**«Интеграция мультфильмов в деятельность по воспитанию культуры здоровья  
 у детей старшего дошкольного возраста  
 на примере проекта «Золотая медаль: здоровый образ жизни»**

***Ткачёва Дина Викторовна,***

***Чигарькова Елена Владимировна,***

***воспитатели ГБДОУ Детский сад № 101 Московского района Санкт-Петербурга***

Дошкольный возраст обоснованно считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека. В этом возрасте более интенсивно развиваются различные способности, формируются нравственные качества, вырабатываются черты характера. Именно в данном возрастном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических качеств, необходимых для эффективного участия ребенка в различных формах двигательной активности, что, в свою очередь, создает условия для активного и направленного формирования и развития психических функций и интеллектуальных способностей дошкольника.

Одним из направлений образовательной программы в дошкольных организациях является физическое развитие, которое включает в себя следующие основные компоненты: приобретение опыта в двигательной деятельности детей; формирование начальных преставлений о видах спорта; овладение подвижными играми и правилами их проведения; становление ценностей здорового образа жизни (ЗОЖ), овладение его элементарными нормами и правилами и др.

Для достижения поставленных целей в детском саду применяются различные средства. Оптимизирована среда дошкольного учреждения, режим дня и питание воспитанников. С дошкольниками регулярно проводятся познавательные беседы и игры, посвященные тематике здоровья. В расписание дня гармонично включены различные физические упражнения, физкультминутки, оздоровительная гимнастика после сна, подвижные и спортивные игры. В рамках организации малых форм двигательной активности в ДОУ внедрены и регулярно реализуются элементы пальчиковой зрительной, дыхательной и корригирующей гимнастики. В ДОУ проводятся занятие по лечебной физической культуре, массаж, психогимнастика. Для воспитанников организованы игровые эмоциональные разминки как элемент психологической разрядки, в практику внедрена музыкотерапия и др.

В рамках данного направления, а также с целью приобщения детей к социокультурным нормам и традициям, воспитателями ДОУ был разработан **проект «Золотая медаль: здоровый образ жизни»**. Мероприятия в рамках проекта проходили в течении недели и были направлены на создание условий для формирования ценностного отношения к здоровью, а также навыков здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста.

Разработчиками были поставлены следующие основные задачи:

- познакомить дошкольников со сведениями об истории олимпийского движения как достижения общечеловеческой культуры,

- сформировать представления об Олимпийских играх как мирных соревнованиях, в которых участвуют команды разных стран,

- сформировать у каждого дошкольника потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, регулярных занятиях физической культурой и спортом,

- привить уважение и любовь участников проекта не только к спорту, но и к олимпийскому движению как культурному наследию человечества,

- воспитать потребность в здоровом образе жизни.

Для решения поставленных задач были определены следующие подходы к реализации проекта:

- *информационно – познавательный* характер мероприятий проекта достигается посредством формирования у дошкольников представлений о здоровье, двигательной активности, Олимпийских играх и т.д.

- *эмоционально-положительное отношение* ребёнка к содержанию занятия заключается в возникновении интереса и положительных эмоций при выполнении заданий.

*- деятельностно-продуктивный подход,* характеризующий активную включенность ребёнка в деятельность.

Дошкольный возраст - период эмоционально-практического освоения мира. Эмоции определяют эффективность обучения, принимают участие в становлении творческой деятельности ребенка, в развитии его мышления. При выборе средства обучения и воспитания, авторы проекта задались вопросом, что способно вызвать у детей бурный эмоциональный отклик и приковывает внимание ребенка надолго? Было выбрано средство, являющееся актуальным для дошкольного возраста, принимаемое детьми и понятное им, а также содержащее в себе основные уроки нравственности и здорового образа жизни, - мультфильм. Таким образом, отрывки из мультфильмов, подобранные по определенным тематикам и выстроенные в логическую систему, стали основой проекта. Поступки, действия, слова любимых персонажей способны затронуть глубокие струны детской души с большей эффективностью, чем наставления взрослого. Таким образом, необходимую информацию, установки и ценности дети слышали не от взрослого, а из уст любимых мультипликационных героев.

Концентрация произвольного внимания у детей достилась за счет смены видов деятельности: беседа сопровождалась “сюрпризными моментами”, чередовалась с просмотром видео роликов, формулировками выводов, подвижными играми, заданиями и т.д. Неизменным условием стала обязательная продуктивная деятельность детей и получение награды - «утраченного» кольца-символа Олимпиады.

Проект построен следующим образом: после знакомства с Олимпиадой дети приступают к освоению основных правил здорового образа жизни, с которыми знакомят дошкольников герои мультфильмов. Примечательно, что модель олимпийских колец является своеобразной метафорой: каждое кольцо символизирует одно из 5 правил ЗОЖ: двигательная активность; личная гигиена; закаливание; правильное питание; уважительное отношение. Таким образом, дети сначала узнают основные правила здорового образа жизни, после чего каждый принцип раскрывается перед ними на новой станции и звучит из уст героев мультфильмов.

