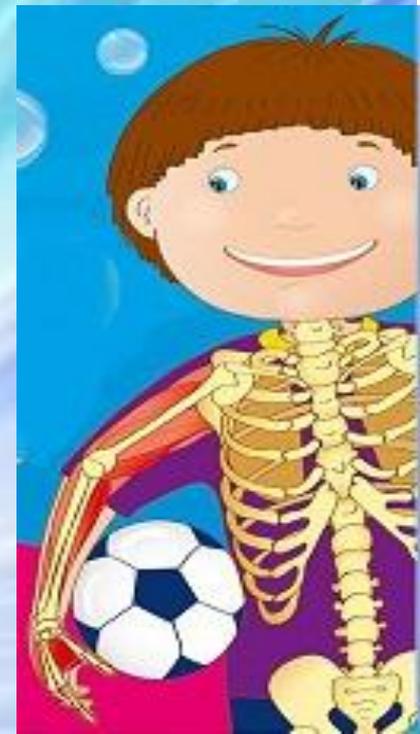
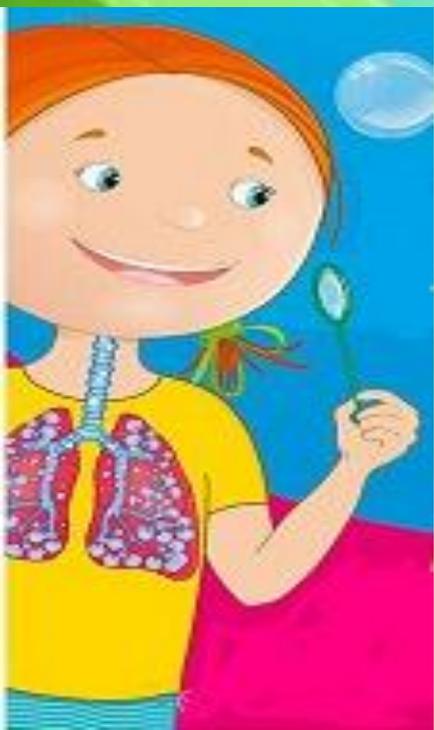


проект

Я и моё тело

Подготовила
презентацию
воспитатель высшей
категории

Прус Татьяна
Владимировна



Актуальность:

Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Но, к сожалению, здоровый образ жизни не занимает пока первого места в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. И если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если родители своим личным примером будут демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только физически, но и личностно, интеллектуально, духовно.

Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей.

Давным-давно, еще на заре педагогики, Януш Корчак поделился своими наблюдениями: «Взрослым кажется, что дети не заботятся о своем здоровье. ... Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясни им, и они будут беречься».

Цели проекта:

- Пропагандировать здоровый образ жизни.
- Подвести к осознанию потребностей ребенка в знаниях о себе и о своем здоровье.
- Учить оценивать и прогнозировать свое здоровье.

Задачи проекта:

- **Формировать у детей элементарные представления о человеческом организме;**
- **Прививать любовь к физическим упражнениям;**
- **Продолжать знакомить с правилами гигиены;**
- **Воспитывать умение бережного отношения к своему организму, оценивать себя и свое состояние;**
- **Привлечь родителей в образовательный процесс ДОУ.**
- **Познакомить с разными видами закаливания, дыхательной гимнастикой.**

Паспорт проектной работы.

- **Срок реализации проекта:** в течении учебного года.
- **Вид проекта:** познавательно – информационный.
- **Участники проекта:** дети старшей группы, педагоги, тренер по физической культуре, родители, медики.
- **Направленность развития детей, в рамках которого проводится работа по проекту:** физическое развитие (тематический модуль здоровья).
- **Форма проведения:** игровые сеансы, игры, самостоятельная деятельность детей, работа с родителями.

Предполагаемый

результат:

- Подвести к осознанию потребностей ребенка в знаниях о себе и о своем теле.
- Учить оценивать и прогнозировать свое здоровье.
- Пропагандировать здоровый образ жизни.
- Должно измениться отношение родителей к данной проблеме.

Предварительная работа:

- **Рассматривание рисунков и фотографий в анатомических атласах.**
- **Знакомство с литературными произведениями.**
- **Использование дидактических игр на тему «Валеология» или «Здоровый малыш».**
- **Разучивание различных видов гимнастики.**
- **Проведение опроса «Модель трех вопросов».**

Средства

реализации:

- Совместная деятельность педагога с детьми по теме «Я и мое тело. Эта тема интегрирована в различные режимные моменты: игру, прогулку, индивидуальную работу, самостоятельную деятельность детей.
- Организация здоровьесберегающей и развивающей среды, способствующей конструированию вариантов здорового образа жизни.
- Работа с родителями. Предполагает системное и планомерное взаимодействие триады родитель – ребенок – педагог для развития культуры здоровья.

