

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**ГОУ ВПО ЛНР «ЛУГАНСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ ТАРАСА ШЕВЧЕНКО»**

**Институт педагогики и психологии**

**Кафедра дошкольного образования**

***ФИЗИЧЕСКОЕ  
РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ  
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА:  
ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА***

Материалы Университетского открытого круглого стола

г. Луганск, 16 апреля 2020 года



Луганск  
2020

УДК [373.2.015.31:796](06)

ББК 74.100.55я43

Ф 50

**Рецензенты:**

- Турянская О.Ф.* – профессор кафедры педагогики ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко», доктор педагогических наук, профессор;
- Белых А.С.* – профессор кафедры педагогики ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Владимира Даля», доктор педагогических наук, профессор;
- Бугеря Т.Н.* – доцент кафедры психологии ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко», кандидат педагогических наук, доцент.

**Ф 50**

**Физическое развитие детей дошкольного возраста: теория и практика : материалы Университетского открытого круглого стола (г. Луганск, 16 апреля 2020 года) / Гл. ред. И.В. Чеботарева; ред. кол. : Е.В. Сапрыкина, Е.В. Чепурченко, С.В. Короткова; ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко». – Луганск : Книта, 2020. – 200 с.**

В сборнике представлены материалы Университетского открытого круглого стола «Физическое развитие детей дошкольного возраста: теория и практика».

Материалы сборника могут быть использованы специалистами в области педагогики и психологии, аспирантами, студентами педагогических специальностей, педагогами-практиками.

УДК [373.2.015.31:796](06)

ББК 74.100.55я43

*Рекомендовано Научной комиссией  
Луганского национального университета имени Тараса Шевченко  
(протокол № 10 от 16 июня 2020 года)*

© Коллектив авторов, 2020  
© ГОУ ВПО ЛНР «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко», 2020

## СОДЕРЖАНИЕ

<i>Великая Е.В.</i> Реализация принципа оздоровительной направленности в образовательном процессе ДООУ ...	5
<i>Назаренко Н.Т.</i> Сценарий-конспект спортивного праздника «Выше, быстрее, сильнее» для старшего дошкольного возраста .....	9
<i>Горбулич Г.В., Брагилева Т.В.</i> Освоение различных видов музыкальной деятельности как один из аспектов физического развития дошкольников .....	14
<i>Дубяга Н.А.</i> Использование здоровьесберегающих технологий в дошкольных образовательных учреждениях (из опыта работы) .....	23
<i>Туряница О.В., Ярмолюк Е.Ю.</i> Конспект физкультурного развлечения «Путешествие колlobка в страну здоровья» для детей второй младшей группы .....	28
<i>Добрынина О.В.</i> Конспект НОД по физическому развитию, тема: «Задания от Клёпы» для детей старшего дошкольного возраста .....	32
<i>Евдокимова Н.Ю.</i> Парная гимнастика как средство физического воспитания дошкольников (из опыта работы) .....	40
<i>Иванова И.В.</i> Современные подходы к физическому развитию дошкольников .....	45
<i>Каралкина И.Н.</i> Взаимодействие ДООУ и родителей по созданию здоровьесберегающей образовательной среды .....	52
<i>Короткова С.В.</i> Особенности формирования социального здоровья детей старшего дошкольного возраста .....	64
<i>Лащенова И.А.</i> Художественное слово как средство формирования здорового образа жизни у старших дошкольников .....	78
<i>Мороз С.А.</i> Растим детей здоровыми! (Из опыта работы ГДООУ ЛНР «Брянковский ясли-сад № 53 «Радуга»)	85
<i>Новохатский Ю.А.</i> Особенности организации детского туризма в условиях современного дошкольного образовательного учреждения .....	91



