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», где любая их деятельность будет носить оздоровительно-педагогическую направленность и способность 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. В данной статье мы рассмотрим последний компонент понятия здоровья.

Здоровье социальное – мера социальной активности, деятельного отношения человеческого индивидуума к миру. Педагогическое определение: это моральное самообладание 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 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, её чувствительных и двигательных центров, анализаторов.

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 имеющих навыках, их закрепление и совершенствование, но и формирование новых психических процессов, новых качеств личности ребенка.