Методы реализации проекта

| Практические | Словесные | Наглядные |
|---|--|---|
| <p>1. Создание здоровьесберегающей и развивающей среды, обеспечивающей комфортное пребывание ребенка в ДОУ.</p> <p>2. Демонстрация разных ситуаций, несущих опасность для здоровья ребенка.</p> <p>3. Организация режима двигательной активности, обеспечивающего нормальную жизнедеятельность.</p> <p>4. Закаливание.</p> <p>5. Создание макета «Тело человека».</p> | <p>1. Беседы.</p> <p>2. Чтение художественной литературы.</p> <p>3. Заучивание стихотворений.</p> <p>4. Дидактические игры.</p> <p>5. Сюжетно-ролевые игры.</p> <p>6. Подвижные игры.</p> <p>7. Развлечения.</p> <p>8. Моделирование ситуаций.</p> <p>9. Консультации.</p> <p>10. Экскурсии.</p> | <p>1. Организация выставок, конкурсов</p> <p>2. Рассматривание иллюстраций.</p> <p>3. Информационные стенды.</p> <p>4. Театрализованная деятельность.</p> |

Чтобы наиболее полно изучить поставленную тему. В своей работе я использовала «Модель трех вопросов».

Суть этой модели заключается в том, что воспитатель задает детям три вопроса:

«МОДЕЛЬ ТРЁХ ВОПРОСОВ»

«Мое тело»

| Что мы знаем? | Что мы хотим узнать? | Как об это узнать? |
|---------------------------------|--|--------------------|
| У человека много разных органов | <ol style="list-style-type: none"> 1. Как они работают? 2. Зачем нужны разные трубочки у человека? 3. Почему не маматогая постя? 4. Это такое клетки? 5. Почему волосы разного цвета? | |

А изучая ответы детей я спланировала и дальнейшие мероприятия.

К «Модели трех вопросов» (как об этом узнать?)

| Что сделать, чтобы узнать? | Ответы детей и родителей |
|---|--------------------------------------|
|  Подумать самостоятельно | Нужно работать |
|  Спросить у другого человека | У мамы спросить или еще у когонибудь |
|  Посмотреть в книге | читать книги |
|  Посмотреть по телевизору (видеофильм) | Увидеть по телевизору |
|  Понаблюдать | Увидеть на улице |
|  Провести эксперимент | Узнать самому |
|  Получить информацию у компьютера | Посмотреть в компьютере |
|  Свяжитесь со специалистами | Позвонить по телефону маме |
|  Написать письмо с вопросом | Написать |

Планирование мероприятий по реализации проекта

Познавательные занятия:

«Укрепляем теремок»

«Мышцы – «силачи»

«Волшебный мозг»

«Телефонная сеть «теремка»

«Обогреем «теремок» - (легкие)»

«Чудо-насос, живые реки и ручейки – вода в наш дом» (сердце и кровообращение)

«Что нам поведало сердце»

«Чудо – фильтры почки»



Беседы

«Как устроено наше тело»,

«Какую роль играет сердце человека в его жизни»,

«Как мы дышим»,

«Что вредно для наших легких»

«Здоровый образ жизни»,

«Я здоровье берегу, сам себе я помогу»

Целевые экскурсии

**В медицинский кабинет
(процедурный);**

В аптеку;

К станции скорой помощи;

**Совместные экскурсии с
родителями в кабинет биологии
школы - гимназии № 3.**



Дидактические игры

«Посмотри и позови», «Право - лево», «Что я чувствую», «Зеркало», «Послушай и покажи», «Кто быстрее покажет часть тела», «Дыши - не дыши», «Ухо - нос», «Что забыл нарисовать художник?», «Включи телевизор», «Подскажи Незнайке», «Сложи картинку»



Сюжетно-ролевые игры

«Осмотр у доктора», «Поликлиника» (прием у врача и медсестры), «Занятие по физкультуре», «За обеденным столом»

