|  |
| --- |
| МБДОУ «Детский сад №36 «Полянка» |
| Подвижная игра как средство формирования социального здоровья |
| Практикум для педагогов ДОУ |

|  |
| --- |
|  Спивак Л.Н. |

**Подвижная игра как средство формирования социального здоровья**

 В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, долголетия, всесторон­ней двигательной подготовленности и гармоничного физического развития. Именно поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте.

На сегодняшний день каждое обще­образовательное учреждение долж­но стать «школой здорового образа жизни» детей, где любая их деятель­ность будет носить оздоровительно-педагогическую направленность, и способствовать воспитанию потреб­ности в здоровом образе жизни.

Основываясь на определении Все­мирной организации здравоохранения, выделяют следующие компоненты здо­ровья: здоровье физическое, здоровье психическое, здоровье нравственное и здоровье социальное.

Здоровье социальное — мера социальной активности, деятель­ного отношения человеческого ин­дивидуума к миру. Педагогическое определение: это моральное само­обладание, адекватная оценка свое­го «Я»; самоопределение личности в оптимальных социальных условиях микро- и макросреды (семья, детский сад, школа, социальная группа). Таким образом, социальная активность про­является в поведении, направленном на поддержание выполнения ее правил, в стремлении помочь выполнить эти правила своему сверстнику.

Социально неуверенные, имеющие неадекватную самооценку дети склонны в каждом деле находить непреодолимые препятствия, реагируя на них неадек­ватным поведением. Высокий уровень внутренней тревоги не позволяет им приспособиться сначала к детской группе, потом к школьной жизни; затем та же проблема переходит во взрослую жизнь.

Преодоление возникающих затруд­нений — это результат социальной жизни, в которой дети все видят и воспроизводят реальную действитель­ность в игре. Переход от индивидуаль­ной жизнедеятельности к социально ориентированной происходит потому, что детские взаимоотношения возни­кают в процессе самой деятельности и разыгрываются в связи с ней. Та­ким образом, первый опыт социально ориентированной жизнедеятельности ребенок получает в детском саду при взаимодействии со сверстниками. Очень важно в этот период создать по­зитивный опыт совместного с другими существования, так как ребенок оцени­вает себя «глазами» социума. И какова его самооценка — отраженная оценка социума, таков и его социальный ста­тус, возможность взаимодействовать с социумом, а также способность адаптироваться к окружающей среде. А поскольку основным назначением игры является подготовка ребенка к полноценной социальной деятельности, эта задача реша­ется через моделирование социальной жизни, включение ребенка в эту деятельность.

Наиболее эффективной деятельностью является та деятельность, в основе которой лежит движение, так как двигательная активность во многом определяет развитие организма и связана с гармоничной последовательной организацией нервной системы, ее чувствительных и дви­гательных центров, анализаторов.

Подвижные игры, модер­низированы с помощью игровых упражнений, разработанных кандидатом педагогических наук Швалевой Т. А., доцентом кафедры физкультуры и спорта Хакасского государственного университета имени Н. Ф. Катанова.

Нестандартность игр заключается в том, что они позволя­ют организовать обучение и воспитание детей посредством физического воспитания.

«Мы готовим суп»

Цель.

Развитие самооценки, внимания, двигательной активности, закрепление знаний об овощах.

Количество играющих — 5 человек.

Оборудование.

 Муляжи овощей (или иллюстрации); «ромашка» — на обороте каждого лепестка изображены те же овощи; обручи.



Содержание.

Все игроки выстраиваются в колонну по одному. В
противоположном конце комнаты находятся муляжи овощей, лежащие в обруче. У ведущего в руках «ромашка».

Участник команды выбирает цвет лепестка, ведущий переворачивает его и показывает, какой овощ там спрятан. Игрок должен быстро добежать до обруча,взять муляж, бегом вернуться обратно и положить овощ в общий котел. Оценивается каждый участник, правильно выполнивший за­дание.

«Передай дальше»

Цель.

Формирование чувства уверенности в себе, раз­витие ловкости, закрепление умения правильно выполнять физические упражнения.

Оборудование.

Мягкий куб, на гранях которого изобра­жены виды физических упражнений.



Содержание.

Участники стоят в кругу. Ведущий в центре. Дети пере­дают друг другу куб; по сигналу ведущего «Стоп!» движение останавливается. Тот, у кого остался в руках куб, выходит в центр Игрок его бросает, затем выполняет то физическое упражнение, которое выпало на его грани. Далее этот участник становится ведущим.

«Хвосты»

Цель.

Развитие двигательной активности, ловкости; за­крепление знаний о цветах, воспитание дружелюбия.

Количество играющих — 5 человек.

Оборудование.

Разноцветные ленты одинаковой длины, 5 лепестков крупного цветка таких же цветов, что и ленты.

Содержание.

Каждому игроку заправляют за пояс сзади цветную ленту так, чтобы 2/3 длины свисало наподобие хвоста. Лепестки цветка располагают по кругу на расстоянии 5 метров от участников.

По сигналу ведущего каждый из игроков должен отобрать «хвост» у «противника», одновременно не отдав свой.

Ребенок, которому удастся отобрать ленту, должен положить ее к лепестку соответствующего цвета. Выигрывает тот, кто первый это сделает.

«Я знаю пять цветов»

Цель.

Развитие самооценки, за­крепление полученного умения четко и правильно выполнять физические упражнения.

Количество играющих — 5 че­ловек.

Оборудование.

Пять разноцветных лепестков крупного цветка, на каждом изображение какого-либо физического упражнения.

Содержание.

Участники стоят по кругу, у каждого в руке лепесток. Ведущий стоит в цент­ре, бьет мячом об пол (или подбрасы­вает его вверх), произнося с каждым ударом (броском) очередное слово: «Я знаю пять цветов». И перечисляет цвета 5 лепестков.

Когда он называет последний цвет, участник с соответствующим лепестком выходит в центр и выполняет физиче­ское упражнение, изображенное на обороте. После того как все участники выполнят упражнения, можно поменять­ся лепестками.

«Листопад»

Цель.

Воспитание морально-волевых качеств в решении двигательной задачи коллективно, развитие двигательной активности.

Содержание.

Участники делятся на две команды. В каждой команде один из игроков принимает роль «березки» и «рябины», а остальные участники становятся «ли­стьями». На груди каждого игрока прикреплены соответствующие картинки. С одной стороны игрового поля становится «березка» со своими «листьями», а с другой — «рябина».

По сигналу ведущего «листья» под музыку кружатся произвольно по ком­нате; как только музыка замолкает, игроки быстро бегут к своему «дере­ву». Выигрывает та команда, которая быстрее всех соберется вместе.

«Кто где живет»

Цель. Формирование коммуникатив­ных способностей, развитие вниматель­ности, закрепление знаний о домашних и диких животных.

Количество участников — 6 и более.

Оборудование. Картинки с изобра­жениями диких и домашних животных.

Содержание.

На груди у каждого ребенка карман, в который вложено изображение жи­вотного (у одних это могут быть дикие животные, у других — домашние).

Все участники под музыку двигают­ся по игровой комнате; когда музыка останавливается, играющие должны самостоятельно объединиться в две группы: в одной оказываются дети с изображением диких животных, а в другой — домашних.

Подвижная игра — незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. При проведении подвижной игры имеются неограниченные воз­можности комплексного использования разнообразных методов, направленных на формирование личности ребенка. В процессе игры происходит не только упражнение в имеющихся навыках, их закрепление и совершенствование, но и формирование новых психических процессов, новых качеств личности ребенка.

 Литература.

 Дошкольная педагогика №8/2008