Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение ЗАТО г. Североморск «Детский сад № 47»

**Информационный краткосрочный проект:**

**«Курить-здоровью вредить!»**

**Подготовили:**

старший воспитатель И.Н.Гущина;

педагог-психолог С.И.Шкарлий.

ЗАТО г.Североморск, 2024г.

**Пояснительная записка.**

**Актуальность.** Курение – это бич современности, причем эта глобальная проблема значительно «помолодела» за последнее десятилетие. Если раньше с сигаретой можно было увидеть взрослого мужчину, то сегодня каждый третий подросток имеет острую никотиновую зависимость. В последние годы широкое распространение получили электронные сигареты (вейпы), которые преподносятся как «менее опасная» и «бездымная» альтернатива традиционным сигаретам. На сегодняшний день курение – это модно, стильно и смело; как раз в лучших традициях подросткового максимализма. Да и выглядеть «белой вороной» на фоне курильщиков не очень хотелось бы.

Стремясь быть похожими на родителей, старших товарищей, дети попадают в эту зависимость, и с каждым годом таких ребят становится все больше. Поэтому одной из задач образовательных учреждений является организация просветительской работы, направленной на профилактику детского курения.

Проектная деятельность является, на наш взгляд, одним из наиболее эффективных методов воспитания у детей жизненных ценностей, помогает наладить взаимодействие детского сада и семьи.

Учитывая всю серьезность вопроса профилактики курения среди детей, мы совместно с воспитанниками подготовительной группы и их родителями разработали и реализовали проект «Курить-здоровью вредить!». Он направлен на формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения детей и родителей. Его основной целью стало формирование отрицательного отношения детей к курению. Организацию просветительской работы, направленной на профилактику детского курения мы включили в содержание образовательной области «Физическое развитие» - «Формирование основ здорового образа жизни».

* **Тема проекта:** опасность курения для здоровья курящего и его окружения.
* **Вид проекта:** информационный
* **Срок реализации:** краткосрочный
* **Участники проекта:** дети подготовительной группы, их родители и педагоги ДОУ.
* **Предполагаемые результаты проекта:** получение детьми представлений о вреде курения, в том числе и электронных сигарет, как активного, так и пассивного; привлечение внимания к данной проблеме родителей воспитанников, сотрудников ДОУ.

**Цель:** Формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения детей к курению.

Для достижения данной цели были определены следующие **задачи:**

• формирование у детей представлений о здоровом образе жизни и вреде курения;

• приобретение представлений о пагубном воздействии курения, в том числе и электронных сигарет, на здоровый организм;

• пропаганда среди родителей здорового образа жизни путем отказа от курения;

• обучение воспитанников навыкам сопротивления (умению говорить «нет») и умению распознавать опасные ситуации (в том числе групповое давление) путем обыгрывание ситуаций и проведения бесед.

**Описание проекта**.

Для выполнения задач проекта на **подготовительном этапе** был разработан план его реализации.

Воспитанникам подготовительной группы была прочитана сказка Сергея Михалкова «Как медведь трубку нашел». Прочтение этой сказки преследовало следующую цель: формирование у детей представления о здоровом образе жизни и вреде курения. После прочтения сказки с детьми была проведена беседа о вреде курения.

**Основной этап** работы над проектом включал в себя работу с детьми и родителями. Дошкольники рассматривали иллюстрации в познавательной литературе, плакаты; знакомились с материалами энциклопедий. Знакомя детей со строением организма человека, особое внимание уделялось тем органам, которые в первую очередь страдают от табачного дыма. Проводилась беседа о вреде пассивного курения ( присутствия в помещение, где курят другие). По картинкам дети определяли, как следует вести себя, чтобы избежать ситуации пассивного курения.

Дав детям начальные представления о проблеме, мы провели «Мозговой штурм», где детям предложно было разделиться на две команды: врачей и курильщиков. Команда врачей называет недостатки курения, а команда курильщиков, наоборот, преимущества курения. В конце упражнения все вместе делают вывод о том, что у курения больше недостатков, чем преимуществ. Результат проведенного «мозгового штурма» предусматривает создание копилки «Вред курения», материалы которой дают возможность показать детям зависимость состояния здоровья людей от наличия или отсутствия привычки курить, а также собрать советы и узнать способы борьбы с курением.

Совместно с педагогом- психологом составляли картотеку, обучали детей способам снятия стресса, избавления от негативных эмоций, релаксации, навыкам говорить «нет» вредным привычкам.

