

**В. П. Горленко**

УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины»,  
г. Гомель, Беларусь

## **ИГРОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДОШКОЛЬНИКОВ**

*Раскрывается роль и значение игровой деятельности в формировании здорового образа жизни дошкольников. Дается характеристика основных структурных компонентов сюжетно-ролевой игры. Показывается возможность активизации процесса приобретения дошкольниками здоровьесберегающего опыта через сюжетно-ролевые игры.*

*Ключевые слова: дошкольник, игра, игровая деятельность, сюжетно-ролевая игра, здоровье, здоровый образ жизни, здоровьесберегающий опыт.*

Формирование здорового образа жизни должно происходить непрерывно и целенаправленно. Особенно актуальна эта проблема в период дошкольного детства. Именно на этом этапе формируются характер и система отношений ребенка. «Отношение ребенка к своему здоровью, – пишет Т. В. Ворожко, – является фундаментом, на котором можно будет выстроить здание потребности в здоровом образе жизни. Оно зарождается и развивается в процессе осознания ребенком себя как человека и личности, напрямую зависит от сформированности в его сознании этого понятия» [1, с. 462]. Вот почему в настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является укрепление, сохранение здоровья и формирование здорового образа жизни детей. Важное значение в формировании здорового образа жизни дошкольников приобретает игра (К. Д. Ушинский, П. Ф. Лесгафт, Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, Д. Б. Запорожец, В. В. Давыдов, Д. Б. Эльконин). Для более глубокого понимания роли игры в развитии дошкольника обратим внимание на следующие положения.

*Социальный характер детской игры.* Игра возникает в результате вполне определенных социальных условий жизни ребенка и служит мерой их социальной адаптации. Созданные взрослыми игры, игрушки, игровые техники, правила различных игр передаются из поколения в поколение. К. Д. Ушинский отмечал, что игра для ребенка есть «действительность, и действительность гораздо более интересная, чем та, которая его окружает... Интереснее она для ребенка именно потому, что отчасти есть его собственное создание» [2, с. 353].

*Игра как форма организации жизни и деятельности детей.* Научное обоснование игры как организации жизни и деятельности детей в детском саду содержится в работах ученых советского периода: психолога. Авторы этих работ считают, что Взрослый, педагог, чтобы управлять и направлять процесс развития ребенка должен находиться в центре его жизни, понимать значимые для него и важные моменты, разделять его интересы (Д. Б. Эльконин, 1978; А. П. Усова, 1976). И все же игра – это в первую очередь самостоятельная деятельность дошкольника, в которой у него есть возможность развивать свою активность и инициативу, формировать навыки самоорганизации в игре.

*Игра как средство воспитания.* Многочисленные исследования свидетельствуют о том, что при педагогически целесообразном руководстве игра содействует обогащению кругозора дошкольника, развитию образных форм познания, развитию речи, расширению его интересов. Велика роль игры в усвоении норм дисциплинарного поведения и правил взаимоотношений. Посредством включения в игру можно воспитать упряма или эгоиста, а можно достойного гражданина, толерантного человека. С одной стороны, игра – самостоятельная деятельность ребенка, с другой – необходимо внимание взрослых, чтобы игра стала средством его воспитания, обучения и развития.

Детские игры – явление неоднородное и многоликое. С помощью включения дошкольников в активную игровую деятельность можно эффективно решать многочисленные задачи формирования у них *здорового образа жизни*. Эти задачи связаны с формированием у дошкольников элементарных представлений о здоровом образе жизни, воспитанием полезных привычек, развитием потребности в двигательной деятельности, стимулированием развития

творческих способностей и др. В нашу задачу входит рассмотрение *сюжетно-ролевых игр*, которые в той или иной мере способствуют формированию у дошкольников здорового образа жизни и продвигают становление их здоровьесберегающего опыта.

На протяжении всего дошкольного детства, пока ребенок растет и развивается, приобретает новые знания и умения, сюжетно-ролевая игра остается наиболее характерным видом его деятельности. В связи с этим Т. А. Кондрашова пишет: «В ходе сюжетно-ролевой игры ребенок осваивает моральные нормы, мотивы и цели деятельности взрослых, их отношение к труду, людям, вещам. В игре формируется положительное отношение к образу жизни людей, к поступкам, нормам и правилам поведения в обществе, а также расширяется общий кругозор и развивается эмоциональная сфера ребенка» [3, с. 52].

