*Скобелкина Светлана Сергеевна*

*МАДОУ «ДС № 213 г. Челябинск»*

**Организация предметно-пространственной** **среды для формирования здорового образа жизни детей дошкольного возраста**

***Аннотация:*** В статье представлен опыт работы по формированию здорового образа жизни детей дошкольного возраста. Описаны формы работы, которые реализуются в течение дня и осуществляются в различных видах деятельности детей: в учебной, в игровой и в продуктивной. В составе методического комплекса представлены элементы функционального модуля «Здоровейка»: упражнения, игры, задания и другие.

***Ключевые слова:*** здоровый образ жизни, предметно-пространственная среда, функциональный модуль, нейроигра, здоровьесберегающие технологии.

В настоящее время одна из главных задач Федеральной образовательной программы дошкольного образования (ФОП ДО) – охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоциональное благополучие [2]. У детей дошкольного возраста происходит перестройка функционирования разных систем организма, поэтому крайне необходимо способствовать воспитанию привычек и потребностей к здоровому образу жизни, поддержанию и укреплению своего здоровья. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни. Поэтому приоритетным направлением в дошкольном воспитании является повышение уровня здоровья.

Проблемы воспитания здорового ребёнка были и остаются наиболее актуальными в практике общественного и семейного дошкольного воспитания и диктуют необходимость поисков эффективных средств их реализации. В нашей организации мы большое значение уделяем здоровому образу жизни.

Определяя понятие «здоровый образ жизни» мы разделяем позицию авторов [5, с. 17]: «поведение человека, отражающее определенную жизненную позицию, направленное на укрепление и сохранение здоровья, обеспечение высокого уровня трудоспособности, достижение активного долголетия и основанное на выполнении норм, правил и требований личной и общественной гигиены».

Для формирования жизненной позиции здорового образа жизни в средней группе создан функциональный модуль «Здоровейка».

В модуле «Здоровейка» представлены следующие формы работы с детьми:

Дидактические игры:

* «Накорми малыша», цель игры: ознакомление детей с полезными и вредными продуктами питания, витаминами и их значения для здоровья человека;
* «Виды спорта», цель игры: формировать у детей интерес к спорту, продолжать знакомить с видами спорта, учить детей узнавать виды спорта, называть их, развивать воображение, мышление и логику.
* «Здоровые зубы», цель игры: закрепить у детей умение ухаживать за зубами, правильно чистить, показать детям что происходит с зубами, если их не чистить.

Также используем нейроигры с целью стимулирования детей на работу обоих полушарий головного мозга, что влияет на синхронизацию работы глаз и рук, а также развивает концентрацию, усидчивость [3].

Например: «Двойная игра» направлена на развитие у детей мелкой моторики рук и внимательности.

В сюжетно-ролевых играх, таких как: «Аптека Вита», «Больница», «Малюткин день», «На приеме у врача» дети продолжают учиться социальным навыкам на основе переноса реальных жизненных ситуаций в игровую деятельность. Дети устанавливают взаимодействие в совместной игре, используют разные игровые диалоги. Развивают самостоятельность при подборе атрибутов игры, при организации игровой зоны и при распределении ролей. Расширяют свой словарный запас: «лекарственные препараты», «фармацевт», «лекарственные растения». Воспитывают в себе коммуникативные качества, доброжелательное, вежливое отношение друг к другу и приобщаются к здоровому образу жизни.

В продуктивной деятельности дети формируют интерес к здоровому образу жизни через такие упражнения на карточках, как например: «Помоги бегемоту вылечить зубы», где ребенок с помощью белого пластилина делает «пломбу» на зуб. Или «Приготовь Маше вкусный и здоровый завтрак». А  также можно и фломастерами рисовать, например «Нарисуй красивые прически», «Почисти зубы» и другие.

Кроме того, важно вовлекать родителей в процесс физической активности. Организация совместных спортивных мероприятий, например, «Осенний марафон» - семейные забеги или пикники с активными играми, укрепляет связь между детьми и родителями, а также показывает значимость физической активности в семейной жизни. Это помогает формировать у детей устойчивые привычки, которые останутся с ними на всю жизнь.

Родители активно принимают участие в спортивных совместных мероприятиях, экскурсиях, прогулках, направленных на оздоровление детей. На родительских собраниях и индивидуальных консультациях учим оценивать здоровье ребенка, родителям предлагаем картотеки различных гимнастик, упражнений для дома, советуем литературу. Соответственно, для родителей оформляем компоненты модуля «Здоровейка» в которых находятся: рекомендации, советы, буклеты и т.д.

Здоровьесберегающие технологии – это технологии, направленные на решение задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса: детей, педагогов и родителей [1].

Среди здоровьесберегающих технологий в физическом уголке в центре «Здоровейка» для детей дошкольного возраста мы применяем:

* физические упражнения с массажными мячиками (упражнения для массажа стоп, ладоней);
* физкультминутки (общеразвивающие физические упражнения);
* эмоциональные разрядки (игровые упражнения для проявления эмоций);
* гимнастика после сна для профилактики плоскостопия (хождение по массажным коврикам и дорожкам);
* подвижная нейроигра; «Найди свой домик», направленная на развитие внимания, ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу. Также закрепляются знания о геометрических фигурах, умение различать и называть основные цвета, самостоятельно выполнять задание.
* самомассаж (упражнения на выполнение массажа детьми самостоятельно);
* нейрозарядка (упражнения для активизации обоих полушарий головного мозга);
* утренняя зарядка с родителями (комплекс физических упражнений для совместного выполнения в домашних условиях).

В беседе с детьми, обращаем внимание на то, как важно беречь свое здоровье, заботиться о нем, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью. В этом помогает детская художественная литература: «Иммунитет, секреты нашего здоровья», «Зеленая аптека», «Букварь здоровья». Дети с удовольствием рассматривают лэпбуки: «Азбука здоровья», «Азбука питания», «Гимнастика для глаз».

В качестве результатов по данному направлении, мы можем отметить следующее: дети проявляют интерес к укреплению и развитию своего здоровья, соблюдают режим дня, выполняют утреннюю гимнастику совместно с родителями, активно включаются в игровую и продуктивную деятельность, используя материалы модуля «Здоровейка».

Так, в нашей группе мы формируем у детей определённую культуру поведения и соответствующий стиль жизни через образовательную деятельность, соблюдение режимных моментов, участие в играх, ежедневные прогулки, индивидуальную работу, самостоятельную и совместную деятельность с родителями.

Таким образом, организация функционального модуля «Здоровейка», как части предметно-пространственной среды детей дошкольного возраста становится эффективным средством для формирования жизненной позиции детей, направленной на укрепление и сохранение здоровья.

Список литературы:

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный / Ахутина, Т.В. // Школа здоровья. – 2000г. – №2. – С. 42. – 43.
2. Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования Приказ Министерства просвещения РФ от 25.11.2022 г.

URL:<https://docs.edu.gov.ru/document/0e6ad380fc69dd72b6065672830540ac/download/5518/> (дата обращения: 01.08.2025).

1. Петрова Л.М. Нейроигры как средство коррекции речевых нарушений у детей // Дошкольное воспитание. – 2021. – № 7. – С. 30–36.
2. Петрова Т.И. Формирование здорового образа жизни у дошкольников // Мир науки, культуры, образования. № 4 (89) 2021.
3. Физическая культура. Здоровый образ жизни [Электронный ресурс] : учебное пособие / К. В. Чедов, Г. А. Гавронина, Т. И. Чедова ; Пермский государственный национальный исследовательский университет. – Электронные данные. – Пермь, 2020.