Ты умеешь умываться? Давай расскажем и покажем котенку, как сделать ручки и личико чистыми...»

«Фотограф чистоты»

Взрослый заранее готовит четыре рисунка с изображением чистого, улыбающегося лица ребенка (мальчика и девочки) и запачканного недовольного лица (мальчика и девочки). Такие рисунки можно нарисовать самому или подобрать из журналов, дидактических картинок. Оформить их необходимо как фотографии. Воспитатель, замечая ребенка - грязнулю, обращается к нему: «Давай я тебя сфотографирую!» Ребенок с радостью соглашается. Затем, он показывает ему «фотографию», в качестве которой используется соответствующая картинка.

- Кто же это у нас получился? — восклицает педагог.
- Что же надо сделать, чтоб узнать себя на фотографии?
- Правильно, умыться, а потом я тебя сфотографирую еще раз.

Начиная с младшего дошкольного возраста, у детей в группе могут быть дидактические развивающие куклы «Мойдодыр», «Доктор Айболит», «Девочка Чистюля» или «Мистер Безопасность». Эти куклы сопровождают ребенка на пути к здоровью, в ходе приучения его к здоровьесберегающим правилам. Наличие такого персонажа в группе позволит воспитателю бесконечно придумывать увлекательные и полезные игры. Например, «Конкурс Мойдодыра — чистый из чистых», «Первый приз девочки Чистюли», «Мисс и Мистер Аккуратность», «Самое безопасное поведение», «Самый здоровый».

Одним из видов игр, которые могут быть использованы воспитателем в ходе здоровьесберегающего воспитания и развития детей младшего и среднего дошкольного возраста являются игры-экспериментирования и игры-путешествия на предметной основе.

Игры-эксперименты, а также игры-путешествия — это разновидности дидактической игры.

Игры-эксперименты — это игры на основе экспериментирования с предметом (предметами).

Игры-путешествия заключаются в том, что ребенок совершает воображаемую прогулку в мир вещей, предметов, манипулирует с ними, разрешает проблемную игровую ситуацию в ходе такого условного путешествия.

Предлагаемые игры для детей младшего дошкольного возраста, объединены в три тематических цикла по основанию содержания воспитания культурно-гигиенических умений и навыков:

- цикл - «Водичка, водичка»;
- цикл — «Я одеваюсь сам»;
- цикл — «Так привыкли мы к порядку».

Рассмотрим некоторые примеры.

Игры цикла «Водичка, водичка...»

Игра-экспериментирование «Чистящая вода»

Цель: сформировать или закрепить у детей представление о том, что вода смачивает и очищает, сформировать умение (навык) мыть руки через практикование и экспериментирование с водой.

Материал: широкая миска (желательно прозрачная) с водой, 2 салфетки — чистая и грязная, безопасная краска для нанесения на детские ладони.

(Описание: предложить детям взять бумажную салфетку (чистую) и осторожно опустить ее в сосуд на поверхность воды. Объяснить, что вода намочила салфетку.

Аналогичную работу проделать с грязной салфеткой. Объяснить, что вода растворила грязь. Рассмотреть вместе с детьми, как вода становится грязной.

Затем нанести на детские ладошки краску и попросить детей растворить ее в воде, опустив туда руку. Понаблюдать, что будет происходить с ладонями. Рассмотреть, как окрашивается вода, а руки становятся чистыми. Порассуждать с детьми, зачем нужно мыть руки, можно ли ходить с грязными руками, почему это небезопасно.

Игра-экспериментирование «Мокрые рукава и полотенце»

Цель: показать необходимость засучивать рукава (т.к. они будут мокрые) и вытирать руки полотенцем насухо, сформировать умение (навык) мыть руки водой и правильно вытирать их полотенцем через практикование и экспериментирование.

Материал: кусочек полотенца или маленькое полотенце целиком, широкая миска с водой.

Описание: предложить детям взять полотенце и положить в миску.

- Как вы думаете, что произойдет? (Намокнет, станет мокрым).

Попробовать провести подобную операцию с рукавом кукольной одежды. Объяснить, что рукава одежды тоже могут намокнуть. Предложить детям подумать, удобно и полезно ли ходить с намоченными рукавами рубашки. Почему это небезопасно. В заключении игры объяснить, что полотенца впитывают воду, которая есть на руках (становится мокрым).

