

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 249 компенсирующего вида»**

Проект – акция «Спорт альтернатива пагубным привычкам»

**Номинация: «Ведущий за собой»,
на тему: «Здоровому образу – «Привет!», вредным привычкам скажем «Нет!»;**

Подготовила:
Прусакова Ренуте Романовна,
воспитатель МБДОУ № 249, г. Красноярск

По мнению врачей-исследователей 20% нашего здоровья зависят от наследственных факторов, 20% - от факторов внешней среды, 10% - от деятельности системы здравоохранения и 50% от самого человека и от образа жизни, который тот ведет. А может ли человек влиять на своё здоровье? Вырастить здорового ребенка? Ведь это самое главное, что необходимо сделать взрослым людям – создать условия для полноценного физического развития и здоровья ребенка, так как это основа формирования личности.

На базе выше сказанных убеждений нами был задуман и реализован проект «Здоровому образу – «Привет!», вредным привычкам скажем - «Нет!» Проект направлен на практическое внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательную деятельность, где детский сад, совместно с родителями и педагогами работают над тем, как помочь сохранить и укрепить здоровье дошкольников.

Исходя из этого, **целью проекта** мы определили создание условий для повышения уровня знаний и обогащения опыта педагогов и родителей о здоровом образе жизни, формирования привычки к здоровому образу жизни, сохранения и укрепления здоровья детей и взрослых.

Таким образом, мы решали следующие **задачи**:

1. Дать представление о ценности здоровья;
2. Расширить и закрепить знания детей и взрослых, работающих с ними, и о здоровом образе жизни;
3. Формировать желание вести здоровый образ жизни;
4. Знакомить родителей с методами оздоровления детей в детском саду и дома;
5. Совершенствовать физические качества в совместной двигательной деятельности детей.

Срок реализации проекта –1 неделя

Предполагаемые результаты.

1. У дошкольников продолжают обогащаться и расширяться навыки здорового образа жизни.
2. Появляется потребность в ведении здорового образа жизни, в гигиене здоровья и культуре поведения.
3. Сформирована активная позиция взрослых по необходимости проведения пропаганды здорового образа жизни у дошкольников.
4. Отмечается повышение грамотности взрослых – партнеров детей в вопросах физического развития и здоровья дошкольников с ОНР.
5. Качественное использование педагогами и родителями инновационных технологий физического воспитания и оздоровления дошкольников с ОНР.

4. Личностный и профессиональный рост, самореализация, моральное удовлетворение педагогов и родителей.

Для участников проекта всего было проведено около 50 мероприятий в разных группах ДОУ. В завершении были проведены итоговые мероприятия такие праздники как – «Физкульт - привет!», «Мы спортивная семья!», Квест – игра «Хочу быть здоровым!», которые особенно запомнились детям и их родителям. Также совместно с инструктором по физическому воспитанию были организованы Первые командные игры по настольному кёрлингу. Это вызвало большой интерес и резонанс, как среди воспитанников, так и среди родителей, тем более кёрлинг вышел в обязательную спортивную программу «Зимней универсиады – 2019», которая будет проходить в нашем городе.

В рамках проекта, нами был изготовлен стенд «Наш здоровый образ жизни» для того, чтобы каждый ребенок вместе со своей семьёй мог отслеживать уровень и качество своего участия в формировании здорового образа жизни. Так же с дошкольниками велась продуктивная деятельность, которая отразила внутренний мир, стремление, желание и переживание ребёнка на пути к здоровому образу жизни.

Для родителей и педагогов, было организовано итоговое мероприятие, которое провели в виде тренинга «Здоровому образу жизни – «Да», вредным привычкам – «Нет». Такая форма работы была очень востребована в связи с тем, что профессиональный стресс – это, прежде всего, следствие снижения профессиональной мотивации и что «выгорание» и сохранение увлечённости работой – это два полюса взаимоотношений человека и профессии. Также в ходе работы над выбранной темой, предполагается участие в акциях, спортивных праздниках на разных уровнях для обозначения здоровья как приоритета для каждого человека (спортивные соревнования и праздники «Мы - спортивная семья», «Физкультпривет», «Хочу быть здоровым», ежегодная Всероссийская акция «Спорт – альтернатива пагубным привычкам» и другое).

Педагогами и родителями была создана и оформлена выставка нестандартного физкультурного оборудования и инвентаря, под названием «Я здоровье берегу, сам себе я помогу!». Подобное оборудование позволяет дополнительно стимулировать физкультурно – оздоровительную деятельность и пропаганду здорового образа жизни, а так же повышает у дошкольников интерес к спортивным играм, придаёт им необходимую эмоциональную окраску их деятельности.