Первый этап проекта – знакомство с Олимпиадой. Данная тематика выбрана не случайно: событие подобного масштаба затрагивает каждого и по сей день. Посредством приобщения детей к социокультурным ценностям, происходит воспитание многогранной личности, умеющей сопереживать, сочувствовать. Воспитанники узнают, что спортивные игры останавливали кровопролитные войны, стали символом мира и дружбы, участие в них из поколения в поколение воспринимается как великая честь и слава, но эта - та вершина, покорение которой требует, прежде всего, ценностного отношению к здоровью и правильному образу жизни.

В рамках бесед, посвященных тематике Олимпиады, происходит воспитание патриотизма, чувства гордости за свою страну, желание следить за ходом олимпийских соревнований формирование у каждого ребёнка потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании, в регулярных занятиях физической культурой и спортом, в здоровом образе жизни.

Следующая станция посвящена открытию Олимпиады и знакомству с основными видами спорта. Были подобраны кадры из мультфильма «Большая эстафета, после чего, в ходе дальнейшего обсуждения, уточнялись и систематизировались знания детей об истории возникновения олимпийского движения, символике и значении игр. Важно было подвести ребенка к пониманию того, что участие в Олимпиаде - награда для самого сильного, смелого и выносливого, это - почет, который нужно заслужить упорным трудом. Формирование и упорядочивание знаний о видах спорта, выделение зимней и летней Олимпиады происходило посредством видеоролика, обобщающего кадры из мультфильмов «Ну погоди», «Чемпион», «Шайбу», «Метеор на ринге», «Матч–реванш», «Снежные дорожки» «Смешарики», «Кто получит приз». В ходе беседы детям было необходимо ответить на главный вопрос: «Какими качествами должен обладать спортсмен?». Это и сила, и выносливость и т.д. Обобщающим итогом данной станции является изготовление стенгазеты «Олимпиада: виды спорта».

За участие в подготовке к проведению Олимпиады дети были награждены олимпийскими кольцами, которые появились на экране. К этому моменту детям уже было известно, что 5 колец - символ дружбы и единства народов, но в рамках мероприятия кольца рассматриваются также как 5 правил здорового образа жизни, 5 правил будущего спортсмена. Дети замечают, что кольца переплетены, довольно хрупки, все-таки рассыпаются, что является наглядной метафорой, демонстрирующей, что здоровье – хрупкий феномен, его необходимо беречь. Таким образом, перед дошкольниками поставлена новая задача: восстановить кольца. Для этого детям необходимо вспомнить и произнести 5 основ здорового образа жизни, что позволит не только обобщить данные правила, но и значительно повысить успешность их запоминания.

Следующая станция направлена на отработку первого правила «5 колец ЗОЖ» - **двигательная активность.** Станция начинается с девиза, звучащего из уст пожилого тренера, героя мультфильма «Чемпион»: «Я повторяю снова и снова - тренировка это основа!». Следующие персонажи демонстрируют различные виды упражнений: «Ну погоди», «Кот Леопольд», а также формируют у дошкольников спортивную установку «Не смей, не смей на миг ослабеть, сумей себя преодолеть!». Такие серьезные и важные для дальнейшей жизни вещи обсуждаются с детьми и принимаются ими.

После просмотра видеофрагмента с детьми проводится спортивная эстафета. Следует отметить, что при проведении эстафеты важно добиваться качественного выполнения заданий, что будет способствовать развитию самоконтроля у детей.

Таким образом, результатом прохождения данной станции является формирование знаний о видах спорта, важности двигательной активности, навыков и методах ее проведения, а также ценностных установок на физическую культуру. Поощрительным моментом является возвращение первого кольца – «Двигательная активность».

Следующая станция направлена на проработку второго правила «5 колец ЗОЖ» - **личная гигиен**а. Актуальность аспекта подтверждена неоднократно, однако запугивание детей микробами, регулярные напоминания помыть руки и т.д. не всегда обеспечивают самотивацию дошкольников к соблюдению личной гигиены. Таким образом, иногда наиболее эффективной мерой является показ кадр из мультфильма «Мойдодыр», а также постановка “волшебного вопроса”: «Второе правило спортсмена - это?». При этом важно отметить, что дети сами озвучат незыблемое правило гигиены.

После просмотра отрывка мультфильма звучат слова ведущего: «А не превратить ли нам детей в волшебников? Пусть придумают свою сказку!». И дети приступают к разработке «Сказки в страну здоровья». В рамках данного задания использована авторская разработка – диафильм, на основе которого детям необходимо придумать и рассказать сказку, опираясь на представленные картинки. Основная ценность данного диафильма заключается в том, что дети, в процессе игры и импровизации, повторяют и запоминают необходимые им в повседневной жизни знания. Станция завершается награждением - получением второго олимпийского кольца.

