

**муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
города Новосибирска «Детский сад № 9 комбинированного вида»
Кировского района**

**Автор:
Иванова Ирина Вячеславовна,
воспитатель высшей кв. категории**

***Здоровый образ жизни – это деятельность
активных людей, направленная
на сохранение и укрепление здоровья.***

Проблема воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни в последние годы является особенно актуальной, в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально-демографических групп населения и особенно детей дошкольного возраста. Ее решение требует активного осмысленного отношения к своему здоровью и укреплению его с детских лет.

В настоящее время проблемой формирования здорового образа жизни занимаются ученые из различных областей знаний: медицины и физиологии, психологии, экологии и педагогики. Интерес ученых к поставленной проблеме не случаен. Направленность личности на здоровый образ жизни – процесс довольно сложный и противоречивый, на него влияют особенности развития государства и общественное мнение, экологическая обстановка, технология воспитательно-образовательного процесса, личность педагогов, а также состояние и ориентация семейного воспитания.

Проявляя заботу о сохранении и укреплении здоровья, необходимо уделить особое внимание формированию потребности в здоровом образе жизни, его основ, у воспитанников. Здоровый образ жизни — это не просто сумма усвоенных знаний, а образ жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, когда дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности.

К главным составляющим здорового образа жизни относятся:

Личная гигиена

Культура питания

Режим дня

Физическая культура

Система знаний в привычках и поведении.

Объектом является здоровый образ детей дошкольного возраста.

Предметом является формирование здорового образа жизни дошкольников.

Проект «ЗОЖиК» по формированию основ здорового образа жизни у детей младшего дошкольного возраста, долгосрочный, реализовывался в течение нескольких месяцев.

Цель: Создание системы мероприятий, направленных на формирование основ здорового образа жизни у детей младшего дошкольного возраста в условиях дошкольного учреждения при сотрудничестве с семьями воспитанников.

Достижение поставленной цели возможно, если решить следующие **задачи**:

1. Формировать способность осознанного поведения в соблюдении правил личной гигиены и режима дня.
2. Воспитывать культуру питания, рационального выбора на основе знаний о пользе и вреде продуктов питания.
3. Создать условия для двигательной активности дошкольников.
4. Разработать систему закаливающих и профилактических мероприятий, направленных на сохранение здоровья и совершенствования функций организма, повышения его защитных свойств.
5. Установить партнерские отношения с родителями для вовлечения в единое образовательное пространство по формированию здорового образа жизни и создания развивающей предметно-пространственной среды.

Проект реализовывался, в несколько этапов: начальный, планирование, принятие решения, выполнение, оценка результатов, защита проекта, на основе утвержденных и реализуемых программ ДООУ по физическому развитию: «Растим детей здоровыми, крепкими и ловкими» и «Здоровячок».

Работа над проектом проходила при разнообразных формах организации, как детей, так и их родителей, которые осуществлялись в режимных моментах, непосредственно организованной, совместной деятельности, спортивных развлечениях и досугах, а также в совместных мероприятиях, организованных с детьми и их родителями по темам мини-проектов: «Личная гигиена», «Культура питания», «Режим дня», «Профилактические мероприятия», «Физическая культура», «Спортивный инвентарь». «Систематизация знаний в привычках и поведении».

На этапе работы «Выбор темы», педагогами была определена задача - способствовать возникновению мотивации для познавательной активности детей, заинтересованности родителей. Для работы по проекту с детьми была проведена беседа о том, что такое здоровье и здоровый образ жизни. Затем с детьми уточнили, и составили вопросы, которые их интересуют, где мы можем почерпнуть нужную информацию. Родителям рассказали о том, на какие вопросы дети хотят получить ответы и пригласили родителей принять в этом участие.

На этапе «Планирование», задачей являлось сформулировать формы и методы реализации проекта. Организовать деятельность участников в определенные сроки. По определенным темам проекта запланированы совместные мероприятия, НОД, развлечения, консультации для родителей, определены даты, участники и ответственные.

На этапе «Принятие решений» задачей стало определение оптимальных форм и вариантов реализации мини-тем проекта, синтез и анализ идей среди участников проекта. Консультации и подготовка к реализации проекта. Разработан план-график, участниками проекта проводился сбор необходимой

информации, подготовка к проведению мероприятий. Скорректированы даты, участники и ответственные.

Этап «Сбор сведений» определен задачей - создать условия для реализации проекта, непосредственного сбора информации для познавательной и двигательной деятельности. По сформулированным вопросам, интересующих детей, был проведен сбор необходимой информации, организованы совместные мероприятия, НОД, спортивные игры и развлечения, мастер-класс для родителей. Дети, в сотрудничестве с воспитателями, была создана «Паутинка», на основе метода 3-х вопросов.

Этап «Выполнение проекта», для которого, задачей стало создать условия для использования полученных знаний и сведений для создания нового продукта, осуществления детского замысла. Для детей создавались условия для изучения интересующих их вопросов: из рассказов родителей и воспитателей дети получали доступную информацию, которую они самостоятельно могли более подробно рассмотреть в журналах, статьях и книгах. В совместной, непосредственно образовательной деятельности и в процессе режимных моментов по каждой определенной теме организовывалась совместная, игровая и познавательная деятельность. В сотрудничестве с родителями, создавался спортивный инвентарь, знакомили родителей с доступными формами организации активной деятельности детей, проведению досугов в семье.

На завершающем этапе «Оценка и анализ работы» задачей стала систематизация и объединение результатов работы, оценки успеха и неудач в процессе реализации проекта всеми участниками. Анализ работы для корректировки выбора способов наиболее эффективного взаимодействия на основе полученных результатов. При коллективном обсуждении итогов проведения мероприятий по формированию здорового образа жизни, участники проекта, проводили анализ педагогической деятельности для выяснения степени реализации поставленных задач и достижения цели. Учитывалась степень педагогического воздействия, выбор разнообразных форм организации педагогического процесса и творческого подхода.

Этап «Презентация проекта», для которого задачей стало создать условия для демонстрации созданного проекта, трансляции опыта педагогического мастерства. В результате работы над проектом «ЗОЖиК» совместно с педагогами, детьми и родителями оформлены, созданы и проведены: сбор информации по мини-темам проекта, получены сведения о личной гигиене, культуре питания, режиме дня, профилактике болезней, составляющих физической культуры, использования и изготовления спортивного инвентаря, систематизированы знания о привычках и поведении.

Продуктом является реализованный проект «ЗОЖиК», лэпбук «ЗОЖ», а также, результатом работы над проектом, является повышение компетентности и заинтересованности родителей в формировании ЗОЖ и сохранение здоровья детей, и использовании полученных знаний и приобретенного опыта.