**Реализация оздоровительно-воспитательной технологии «Здоровый дошкольник» в форме проекта «Полезные привычки»**

Я.Б. Буторина, инструктор по физической культуре,

Л.Г. Шипицына, инструктор по физической культуре

Ю.О. Балай, делопроизводитель

Дошкольный возраст – самый благоприятный для формирования привычек. Дети постоянно находятся под контролем взрослых. Если с младшей группы начать приучать ребенка заботиться о своем здоровье, то к старшему возрасту у него уже сформируются начальные представления о здоровом образе жизни.

Опираясь на многочисленные публикации Егорова Б.Б., его теоретические исследования и практический опыт, рабочая группа инновационной площадки МАДОУ – детский сад комбинированного вида №559 г. Екатеринбурга разработала долгосрочный проект «Полезные привычки», направленный на оздоровление младших дошкольников и формирование у них здорового образа жизни.

До внедрения долгосрочного проекта, родители прошли анонимное анкетирование. Примерные вопросы анкеты были заимствованы из книги Егорова Б.Б. «Здоровый дошкольник». В результате анкетирования стало известно, что большинство родителей моложе тридцати пяти лет, они недостаточно осведомлены о способах оздоровления детей и воспитание здоровых привычек вызывает у них трудности.

Наш проект задуман в игровой форме. Ребята на паровозике отправились в «Страну полезных привычек», где их ждёт праздник. Каждый месяц к паровозу прицепляется один вагончик – это новая привычка. Всего у нас восемь таких привычек: привычка мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, закаляться и др. Воспитатели в группах, следуя составленному плану, формируют у ребёнка новую привычку, а родители продолжают закреплять её дома. Чтобы малышу «попасть в вагончик» нужно всей семьёй выполнить несложное домашнее задание.

<https://vk.com/wall-216943844_3042?hash=0c8d69e4b789268135>

<https://vk.com/wall-216943844_2829>

<https://vk.com/wall-216943844_2762>

Для эффективности результата с родителями детей, участвующими в проекте, и рабочей группой инновационной площадки был создан временный чат «Полезные привычки», через который осуществлялась обратная связь и тесное взаимодействие.

Каждый месяц инструктор по физической культуре создаёт видеообращение к родителям, в котором рассказывает с чего начать формирование привычки, на что обратить внимание, с какими сложностями родители могут столкнуться и как с ними справится. Нам важно, чтобы родители вместе с детьми шли к одной цели – сохранению и укреплению здоровья ребенка. Поэтому наши домашние задания направлены на объединение усилий всех членов семьи.

Для большей эффективности и облегчения работы воспитателям инструктор составил подробный план на месяц, в котором подобрал потешки, разминалочки, вопросы для бесед с детьми, подвижные игры, творческие задания, список литературы и мультфильмов по теме.

Начали мы с формирования у младших дошкольников привычки «Мыть руки». Нельзя не отметить, что столь простая гигиеническая процедура, как мытьё рук способна предупредить заражение организма вредоносными вирусами и микроорганизмами.

<https://vk.com/wall-216943844_3205>

<https://vk.com/wall-216943844_3128>

В игровой форме воспитатели рассказывали ребятам, когда нужно мыть руки, как правильно это делать, в какой последовательности, воспитывали интерес к действию и формировали потребность в личной гигиене. В результате совместной работы у детей сформировалась устойчивая привычка мыть руки, они выучили правила поведения в умывальной комнате и стали с пониманием относится к этой гигиенической процедуре.

<https://vk.com/wall-216943844_3003?hash=1a631ea2bfbf0c11c1>

В рамках творческого домашнего задания каждая семья сделала наглядное пособие, в котором отобразилась последовательность действий процесса мытья рук и описаны ситуации, в которых нужно мыть руки. Все сделанные плакаты воспитатели разместили в умывальной комнате.

<https://vk.com/wall-216943844_3019?hash=8f531231d7f614abc6>

Вторым этапом проекта стала привычка чистить зубы. В группы были приглашены врачи-стоматологи, которые рассказали о правилах гигиены полости рта и продемонстрировали правильную чистку зубов на диагностических моделях. Дети смотрели мультфильмы по теме, учили потешки, с ребятами проводились эксперименты, беседы и игры. В результате нам удалось дать им элементарные представления об основных правилах гигиены полости рта, воспитать привычку чистить зубы два раза в день и доброжелательное отношение к посещению стоматолога.

<https://vk.com/wall-216943844_3043?hash=1fc322379dcb222389>

<https://vk.com/wall-216943844_3133>

<https://vk.com/wall-216943844_3109>

Каждая семья выполнила творческое задание: красиво оформила придуманную историю, сказку, рассказ, стишок или комикс про зубки, из которых воспитатель собрала книгу, ставшую украшением группы.

<https://vk.com/wall-216943844_3244?hash=facae82ebb5b2e4027>

В формирование основ здорового образа жизни дошкольника мы добавили ещё одну полезную привычку – закаляться. Не должен ребёнок заболевать от сквозняков, от того, что он съел мороженое или промочил ноги. Родителям здесь отводилась большая роль: именно им предстояло выбрать форму закаливания своего ребёнка и сделать его частью образа жизни.

<https://vk.com/wall-216943844_3234>

Опираясь на автора оздоровительно-воспитательной технологии «Здоровый дошкольник» к.п.н. Егорова Б.Б., инструктор по физической культуре озвучил родителям, что основной принцип закаливания – перепад температуры, включающий иммунную систему, представил им основные правила и способы закаливания.

В детском саду воспитатели практикуют воздушное закаливание. Ребята ежедневно после дневного сна ходят по дорожкам здоровья и растираются массажными варежками. В рамках домашнего задания семьи смастерили уникальные массажные коврики, которые и используют педагоги в своей работе. С детьми ведутся беседы о пользе закаливания для здоровья, заучиваются потешки. Запланировано много игр, гимнастик-разминалочек, мультфильмов про закаливание, а также выходы врача в группы для знакомства ребят с процедурой обтирания.

Мы впервые запустили такой масштабный проект и с удовольствием отметили активное участие (более 80%) родителей. У нас даже принимали участие семьи, чьи дети по каким-то причинам не ходили в детский сад. Мы надеемся, что к восьмой привычке процент включенности родителей в наш проект станет максимальным. После завершения проекта «Полезные привычки» с одними группами, мы планируем начать его со вновь подросшими малышами.