Следующая станция направлена на проработку третьего правила «5 колец ЗОЖ» **- закаливание**. Систематическое закаливание способствует формированию у детского организма умения безболезненно переносить изменения окружающей среды, приводит к усилению обмена веществ, повышает сопротивляемость организма инфекционным заболеваниям, оказывает благоприятное влияние на общее психосоматическое состояние и поведение ребенка. Дети старшего дошкольного возраста уже являются в большей мере самостоятельными в своих решениях, поэтому необходимо объяснить им пользу закаливания для здоровья. Однако важным является выбор формы преподнесения информации: для того чтобы дети прониклись идеей и правилами закаливания, функцию просвещения авторы проекта возложили на героя мультфильма «Трубка и медведь» - пышущего здоровьем лесного богатыря-медведя.

При подборе материала упор делался на образное мышление детей, их способность верить в чудеса. Кроме того, очевидно, что во время просмотра мультфильма внимание детей приковано к происходящему. Дети чутко относятся к словам и поступкам персонажа, поэтому авторы проекта делегировали медведю право сформулировать правило ЗОЖ, представив его в виде строчки из песни: «Мне здоровье сохраняют, мне здоровье укрепляют: солнце, воздух и вода». После того, как начальная информация о закаливании продемонстрирована и озвучена, необходимо ее закрепить в деятельности детей. Непроизвольное внимание сменяется произвольным, эмоционально принятая информация озвучивается, систематизируется и закрепляется посредством проведения авторской дидактической игры «Поговорим о закаливании». Станция завершается награждением - получением третьего олимпийского кольца «Закаливание».

Следующая станция направлена на проработку четвертого правила «5 колец ЗОЖ»: **правильное питание.** Сегодня дети часто подвержены соблазну съесть вкусную, но не всегда полезную пищу, поэтому важно с дошкольного возраста вести деятельность по воспитанию у детей культуры питания и ценностных установок на ведение здорового образа жизни. В рамках детского сада ведется системная работа в данном направлении: дети получают здоровую и полезную пищу, участвуют в беседах, тематических играх и мероприятиях.

Одна из задач, поставленная авторами проекта, - убедить детей, что полезная еда может быть вкусной. Согласно традиции мероприятия, станция началась с показа видеоролика – отрывка из мультфильма «Смешарики». Кадры отбирались очень тщательно, в них отражены основные принципы здорового питания: не есть жирного и жареного; представить в рационе фрукты и овощи; соблюдать гигиену пищи и т. д.

На завершающем этапе работы станции дети стали участниками изготовления фруктовых соков с их последующей дегустацией, что позволило подтвердить и актуализировать полученные знания, а также закрепить информацию на практике. Станция завершается награждением - получением четвертого олимпийского кольца «Правильное питание».

Следующая станция направлена на проработку пятого правила «5 колец ЗОЖ»: **уважение друг к другу**. Дети живут в социуме, где существуют нормы и ценности: гармонично развитая личность умеет ценить прекрасное, строить отношения с людьми, принимать и уважать их. По данному направлению велась предварительная работа посредством художественного слова, восприятия художественных произведений. Так, с детьми обсуждались нравственные аспекты нашей жизни, представленные в следующих произведениях: В.А.Осеева: «Волшебное слово», В.П.Катаев: «Цветик–Семицветик», Н.Н.Носов: «Огурцы», Лилиан Муур: «Крошка Енот и Тот, кто сидит в пруду» и др. Неоспоримо, что книга является незаменимым инструментом, который помогает сформировать нравственные принципы, моральные устои и культурные ценности, развить фантазию, учить думать, анализировать, оценивать собственные и чужие поступки.

Заключительная станция началась с просмотра видеоролика – отрывка из мультфильма «Кто получит приз». В данном видеоматериале внимание детей заострялось на важнейших нравственных постулатах: честность (в том числе, и в спорте), умение бескорыстно прийти на помощь товарищу в любых условиях, умение оставаться самим собой, преобладание ценностных установок над личной выгодой и др. Окончание видеоролика было также символичным: каждый герой получает свою заслуженную награду.

Обсуждение нравственных поступков героев мультфильма завершается проведением викторины, в рамках которой детям зачитываются отрывки из прочитанных ранее книг, после чего необходимо вспомнить автора и название произведения, а также определить, чему нас учит данное произведение. Станция заканчивается поощрительным моментом - получением пятого кольца.

Теперь, когда все кольца собраны, дети должны были самостоятельно вспомнить основные правила ЗОЖ. Завершающим этапом был просмотр видеоролика об Олимпиаде (передача огня, появление олимпийского мишки с наградами для будущих спортсменов и т.д.), после чего дети получили медали «5 колец ЗОЖ».

Данный проект был небольшой толикой на пути осознания детьми главной ценности каждого человека - его здоровья. В течение недели разработчики вовлекали детей в удивительный мир – мир здоровья. Главное – дети осознали, что многое зависит от них самих, а также получили эмоциональный отклик на увиденное. Работа по приобщению детей к ЗОЖ не ограничится только данным проектом, она продолжится и найдет отражение в новых видах деятельности, в новых формах работы с детьми. Награда за потраченные усилия будет достойной - физическое здоровье, веселье, оптимизм в глазах воспитанников.