Одна из главных черт сюжетно-ролевой игры – самостоятельность детей. «Основной особенностью сюжетно-ролевой игры, – отмечает Н. В. Краснощекова, – является наличие в ней воображаемой ситуации. Воображаемая ситуация складывается из сюжета и ролей» [4, с. 6]. Сюжетно-ролевая игра имеет определенную структуру. В статье «Влияние сюжетно-ролевой игры на развитие детей дошкольного возраста» ее авторы И. Е. Буршит и А. А. Зайцева пишут, что «сюжетно-ролевая игра имеет свою структуру, в которую входят сюжет, содержание, роль» [5, с. 140].

*Сюжет игры.* Это та сфера деятельности, которая воспроизводится детьми и отражает определенные действия, события, взаимоотношения и разноплановую деятельность окружающих. При этом игровые действия (готовит обед, делает гимнастику, моет фрукты, лечит людей, учит детей) – рассматриваются как одно из основных средств реализации сюжета. Условно сюжеты делят на бытовые (семья, детсад), производственные (игры в больницу, магазин, парикмахерскую), общественные (игры в библиотеку, музей, школу).

*Содержание игры.* Это то, что ребенок воспроизводит в деятельности, копируя жизнь взрослых. Сюжетно-ролевые игры на тему здорового образа жизни могут отражать самые различные его направления.

*Медицинская активность* – «Кто нас лечит», «На приеме у врача», «Скорая помощь», «Вирусы и микробы», «Больница», «Аптека».

*Рациональное питание* – «Что в моей корзинке», «Овощная сказка», «Сладкая жизнь», «Вредное и полезное», «Витаминное меню», «Съедобное – несъедобное».

*Гигиена и навыки самообслуживания* – «Мальчик грязнуля», «Уроки Мойоддыра», «Салон красоты», «Каждой вещи свое место», «День и ночь», «Одеваем куклу», «Порядок в доме».

*Двигательная активность* – «Дровосек», «В стране Здоровейка», «Правильная осанка», «Я – силач», «Мишка лежебока», «Загадочная аэробика».

*Психоэмоциональная регуляция* – «Кукла Плакса», «Веселый, грустный, сердитый», «Мой дружок песок», «Сказочный герой», «Человек маска», «Изобрази эмоцию».

*Безопасная жизнедеятельность* – «Опасно – не опасно», «Опасность вокруг нас», «Что мы знаем о вещах», «Сто бед», «Мы – спасатели».

*Роль ребенка в игре.* Для ребенка игра – это не просто активность, это его позиция, зависящая от сюжета и выбранной роли. В процессе игрового взаимодействия рождаются диалоги, происходит соподчинение мотивов, примеряет роли, которые ему интересны и понятны.

Сюжетно-ролевая игра является ведущим видом деятельности в старшем дошкольном возрасте, который определяет психическое, личностное и социальное развитие ребенка. Именно в игре формируется система отношений ребенка, в том числе – отношение к здоровью. От типа и содержания игр во многом будет зависеть характер дошкольника, его отношение к себе и взаимоотношения с другими (сверстниками и взрослыми).

### Список использованных источников

1 Ворожко, Т. В. Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни как социально-педагогическая проблема / Т. В. Ворожко // Научно-методический журнал Концепт. – 2015. – Т. 13. – С. 461–462.

2 Ушинский, К. Д. Избранные педагогические сочинения : в 2 т. / К. Д. Ушинский; под ред. А. И. Пискунова [и др.]. – М. : Педагогика, 1974. – Т. 1. – 584 с.

3 Кондрашова, Т. А. Сюжетно-ролевая игра как инструмент формирования картины мира дошкольников / Т. А. Кондрашова // Журнал педагогических исследований. – 2017. – Т. 2. – № 1. – С. 49–57.

4 Краснощекова, Н. В. Сюжетно-ролевые игры для детей дошкольного возраста / Н. В. Краснощекова. – 3- изд. – Ростов н/Д. : Феникс, 2008. – 251 с.

5 Буршит, И. В. Влияние сюжетно-ролевой игры на развитие детей дошкольного возраста / И. Е. Буршит, А. А. Зайцева // Символ науки. – 2016. – № 1–2. – С. 139–141.