



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД №134  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ  
ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ГОРОДА ТЮМЕНИ  
(МАДОУ Д/С №134 ГОРОДА ТЮМЕНИ)**

ул. Газовиков, 6а, г. Тюмень, 625022

тел.: (3452)-51-76-51, факс: 47-77-37, E-mail: dsn134@mail.ru

**Конкурсный материал**

«Лучшее образовательное мероприятие, направленное на оздоровление детей, формирование ценностного отношения к здоровью и навыков здорового образа жизни»

Инструктор по физической культуре

Сташинская Лариса Михайловна



Дошкольный период является наиболее благоприятным для формирования потребности в здоровом образе жизни. Одним из главных условий успешности работы в этом направлении является эффективная организация здоровьесберегающего процесса в детском саду.

Актуальным остается вопрос правильного питания. Дети становятся заложниками яркой рекламы ресторанов фаст-фуда и в выборе между полезной и вкусной, но вредной пищей, отдают предпочтение последнему. Вместе с тем растет осознание того, что необходимо возродить культуру правильного питания. Как показал практический опыт, одной из самых эффективных форм образовательной работы является проектная и экспериментальная деятельность, осуществляемая педагогами совместно с родителями и воспитанниками детского сада.

Наш детский сад уже несколько лет работает в системе проектной деятельности. Разработано и реализовано множество проектов, одним из них мы хотим поделиться.

**Вид проекта:** познавательный, исследовательский, экспериментальный.

**Участники проекта:** воспитанники старших и подготовительных групп, педагоги, родители

**Цель проекта:**

Формирование потребности к здоровому образу жизни, через вовлечение детей в проектную деятельность, и создание мотивации в сохранении здоровья.

**Задачи:**

- Продолжать формирование представлений у детей о здоровом образе жизни и здоровом питании;
- Закреплять умения применять полученные знания на практике, планировать этапы своих действий, обосновывать свой выбор.
- Способствовать гармонизации детско – родительских отношений
- Обогащать активный и пассивный словарь детей
- Побуждать к активным действиям во взаимном сотрудничестве взрослых и детей

**Ожидаемые результаты:**

- сформированное представление у воспитанников о своем здоровье и привитие здорового образа жизни
- установление партнерских отношений с семьями воспитанников
- повышение профессиональной компетентности педагогов в области здоровьесберегающих технологий

**Условия:**

- наличие теоретических и практических знаний у педагогов о здоровьесберегающих технологиях, гигиене.
- накопление, систематизация материалов по здоровьесберегающей деятельности

**Создание проблемной ситуации**

Воспитанник стал рассказывать о том, как он отметил день рождения с друзьями и родителями в кафе. О том, как развлекались, и что было в меню к праздничному столу. Большое внимание и споры вызвал напиток Кока – кола, кто то из детей стал говорить о вреде, а кто - то расхваливать вкусовые качества. Так зародилась идея очередного проекта.

**Участниками проекта** стали дети пяти подготовительных и шести старших групп, что составило 47 % от общего количества всех воспитанников ДООУ, 39% родителей.

**Длительность проекта:** две недели

**Оснащенность:** для эксперимента: Кока-кола 2 литра, 0,6 литра, гвозди ржавые 2 шт; кружка с налетом от чая, драже «Ментос», глубокие емкости 3 шт; костюмы: микробы 4 шт., Капризки, карта, дидактическая игра «От зерна до стола», мольберт, магниты 6 шт., набор для сюжетно – ролевой игры «Супермаркет», «Аптека», касса, «Лаборатория», елки 4 шт., дрова, кочки резиновые 4 шт., шнур длина 3 метра 1 шт., дуга – гусеница, обручи 6 шт., мячи резиновые 2 шт; рюкзак

**Приемы и методы:** игровые, решение проблемных ситуаций.

Итогом проекта стала интегрированная совместная деятельность «Поход в деревню «ЗДОРОВЕЙКА» приложение 1

