*Романова М.А.- воспитатель МБДОУ «ДСОВ №47» г.Братска*

**«Использование метода проектирования в работе с детьми и родителями по формированию здорового образа жизни»**

Одним из основных направлений работы современного детского сада с дошкольниками является создание условий, которые гарантируют охрану и укрепление здоровья воспитанников. «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» определяет обязательный минимум содержания программы по образовательной области «Физическое развитие». Основные задачи в этом направлении сформулированы в ФГОС ДО. Их направленность определяется факторами оказывающими влияние на полноценное физическое развитие.

В соответствии с этим особую актуальность приобретает поиск новых  средств  и методов сохранения здоровья воспитанников в дошкольных учреждениях, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка.

Одним из средств, направленных на улучшение здоровья дошкольников, их благоприятное физическое развитие, является воспитание валеологической культуры, направленной на самопознание своего организма, бережное отношение к своему здоровью и здоровью других людей**,** в здоровых отношениях с окружающим миром и в удовлетворенности этими отношениями. Культура здоровья является условием успешной социализации, как процесса адаптации к окружающему миру. Очевидно, что это возможно только при условии здоровья личности, владения ребенком валеологической культурою. Это означает готовность ребенка самостоятельно решать задачи, связанные с общением и взаимодействием со сверстниками и взрослыми.

Учитывая особенность дошкольников в потребности в познании и интереса к окружающему миру, необходимо поощрять познавательную активность, развивать стремление к наблюдению, сравнению. Первым объектом для исследования часто становится сам ребенок и его окружение – взрослые и сверстники. Самое интересное и непонятное для ребенка – это он сам. Ребенок очень рано начинает стремиться к **познанию** строения своего тела, сравнивает себя с другими, находит сходства и отличия. Главная задача взрослого – поддержать имеющийся у детей интерес к собственному телу, его строению и функционированию, научить их помогать себе, бережно относиться к своему организму.

Одной из эффективных форм формирования валеологических знаний у дошкольников является проектная деятельность, которая предоставляет возможность самостоятельно приобретать знания о том, как сохранять свое здоровье при решении практических задач, экспериментировать, синтезировать полученные **знания,** на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками, проявлять самостоятельность и инициативу.

В связи с этим был **разработан проект** *«Мы здоровье бережём»*. Основная идея проекта - **помочь детям выработать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни** на основе валеологических знаний**.**

 Чтобы сформировать установки на здоровый образ жизни у дошкольников, побудить их самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать своё здоровье, были вовлечены родители. Только в тесном сотрудничестве с родителями можно было добиться положительных результатов. Основными условиями для тесного сотрудничества и установления благоприятных взаимоотношений должны стали взаимная заинтересованность сторон в достижении цели здоровьесбережения, открытость, доверие, взаимопомощь.

В качестве основных задач проекта были выделены:

1. Воспитывать у дошкольников осознанное отношение их своему здоровью.

2. Обогащать представления детей о полезных продуктах, их роли в жизни человека.

3.Формировать активную жизненную позицию, направленную на сохранение и укрепление собственного здоровья и здоровья других людей.

4. Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.

Для решения задач на подготовительном этапе были созданы условия в предметно – пространственной развивающей среде. Познавательная литература, альбомы «Полезное и вредное», «Копилка рецептов вкусной и здоровой пищи», коллекции, образно - символический материал: ЛЭП-буки, схемы, модели, мини- лаборатория помогали дошколятам получить нужную информацию о строении человека, мотивировали к исследовательской деятельности.

В качестве основных методов и форм работы на основном этапе были выделены: образовательные ситуации с полюбившимися героями Айболитом, Феей Здоровья, Витаминкой и Мойдодыром, с которыми дети осваивали азы валеологической культуры.

Как показывает практика, формирование основ валеологической культуры осуществляется в различных видах деятельности, но наиболее эффективно она происходит в игре. Сюжетно ролевые игры «Поликлиника», «Аптека», «Скорая помощь», «Центр здоровья», «Кафе», «Детский сад», «Семья», «Больница» способствовали формированию основ социального опыта, а именно культуры здоровья, в процессе игровых действий в воображаемой условной ситуации.

Более прочном и осознанном представлениях о здоровом образе жизни способствовали дидактические игры: «Часы здоровья», «Умею - не умею», «Угадай, кто позвал»,« Найди пару», «Угадай на ощупь», «Правила гигиены», « Хорошо или плохо», «Вредные или полезные», « Это можно или нет», «Мой день», «Опасно не опасно» и другие. Дидактические игры облегчили выполнение задач, создать радостное рабочее настроение.

Глубокому овладению знаний основ валеологической культуры способствовали игровые обучающие ситуации, в ходе которых дети выполняли определенные игровые задания, помогающие осознать и найти пути решения с помощью нешаблонных действий. Это игры - драматизации, инсценирование: К.Чуковский «Мойдодыр», «Айболит», «Федорино горе», «Овощной карнавал», «Хрюша и Степашка».

Свои впечатления о том, как необходимо сохранять и укреплять свое здоровье дети отражали в изобразительной деятельности. Изготовление листовок «Правила здорового образа жизни!», коллажа «Что полезно и вредно для здоровья», выставка рисунков о спорте «Дружим со спортом» вызвали яркие эмоциональные впечатления, обеспечили наиболее глубокое понимание изучаемых явлений и закономерностей сохранения здоровья.

Заинтересовать, привлечь внимание к своему здоровью, к познанию своего организма, о том, как в процессе сотворчества можно решить поставленные задачи помогало художественное слово. Удовлетворению потребности в движениях, самопознанию способствовали подвижные игры. Кроме того, с детьми ежедневно проводилась профилактическая работа утренняя зарядка, закаливающие процедуры и т.д.

В рамках проекта была проведена мастерская с родителями «Здоровей-ка». Итоговым продуктом, которой был плакат, сделанный родителями совместно с детьми о компонентах здоровья.

Итогом проекта стало итоговое занятие по теме «Я буду здоровым!», оформление фотовыставки «За здоровьем в детский сад!», создание практического материала для родителей: памятки, консультации, выставка детских рисунков «Я учусь быть здоровым», мастерская с родителями «Здоровей-ка», детско-родительская творческая деятельность по созданию листовок, плакатов, книг по теме «Здоровый образ жизни», пополнение предметно-развивающей среды группы.

Недостаточно научить ребенка чистить зубы, делать зарядку и есть здоровую пищу. Необходимо, чтобы он уже с раннего детства научился любить себя, людей, жизнь. Только человек, живущий в гармонии с собой и окружающим миром, будет действительно здоров и счастлив.

Таким образом, проектная деятельность уникальная возможность для того, чтобы познать, преобразовывать себя - это и есть оздоровительная цель современного человека!

*Литература:*

1. А.И. Кудрявцева Педагогическое проектирование как метод управления инновационным процессом в ДОУ// Проблемы и перспективы развития образования. Пермь.: Меркурий, -2012. - С.80-84.
2. Тимофеева Л.Л. Проектный метод в детском саду. - СПб.: ООО «Издательство «Детство-пресс», 2012. - 80 с.
3. Федеральные образовательные ресурсы. Режим доступа:<https://www.kakprosto.ru/>