<i>Обваренко Е.Н.</i> Воспитание осознанного отношения к здоровью у детей старшего дошкольного возраста	102
<i>Савоскина Е.В.</i> Использование методики игрового стретчинга в физкультурно-оздоровительной работе дошкольного образовательного учреждения	108
<i>Самойлова Е.Г.</i> Формирование у дошкольников здорового образа жизни средствами физического воспитания	120
<i>Сапрыкина Е.В.</i> Роль кинестетических ощущений в формировании двигательных навыков у дошкольников	125
<i>Тушевская Э.С.</i> Влияние музыки на физическое развитие дошкольников	133
<i>Чеботарева И.В.</i> Духовные основы сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста	137
<i>Шматченко А.А.</i> Формирование основ здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста	160
<i>Уварова Л.И.</i> Конспект НОД по физическому развитию «Помогаем Винни Пуху» для детей младшего дошкольного возраста	167
<i>Минкина И.П., Залуцкая Ю.А.</i> Конспект НОД по физическому развитию «Органы чувств человека» для детей среднего дошкольного возраста	170
<i>Лащенова И.А., Мусиенко Ю.А.</i> Конспект НОД по физическому развитию «Правильно питайся!» для детей среднего дошкольного возраста	175
<i>Лукьянчук О.И.</i> Конспект НОД по физическому развитию «Наш здоровый образ жизни» для детей старшего дошкольного возраста	180
<i>Шелевер М.В.</i> Конспект НОД по физическому развитию «Береги своё здоровье» для детей старшей логопедической группы	182
<i>Гуц С.Н.</i> Конспект НОД по физическому развитию «Что нам помогает сохранить здоровье» для детей подготовительной к школе, логопедической группы	187
<i>Богатырь С.В.</i> Конспект занятия по физической культуре «Мы спортсмены» для детей старшего дошкольного возраста	191



Е.Н. Овчаренко

## ВОСПИТАНИЕ ОСОЗНАННОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*В статье рассматривается проблема воспитания осознанного отношения к здоровью у детей старшего дошкольного возраста посредством формирования жизненной компетентности в сферах «Я – физическое», «Я – психическое», «Я – социальное», «Я – духовное». Анализируются способы достижения осознанного отношения к собственному здоровью у детей старшего дошкольного возраста.*

**Ключевые слова:** *здоровье, дети старшего дошкольного возраста, осознание, воспитание, компетентность.*

Одна из жизненно важных проблем современного общества – сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения. Эта проблема особенно актуальна для Луганской Народной Республики, поскольку известные обстоятельства жизни на нашей территории негативным образом воздействуют на жизнь и здоровье как взрослого, так и детского населения. Результатом является значительное ухудшение состояния здоровья детей дошкольного возраста [8, с. 39].

В сложившейся ситуации особая, здоровьесберегающая функция возлагается государством и общественностью на дошкольные образовательные учреждения, в рамках которых необходимо решать проблему сохранения и укрепления здоровья детей. На это указывает ряд государственных документов: Закон Луганской Народной Республики: «Конституция Луганской Народной Республики» [2], Закон Луганской Народной Республики «Об образовании» [5], Закон Луганской Народной Республики «О мерах по предупреждению причинения вреда здоровью детей, их физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию» [3], Закон Луганской Народной Республики «О неотложных мерах социальной защиты граждан, проживающих на территории Луганской Народной Республики в условиях агрессии Вооруженных Сил и вооружен-



ных формирований Украины» [4], Закон Луганской Народной Республики «Об основах охраны здоровья» [6]. В связи с этим, проблема сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста представляет особый интерес для исследователей.

Анализ работ В.А. Деркунской, Л.В. Радионовой, А.М. Митяевой и др. подтверждают, что дошкольный период в жизни ребенка является определяющим для становления личности, формирования ценностного отношения к самому себе, способности определенным образом влиять на условия жизнедеятельности, осознавать собственное «Я» [1; 7; 9].

Старший дошкольный возраст – «период фактического формирования личности человека», «в ходе которого он выступает не только как объект воздействия, но и как субъект деятельности...» [10, с. 50], а, следовательно, и как субъект формирования здоровья. Уже в старшем дошкольном возрасте у ребенка проявляется устойчивый интерес к своему здоровью, бережное отношение к своему организму (жизни, здоровью) как ценности [1; 7; 10].

Поэтому так важно с самого раннего детства воспитывать понимание приоритета здоровья, формировать валеологическое мировоззрение.

Следует заметить, что большую роль в сохранении и укреплении здоровья человека имеют его индивидуальные ориентиры и установки, которые закладываются еще в детстве родителями и педагогами. Отношение ребенка к здоровью во многом определяется его взаимоотношениями со взрослыми и, как следствие, представляет результат педагогического общения.

Следовательно, здоровье в большей мере зависит от самого человека, в особенности от личного осознания и ценностного отношения к собственному здоровью. Поэтому ребенок старшего дошкольного возраста должен не только иметь знания о собственном здоровье, но и эмоционально-ценностно, осознанно относиться к нему.

Осознание – это «образование», которое толкуется как понимание чего-либо, мысли о чем-нибудь, ощущение чего-либо: осмысление, осознанное восприятие окружающего мира [10].