**Проект «Тропинками здоровья»**

1 этап	<b>Подготовительный</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Анкетирование родителей «Питаемся в детском саду и дома»</li><li>• Беседы с детьми: «Здоровье на тарелке», «Путешествие Витаминки», «В городе полезных продуктов», «Здоровое питание – основа процветания», «В гостях у Айболита», «Друзья Мойдодыра»</li><li>• Организация экспериментальной лаборатории</li><li>• Выставка рисунков «В здоровом теле здоровый дух»</li><li>• Создание книжек – малышек</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Интервьюирование малышей</li> </ul>
Организация работы с педагогами:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Круглый стол «Правильное питание – основа процветания»</li> <li>• Круглый стол с участием родителей «Организация питания детей в детском саду и дома»</li> </ul>
Организация работы с родителями	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Буклеты «Организация питания детей дома», «Влияние питания на здоровье детей и взрослых», «Как питаешься- так и улыбаешься», «Еда без вреда»</li> <li>• Конкурс «Любимые блюда семьи»</li> <li>• Обобщение опыта семейного воспитания</li> <li>• Изготовление книжек – малышек «Вкусно и полезно», «Меню будущих олимпийцев», «Азбука питания», «Семейные рецепты», «Домашние сказки о здоровом питании»</li> </ul>
Оснащение среды:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• пополнение «библиотечного фонда» группы по данной теме</li> <li>• изготовление не достающих предметов и материалов для организации продуктивной деятельности, дидактических и демонстрационных материалов</li> <li>• наполнение материалами центра сюжетно – ролевой игры «Доктор», «Магазин», «Аптека», «Кухня», «Супермаркет»</li> </ul>
2 этап	<p style="text-align: center;"><b>Осуществление проекта</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Совместная образовательная деятельность с детьми «Здоровое питание основа процветания!», «Путешествие Витаминки», «В городе полезных продуктов», «Здоровье на тарелке», «Уроки правильного питания», «Чем полезно молоко?», «Превращение молока».</li> <li>• Цикл бесед с детьми: «Безопасное поведение дома, на улице, во дворе».</li> <li>• Об использовании антибактериальных салфеток, гигиене</li> <li>• Сюжетно-ролевые игры «супермаркет», «поликлиника», «кафе», «аптека»</li> <li>• Дидактические игры «От зерна до стола», «Овощи, фрукты – полезные продукты», «Ароматные фрукты и овощи», «Определи на вкус», «Строим дом здоровья», «Здоровые продукты»</li> <li>• Заучивание пословиц, поговорок, стихов о культурно – гигиенических навыках, о хлебе, овощах и фруктах, о питании...</li> <li>• Загадывание загадок «Вечер у бабушки Загадушки»</li> <li>• Чтение художественной литературы «Горшок каши» Гримм, «Яблоко» В.Сутеев, «Слава хлебу!»</li> </ul>

	<p>С.Погореловский. «Лисичкин хлеб» Паустовский</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Мульт - шоу «Смешарики рекомендуют»</li> <li>• КВН «Здорово живем»</li> </ul> <p>Детско – родительские проекты</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Изготовление книжек – малышек «Вкусно и полезно», «Меню будущих олимпийцев», «Азбука питания», «Семейные рецепты», «Домашние сказки о здоровом питании», «Любимые блюда семьи»</li> <li>• Обобщение опыта семейного воспитания</li> </ul>
3 этап	<p style="text-align: center;"><b>Обобщающий</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Буклеты «Как питаешься – так и улыбаешься»</li> <li>• Конкурс «Любимое блюдо нашей семьи»</li> <li>• индивидуальные консультации, «Еда без вреда – питаемся правильно и вкусно»</li> <li>• Организация и проведение интегрированной совместной деятельности с детьми «Поход в деревню «Здоровейка»</li> <li>• Анализ и обобщение полученных результатов</li> <li>• Публикация на сайте ДОУ</li> <li>• Работа СМИ</li> </ul>

**Итогом** проекта «Тропинками здоровья» стали: книжки – малышки о здоровом образе жизни и правильном питании, создан фильм «Зоровейка», выставка детских портфолио и обобщение опыта семейного воспитания, буклеты по здоровому образу жизни и правильному питанию.