План работы

Дата	Содержание работы	Участники	Ответственные
Подготовительный этап			
СРЕДА - ПЯТНИЦА	1. Постановка целей, задач и определение значимости проекта. 2. Изучение методической литературы для реализации проекта (журналы, статьи, и т.п.). Изучение мнения на вопрос в средствах массовой информации, в педагогический периодике, среди воспитанников и педагогов ДОУ.	Воспитатели Родители Дети	
	1.Подбор видеотеки мультфильмов и документальных фильмов про спорт. 2. Подбор материала и оборудования для бесед, разнообразных игр и других видов деятельности, связанных с тематикой проекта. 3. Подбор методической и художественной литературы.	Воспитатели Родители	Воспитатели
Основной этап			
ПН Тема дня: «Где прячется здоровье»	<u>1-я половина дня:</u> 1. Утренняя гимнастика «Здоровью скажем «Да»; 2. Беседа «Что такое здоровье и как его приумножить»; 3. Сюжетно – ролевая игра «магазин здоровых продуктов»; 4. Дидактическая игра «Что полезно кушать, а что вредно»; <u>2-я половина дня:</u> 1. Чтение: А. Барто «Девочка чумазая», С. Семёнов «Как стать неболейкой», С Михалков «Про мимозу» 2. Продуктивная деятельность: рисование по стихотворению А. Барто «Девочка чумазая». 3. Работа с родителями: провести анкетирование родителей «Роль спорта в семейном воспитании.»	Воспитатели Дети Родители	Воспитатели

<p style="text-align: center;">ВТ</p> <p>Тема дня: «Здоровые зубки»</p>	<p><u>1-я половина дня:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Утренняя гимнастика «Здоровью скажем «Да»; 2. Беседа «Здоровые зубки»; 3. Чтение сказки «Сказка о зубной щётке»; <p><u>2-я половина дня:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дидактическая игра: «Что вредно, а что полезно для зубов»; 2. Продуктивная деятельность: аппликация «Зубная щётка для мальчика Пети»; 3. Работа с родителями: оформление выставки нестандартного физкультурного оборудования и инвентаря, под названием «Я здоровье берегу, сам себе я помогу!». 	<p>Дети Родители Воспитатели</p>	<p>Воспитатели</p>
<p style="text-align: center;">СР</p> <p>Тема дня: «Мойдодыр»</p>	<p><u>1-я половина дня:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Утренняя гимнастика «Здоровью скажем «Да»; 2. Беседа «Микробы и вирусы» <p>Дидактическая игра «Предметы личной гигиены»;</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Чтение: Потешки, стихи, загадки на заданную тему <p><u>2-я половина дня:</u></p> <p>Просмотр мультфильма «Мойдодыр»</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Работа с родителями: <p>Провести беседу по итогам анкетирования, познакомить родителей с ответами детей на те же самые вопросы.</p>		
<p style="text-align: center;">ЧТ</p> <p>Тема дня: «Здоровое питание. Витамины»</p>	<p><u>1-я половина дня:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Утренняя гимнастика «Здоровью скажем «Да»; 2. Беседа «Витамины и полезные продукты»; 3. Разучивание стихов, загадок, потешек; 4. Продуктивная деятельность: пластилинография «Витамины на столе». <p><u>2-я половина дня:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. НОД «Кладезь здоровья» 2. Работа с родителями: Прослушивание родителями рассказов детей о любимом виде спорта, записанных на диктофон. 		

ПТ Тема дня: «Со спортом дружим мы»	<p><u>1-я половина дня:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Утренняя гимнастика «Здоровью скажем «Да»; 2. Рассматривание иллюстраций о различных видах спорта; 3. Итоговое спортивное развлечение Квест – игра «Хочу быть здоровым!» <p><u>2-я половина дня:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Продуктивная деятельность: Конструирование «Спортивные человечки» 2. Работа с родителями: Беседа: «Значение ЗОЖ для здоровья человека» 		
--	--	--	--

Благодаря внедрению здоровьесберегающих технологий и используя ЗОЖ как один из факторов воспитания дошкольников, цель проекта была достигнута.

У дошкольников с ОНР сформированы навыки здорового образа жизни, а также возникла потребность к гигиенической культуре, то есть заботливо и бережно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих людей. Родители стали активнее участвовать в жизни ДОУ, а также интересуются вопросами физического развития и здоровья дошкольников с ОНР. Педагоги совместно с родителями используют современные технологии в сохранении и стимулировании здоровья и что немало важно поддерживают инициативу и самостоятельность у дошкольников с ОНР. А также осуществляется продуктивное взаимодействие родителей и воспитателей в формировании здорового образа жизни. По итогам реализации проекта нами создан фильм «Проект по пропаганде здорового образа жизни среди воспитанников «Здоровому образу жизни – «Привет!», вредным привычкам скажем «Нет!» (См. Приложение 1 - видеофильм).

Фотоподборка из различных этапов реализации проекта



Утренняя гимнастика «Здоровью скажем «Да!»



Процесс НОД «Кладезь здоровья»



Продуктивная деятельность- пластилинография «Витамины на столе».



Продуктивная деятельность - Конструирование «Спортивные человечки»