Игра-экспериментирование «Госпожа зубная щетка»

Цель: познакомить детей со свойствами зубной щетки: состоит из маленьких ворсинок, хорошо трет, чистит. Закрепить культурно - гигиенический навык в ситуации практикования.

Материал: зубные щетки для каждого ребенка, тазик с водой, зубная паста.

Описание:

Лена-гигиена (игровой персонаж) приносит зубную щетку.

- Чем мы чистим зубы? Почему мы чистим зубной щеткой?

Взрослый предлагает рассмотреть зубную щетку, потереть ею о руку.

- Что вы чувствуете? Зубная щетка хорошо трет, “маленькие ворсинки” попадают в щелочки между зубами и достают остатки пищи. Зубки остаются чистыми, а значит здоровыми. А откуда в зубах остатки пищи? Как они скапливаются во рту? Как часто надо чистить зубы? Зачем это необходимо делать? Что будет, если не чистить зубы совсем или чистить их неправильно?

Предложить детям поэкспериментировать с зубной щеткой и водой, размочить ворсинки, посмотреть, как по-разному они выглядят. Потереть ладошку влажной щеткой, сравнить результаты. Нанести на зубную щетку пасту, растворить ее в воде, понаблюдать, что будет происходить в воде.

Игра-путешествие «Путешествие в страну щеток»

Цель: обратить внимание детей на то, что существуют разные щетки (обувная, сметка, швабра, зубная, для расчесывания волос), но назначение каждой из них — помочь человеку убрать грязь. Закрепить необходимый навык в использовании здоровьесберегающего предмета.

Материал: различные щетки: обувная, зубная, сметка, швабра, щетка-расческа для волос.

Описание: *взрослый рассказывает, что Госпожа Зубная Щетка приехала к ним из страны щеток. Предлагает попутешествовать в эту страну.*

В стране щеток живут разные жители. Посмотрите на них. Что отличается у этих жителей? (Внешний вид, размер, назначение) Для чего они нужны? Показ детьми разнообразных действий с щетками. Но они все живут в одной стране. Что похожего у всех ее жителей? (Ворсинки) Для чего нужны нам эти вещи? (Для обеспечения чистоты, помощи человеку в наведении порядка)

Игры с щетками по желанию детей, предметно - манипулятивные действия. Воспитатель может создать ситуацию, в которой щетки используются каким-либо персонажем (например, Незнайкой) неправильно: зубная — чистит обувь, столовая — причесывает волосы и т.п. Дети решают эту запутанную ситуацию, раскладывают щетки по назначению.

Игра-путешествие «Путешествие в страну Одежды»

Цель: продиагностировать, что знают дети о назначении одежды и о правилах ухода за ней. Попрактиковаться в ее использовании.

Материалы: картинки с изображением одежды, обуви, головных уборов.

Описание: *взрослый предлагает ребятам отправиться в страну одежды (например: в раздевалку).*

-- Зачем нам одежда? Какая она бывает? *(Показывает картинки)*

- Что может произойти с одеждой плохого? *(Испачкаться, порваться, помяться)* /

- Что делают взрослые, чтобы привести одежду в порядок, сделать ее чистой, красивой? *(Стирают, гладят, зашивают)*

- И вы можете помочь своей одежде. Как? *{Не пачкать, не мять, складывать аккуратно}* Что надо делать, чтобы одежда не мялась, не пачкалась? *(Аккуратно складывать, вешать на вешалку)*

Взрослый предлагает детям поухаживать за своей одеждой и аккуратно сложить в шкафчиках. Возвращаются из страны одежды в группу.

Наряду с перечисленными видами игр воспитатель использует игры с правилами. В этих играх ребенка привлекает процесс, желание выполнять действия, добиться результата, выиграть. Именно тот факт, что в играх с правилами ребенок учится управлять своим поведением, определяет их значение для овладения культурой здоровья и формирования основ здорового образа жизни. В среднем дошкольном возрасте наряду с играми-путешествиями и играми-экспериментами рекомендуется использовать тематические игры-этюды, связанные с освоением детьми образовательной области «Здоровье».

Игра-этиюд - это небольшая драматизация на основе стихотворного текста, которая осуществляется детьми совместно с воспитателем.