**Таким образом:**

В результате работы с детьми, при реализации данного проекта, были достигнуты следующие задачи:

- у детей расширились знания о разнообразии продуктов здорового питания, полезных свойствах овощей и фруктов, пользе продуктов, влиянии витаминов, бережном отношении к своему организму.
- Родители обратили внимание на рацион своих детей, изменили их меню, сделав его более витаминизированным и полезным
- Совместные творческие задания для детей и родителей способствовали укреплению взаимоотношений в семьях.

Итак, работа по данному направлению была успешной, увлекательной, продуктивной. Наиболее перспективным путем обновления содержания работы по организации правильного питания, является создание единого информационного пространства для обучения основам здорового питания, формирование мотивации к нему как у детей, так и у родителей.

**Итоговая интегрированная совместная деятельность**

**Поход в деревню «ЗДОРОВЕЙКА»**

**Ход занятия**

В группу к детям заходит Крепыш. Здоровается, с детьми спрашивает какое у них настроение, делали они зарядку...

**Крепыш:** Здравствуйте, ребята! Я хочу отправиться в поход в деревню «ЗДОРОВЕЙКА», но у меня нет веселой компании. Хотите составить мне компанию?

**Капризка**(сидит в углу за столом и лепит)

**Крепыш:** интересно, что с ним случилось, нет настроения или он чем -то занят? (все подходят, становятся полукругом)

**Дети:** Здравствуй Капризка, что это у тебя?

**Капризка:** я из хлебных крошек леплю, но у меня ничего не получается.тяжело вздыхает, ох....

**Крепыш:** Так нельзя. Ребята, из чего можно лепить? Хлеб очень тяжело достается.

**Капризка:** ну и что, все равно у меня ничего не получается...ох. И вообще пошел в магазин и купил, вот и все, ничего тяжелого...

**Игра «От зерна до стола» (мольберт, магнитные карточки)**

**Капризка:** извините меня, пожалуйста, я больше не буду, ох.... Я хочу быть таким же как вы, умным, стройным и красивым...ох..... Помогите мне, пожалуйста.

*Дети с Крепышом собираются в круг, советуются...*

**Крепыш:** мы готовы помочь тебе, мы отправляемся в поход, пойдешь с нами?

**Капризка:** а это не опасно? Ох...

**Крепыш:** если ты хочешь измениться, это необходимо, ведь мы отправляемся в деревню «ЗДОРОВЕЙКА».

**Капризка:** а вы знаете, куда нам надо идти?

**Крепыш:** конечно, у нас есть карта

Дети рассматривают карту

**Крепыш:** Мы с ребятами заглянем в супермаркет за самыми полезными продуктами для похода, и ты к нам присоединяйся.

*Все отправляются в магазин за продуктами. Складывают в корзину и подходят к кассе. Кассир, громко называя продукт, отбивает... Дети их складывают в рюкзаки.*

**Крепыш:**Ну вот к походу мы готовы, взяли с собой самые полезные продукты, которые не портятся в дороге. Чтобы отправиться в поход, нам необходимо обратиться к карте. Ребята, смотрите, наш путь лежит по тропинке, по направлению к лесу. Ну что вперед...

*Дети идут до нужного места, Крепыш, обращает их внимание на дремучий лес...из которого выглядывают странные существа.*

**Капризка:** ох-ох-ох, кто это? Я их боюсь...

**Крепыш:**ах, да это же простые микробы...

Неожиданно появляется медицинский работник детского сада.

**Крепыш:** смотрите, кто это там? Да это же Наталья Владимировна, странно, что это она делает в дремучем лесу?

**Наталья Владимировна:** я собирала лекарственные травы – березовые и сосновые почки. А вы что делаете в лесу?

**Крепыш:** мы пошли в поход, и наш путь лежит через лес. Но микробы нас не пускают.

**Наталья Владимировна:** дети подумайте, откуда берутся микробы, что нужно сделать, чтобы они исчезли?

**Дети:** нужно чаще мыть руки

**Капризка:**ох – ох- ох.... Ну где же мы тут руки помоем?

Наталья Владимировна: Но можно руки просто протереть влажной бактерицидной салфеткой...