Осознание проявляется, прежде всего, в отношении к обу-



чению, к другим видам деятельности, к людям и обществу, к своим обязанностям, к себе. Следовательно, и к собственному телу как оболочке внутренних органов и систем (осознание «Я-физическое»), к своей внутренней, духовной жизни (осознание «Я-психическое»), к здоровью других людей, сверстников (осознание «Я-социальное»). Не менее важны в формировании личности и чувства, в которых проявляется отношение человека к окружающей действительности и к себе [7; 10].

Учитывая вышесказанное, уже в старшем дошкольном возрасте ребенок может осознавать свое здоровье при условии, что он имеет знания о здоровье, понимает свое физическое и психологическое состояние, умеет ухаживать за своим телом, владеет культурно-гигиеническими навыками и т.д.

Осознание собственного здоровья связано с сознательным отношением к нему. Такое «осознание» трактуем как активную направленность ребенка к своему здоровью, которое базируется на определении его высокой объективной значимости в обществе и субъективного личностного смысла. Воспитывать у дошкольника ценностное отношение к собственному здоровью невозможно, не сформировав его компетентность в сферах – «Я-физическое», «Я-психическое», «Я-социальное», «Я-духовное». Это объясняется тем, что категория «здоровье» имеет сложную структуру, в которую входят физический, психический, духовный и социальный компоненты[9].

Если у ребенка сформировано сознательное отношение к собственному здоровью, то он осознает: «Я – физически здоров», «Я – психически здоров», «Я – духовно здоров», «Я – социально здоров».

«Я – физически здоровый ребенок» – обозначает, что мое тело, голова, туловище, конечности, все органы и физиологические системы работают слаженно, чувствуют себя нормально.

«Я – психически здоровый ребенок» – мои эмоциональные и интеллектуальные потребности в общении, в ведущих видах деятельности (игра, обучение, труд) удовлетворяются в процессе взаимодействия с окружающей средой.

«Я – духовно здоровый ребенок» осознает свою связь с природой и обществом, обеспечивает эволюционное развитие



своих природных способностей, формируется позитивное мировосприятие.

«Я – социально здоровый ребенок» – достаточно уравновешенно общаюсь с родными людьми, со старшими по возрасту, и высшими по социальному статусу, со сверстниками, младшими детьми.

Общеизвестно, что через осознание чувств, мышления, эмоций, воли, самосознания, дети в процессе обучения и воспитания приобретают знания, умения и навыки, усваивают нормы поведения.

В связи с этим, можно утверждать: чтобы сформировать у старших дошкольников сознательное отношение к собственному здоровью, не обходимо дать знания о нем. Эти знания, опыт ребенка, его эмоциональные переживания по сохранению, укреплению и восстановлению собственного здоровья, будут способствовать формированию его жизненной компетентности в сферах «Я – физическое», «Я – психическое», «Я – социальное», «Я – духовное».

На наш взгляд, очень важны знания о предпосылках физического здоровья. Ребенок должен осознавать, что хорошее физическое здоровье обеспечивают такие составляющие: двигательная активность, достаточное пребывание на свежем воздухе, закаливание с помощью природных факторов (воздух, вода, земля, солнце), гигиена, рациональное питание с преобладанием растительных продуктов родной земли, интересный и активный отдых, достаточный сон (в соответствии с индивидуальными потребностями в каждый возрастной период развития).

Компетентным в сфере психического здоровья можно считать дошкольника, который стремится активно познавать мир, проявляет познавательную активность к решению проблемных ситуаций, осуществляет элементарные мыслительные действия, владеет начальными формами исследовательской, экспериментальной деятельности, наблюдательный, восприимчивый, любознательный, внимательный, умеет отличать главное от второстепенного.

Для того, чтобы сформировать осознанное отношение к собственному духовному здоровью, ребенок должен владеть





знаниями о природе, о людях, о живом и неживом на земле. Уважать и ценить духовные достояния своей семьи, рода, народа, всего человечества, родную речь, культурное наследие, искусство, литературные произведения, предметы изобразительного и народно-прикладного искусства.

Осознанное отношение к социальному здоровью у старших дошкольников обеспечивается системой знаний, которые способствуют осознанию того, что взаимоотношения между сверстниками должны быть доброжелательными, культурными; в общении необходимо уметь управлять своими эмоциями, оценивать себя и других с пониманием мотивов поведения, поступков, – это, в свою очередь, будет способствовать самореализации ребенка, как проявление его волевых усилий. Кроме этого, в совместной игровой, познавательной, трудовой деятельности ребенок должен проявлять самостоятельность (в действиях, мыслях, решениях), активность.