Одним из таких упражнений было упражнение «Брось курить!», во время которого ребята из ряда предложенных сказочных героев должны были выбрать тех, кто, по их мнению, может закурить, и сказать ему: «Брось курить!». Следующим мероприятием в ходе реализации проекта стало проведение мини-тренинга «Как научиться сказать нет». Дети по кругу пробуют сказать «нет» робко, а затем пробуют сказать «нет» - «как отрезать». В ходе упражнения ребята приходят к выводу, что «нет» нужно говорить резко. Кроме этого, обыгрывали ряд случаев, когда старшие ребята предлагают им покурить. При обсуждении ситуаций воспитанники активно рассматривали различные способы выхода из них: пройти мимо курящих ребят, не обращая на них внимания; рассказать о вреде курения; предложить им выбросить сигареты или вейп и угостить конфетами.

Из всех сложных ситуаций дошкольники смогли найти правильный выход, а если у кого возникали трудности, подгруппа приходила на помощь. Подобные упражнения не только развивают в детях умение не растеряться в сложной ситуации, но и помогают сплотить коллектив, вызывают доверие друг к другу и повышают самооценку.

Следующий шаг - составление моделей «Вредная сигарета», «Борьба с сигаретой» и составление рецептов здоровья. Для первой модели дети представили, как табачный дым и дым из курительных смесей влияет на здоровье людей, и в центре листа нарисовали зажженную сигарету. Вокруг нее нарисовали рисунки, доказывая тем самым, что дым опасен для здоровья и детей, и взрослых.

Для второй модели ребята предложили свои рисунки на тему, чем можно заниматься вместо курения, то есть найти альтернативу этому занятию. В центре листа они поместили изображение зачеркнутой сигареты, а вокруг нее нарисовали свои рисунки. У некоторых детей это задание вызвало определенные трудности.

Составляя рецепты здоровья, ребята помогали доктору Айболиту, который пришел к ним в гости и принес письмо. Суть письма: доктор Айболит потерял рецепты здоровья, а ребятам предлагается их найти. Сидя в кругу, дети делились своими знаниями и впечатлениями о вреде курения, рассматривали картотеку.

В ходе тренинга было принято решение о создании собственной антирекламы, направленной против курения. Дети решили, что им по силам совместно с родителями нарисовать плакаты, призывающие курящих бросить это занятие, а некурящих людей – не начинать курить.

Работа с родителями включала в себя:

• анкетирование родителей, с целью привлечь внимание к проблеме, заставить задуматься (кто курит в семье, причина курения, замечали ли какие-либо нарушения в состоянии здоровья и т.д.)

• сбор картинок с изображением курящих людей и рекламы табачных изделий с целью создания тематического альбома о вреде курения.

Когда родители заполнили анкеты с вопросами о курении, результаты оказались довольно любопытными. Выяснилось, что около 65 % опрошенных родителей курят. Отрадно, что лишь 30% из них составляют мамы, а 70% отцы. Причины курения различные. По привычке курят 41% опрошенных. Большинство главной причиной курения называют стресс. 25% родителей считают курящих людей неуверенными в себе. Больше половины опрошенных понимают, что курильщик наносит вред не только себе, но и своему окружению, в т. ч. детям. 36% курящих родителей (преимущественно мамы) считают, что курение плохо сказалось на их здоровье: преследует кашель, появилась одышка и неприятный запах изо рта. Остальные утверждают (в основном отцы), что курение не повлияло на их здоровье. В работе с родителями, использовали «круглый стол», где обсудили результаты анкетирования, проблему приобщения детей к здоровому образу жизни.

Результатом проекта стало изготовление совместно с родителями антирекламных плакатов «Брось курить» и т.д.

На заключительном этапе состоялась презентация проекта, на которую пригласили сотрудников ДОУ, родителей и воспитанников старшей группы.

На вопрос «Хотите ли вы вести ЗОЖ?» при повторном анкетировании 92% родителей ответили утвердительно (учитывая, что 65% родителей курят).

Таким образом, проект «Курить – здоровью вредить! » привлек большое внимание к проблеме курения, побудил участников проекта, в первую очередь родителей воспитанников дошкольного учреждения, более внимательно относиться к собственному здоровью и здоровью своих детей.

Список литературы:

1.«Проектная деятельность дошкольников» пособие для педагогов дошкольных учреждений. Автор: Веракса Н. Е., Веракса А. Н. Год: 2008. Издание: Мозаика – Синтез 2008.

2.«Не курите, я хочу быть здоровым!» Проект Руссу Н. З. журнал «Справочник старшего воспитателя», № 5/ 2010 г. с. 46.

3.«Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы». Автор: Казина О. Б. Год: 2008. Издание: Академия Развития, ВКТ.

4.Формирование представления о здоровом образе жизни у дошкольника». Автор: Новикова И. М. Год: 2010. Издание: Мозаика – Синтез 2010.