**Капризка:** но куда же мы потом денем использованные салфетки, ведь в лесу мусорить нельзя.... Ох..

**Дети:** в лесу мусорить нельзя, а использованные салфетки положим в кулечек и заберем с собой, когда появится возможность, выбросим в мусорный бак.

*Микробы от страха начинают исчезать. Дети снова обращаются к карте, ищут путь по стрелочкам. Двигаются друг за другом.*

**Капризка:** ох – ох- ох... я устал, я не могу идти дальше, мне холодно.....

**Крепыш:** ребята, а вы устали? Может привал сделаем? Костер разведем... что для этого нужно?

**Дети:** нарубить дрова.

*Элементы дыхательной гимнастики по Стрельниковой:*

«Лесоруб»

И. п.:ноги на ш.п., руки внизу, ладони вместе.

1. носом вдох, руки вверх над головой
2. выдох, руки резко опускаем вниз «Ух»

**Крепыш:** какие молодцы, столько дров нарубили, но нам ведь костер нужно разжечь. Давайте сейчас расположимся вокруг костра, присядем на коленки, и будем раздувать пламя.

1. Носом вдох
2. Выдох через рот

Костер загорается

**Капризка:** костер горит, а я никак не могу согреться... помогите мне...

Ах: давайте все вместе погреемся, вставайте на ноги и повторяйте за мной...

Стоя, руки согнуты в локтях, перед грудью, ноги на ш.п.

1. Развести руки в стороны – вдох
2. Обхватить лопатки руками – выдох



**Крепыш:** ребята, нам пора дальше отправляться в путь, давайте посмотрим на карту. Болото

*Все отправляются дальше в путь друг за другом, преодолевая новые препятствия: кочки, мост, дуги. Дети идут друг за другом с кочки на кочку, подлезают под дугу на четвереньках с опорой на локти и колени, по мостику руки в стороны.*

**Капризка:** Смотрите, что это? У нас получилось...Деревня «ЗДОРОВЕЙКА»

**Крепыш:** Да ребята, добро пожаловать в деревню «ЗДОРОВЕЙКА» Вам было трудно преодолевать препятствия? Молодцы, а в нашей деревне вы станете еще сильнее и умнее.

Экскурсию по деревне «ЗДОРОВЕЙКА» мы обычно начинаем с нашей необычной лаборатории. В ней мы проверяем, какие продукты питания полезны, а какие не стоит употреблять в пищу. Вы с собой в поход взяли продукты? Какие? А почему? они полезные и не скоропортящиеся. Давайте посмотрим... (салфетки бактерицидные, консервы, хлеб, овощи, фрукты, вода, среди продуктов кока – кола)

Как раз сегодня проводятся эксперименты с напитком кока – кола. Интересно? Хотите принять участие?

**1. Эксперимент. «Разъедает ржавчину»**

Один ржавый гвоздь поместить в стакан с водой, другой с кока – колой.

**2. Эксперимент «Разрушает стойкие пятна»**

Белая чашка со следами от чая заливается кока – колой.

**3. Эксперимент «Совместимость с другими продуктами»**

В стакан с кока – колой помещают конфеты «Ментос»

Для того чтобы опыты показали нам точный результат, нужно время... а мы можем чем -нибудь заняться, ребята, а чем занимаются в деревне «ЗДОРОВЕЙКА»?

**1. Эстафета**

Ребенок бежит с эстафетной палочкой до сигнальной фишки и обратно, передает ее следующему.

**2. Эстафета. «Полоса препятствий»**

Дети становятся друг за другом, у каждого набивной мешочек, метают в вертикальную цель.

**Крепыш:** Молодцы, ребята, пора взглянуть на результаты экспериментов...

Дети делают выводы.

Крепыш обобщает, подводит итог экспериментальной деятельности и путешествия.

**Крепыш:** Теперь вы знаете, что не все вкусное – полезно! Ребята Мне было очень приятно с вами познакомиться, поиграть, проделать интересные опыты. И хотелось бы с вами чаще встречаться и пожелать удачи на спортивных площадках.