Считаем, что проявление позитивных эмоций (приветливости, дружелюбности, щедрости, благодарности во взаимоотношениях), высокой духовности (любви, нежности, сочувствия) способствуют формированию у дошкольников оптимистичного, радостного мировосприятия, ценностного отношения к себе, своему здоровью, к людям, их жизни и здоровью.

Воспитание осознанного отношения к собственному здоровью должно сочетаться с привитием навыков (уход за телом, самоанализ, позитивное мышление, проявление высокой душевности, доброжелательные отношения) и привычек относительно устоявшихся способов действий по сохранению собственного здоровья, его укреплению и восстановлению.

Следовательно, идет речь об усвоении детьми навыков здорового образа жизни как пути к эталону здоровья.

Формирование у дошкольников осознанного отношения к собственному здоровью осуществляется во всех видах НОД; в разных формах активности (двигательной, познавательной, речевой); видах деятельности (в игре, общении, предметно-практической деятельности, в обучении).

Способами формирования осознанного отношения к собственному здоровью могут быть разные виды занятий; подвиж-



ные, дидактические, сюжетно-ролевые игры; труд; самостоятельная деятельность детей. Этот процесс оптимизируют современные здоровьесберегающие технологии, а также активные методы обучения и воспитания.

Таким образом, сформированное осознанное отношение к собственному здоровью проявляется в знании своего тела, в духовной жизни, в социальных ролях, в рисунках, стихах, сказках, мелодиях, танцах, а также в жизненной компетентности дошкольников в сферах «Я – физическое», «Я – психическое», «Я – социальное», «Я – духовное».

### Литература

1. Деркунская В.А. Концепция воспитания ребенка дошкольного возраста как субъекта детской деятельности и поведения: основные понятия / В.А. Деркунская // Современное дошкольное образование: новые форматы модернизации : сб. науч. ст. : по материалам междунар. науч.-практ. конф. 10–11 декабря 2015 г. – СПб. : Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2015.

2. Закон ЛНР «Конституция Луганской Народной Республики» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nslnr.su/zakonodatelstvo/normativno-pravovaya-baza/591/>.

3. Закон ЛНР «О мерах по предупреждению причинения вреда здоровью детей, их физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nslnr.su/zakonodatelstvo/normativno-pravovaya-baza/7531/>.

4. Закон ЛНР «О неотложных мерах социальной защиты граждан, проживающих на территории Луганской Народной Республики в условиях агрессии Вооруженных Сил и вооруженных формирований Украины» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nslnr.su/zakonodatelstvo/normativno-pravovaya-baza/597/>.

5. Закон Луганской Народной Республики «Об образовании» от 30.09.2016 № 128-П (с изменениями, внесенными законами Луганской Народной Республики [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nslnr.su/zakonodatelstvo/normativno-pravovaya-baza/3606/>.

6. Закон ЛНР «Об основах охраны здоровья» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nslnr.su/zakonodatelnaaya->



deyatelnost/zakonoproekty/3510/.

7. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.М. Митяева. – 2-е изд., стер. – М. : Академия, 2010. – 192 с.

8. Овчаренко Е.Н. Анализ подготовки будущих педагогов дошкольного образования к здоровьесберегающей деятельности / Е.Н. Овчаренко // Вестн. Луган. нац. ун-та им. Тараса Шевченко. Серия 1, Пед. науки. Образование. – 2019. – № 2 (28) – С. 38–45.

9. Радионова Л.В. Здоровьесберегающие технологии в дошкольных образовательных учреждениях : учебное пособие / Л.В. Радионова. – Нижневартовск : Изд-во Нижневарт. гуманитар. ун-та, 2011. – 124 с.

10. Хакимова Г.А. Формирование ценностного отношения к здоровью у детей : монография / Г.А. Хакимова, Г.Н. Гребенюк. – Нижневартовск : Изд-во Нижневарт. гуманитар. ун-та, 2010. – 175 с.



**Е.В. Савоскина**

### **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДИКИ ИГРОВОГО СТРЕТЧИНГА В ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

*В статье характеризуется методика игрового стретчинга. Описана специфика применения игрового стретчинга в работе с детьми дошкольного возраста. Представлен авторский конспект занятия по физической культуре с использованием игрового стретчинга в средней группе ДОУ.*

**Ключевые слова:** стретчинг, физические качества, гибкость, растяжка, игра.

Согласно статистике, количество хронических заболеваний в дошкольном возрасте с каждым годом увеличивается, несмотря на все достижения современной медицины. К сожалению, увеличивается количество ослабленных **детей**, еще до поступления в **дошкольное учреждение** И поэтому все больше