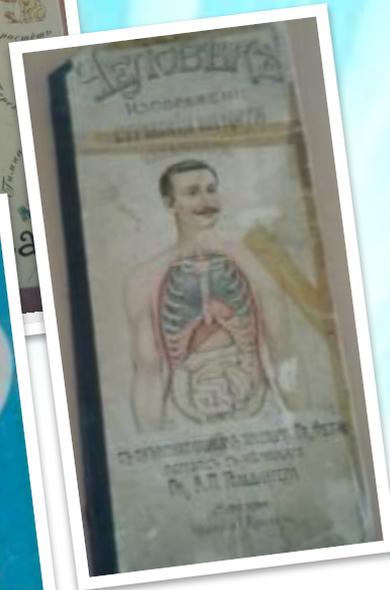
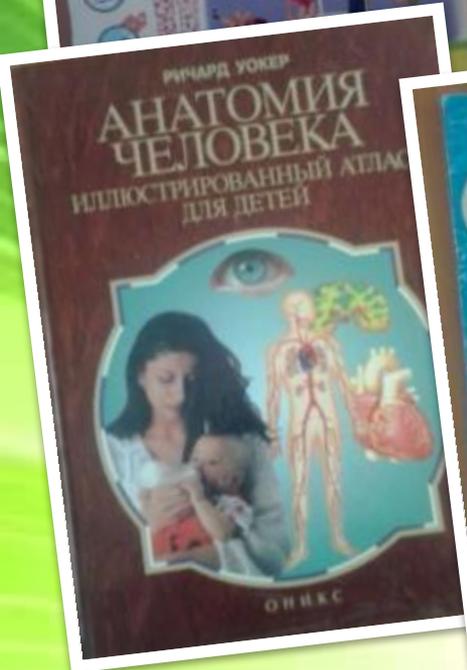
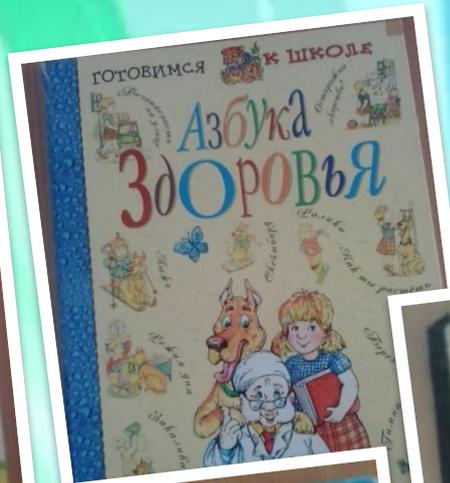


Подвижные игры

Эстафета «Сильные – ловкие», «Самый ловкий», «Пол – нос - потолок», «Запретное движение», «Раздувайся пузырь», «Давайте познакомимся»



Художественная и научно-популярная литература



И.Герпицкая «Чтоб расти нам сильными»,
Е.Успенский «Детский врач», А.Кардашова
«Наш доктор», Г. Сапгир «Будьте здоровы», С.Михалков
«Тридцать шесть и пять», «Чудесные таблетки» (отрывок),
Н.Забилы «Ребята! На лыжи», «Азбука здоровья в картинках», «Я и мое тело», Ричард Уокер
«Анатомия человека», «Уроки Мойдодыра», В.П. Голышев

Рассматриван

Альбомы:

«Спорт - это жизнь»,

«Что внутри человека»,

Плакаты о строении тела человека

ИЯ



Игровые задания домовенка Кузи



«Покажи упражнение, полезное для позвоночника», «Наше тело хрупкое или прочное? Почему его нужно беречь?» «Можно ли засовывать что-нибудь в нос или ухо?», «Что надо делать, чтобы жить долго?», «Для чего нужна утренняя зарядка?», «Как правильно чистить зубы», «Как можно узнать, вырос ты или нет?», «Для чего человеку нужны нос, уши, глаза и т.д.»

«Угадай, каким видом спорта я хочу заниматься» (имитация)

Театрализованные игры - занятия

«Витаминная семья», «Чтобы нам не болеть»,
«У Мишки в гостях», «День здоровья»



Практическая

работа
«Нарисуй портрет ладошки», «Утренняя гимнастика», «Лепка фигуры человека в движении»,
Рисование на тему «Из чего я сделан» (по мотивам прочитанного стихотворения), «Рисование вирусов по представлению»



Тренинг

«Правильная осанка»

«Окажи первую помощь»



Работа с родителями

Анкетирование родителей по вопросам, позволяющим изучить культуру здоровья семьи.

Экскурсия с родителями в аптеку.

Консультации для родителей:

- «Мой организм мое здоровье»;
- «Контрастно-воздушное закаливание»;
- «Зачем нужно соблюдать режим дня»;
- «Как сохранить здоровые зубы без лекарств?».

Подготовить памятки для родителей:

- «Культура еды»;
- «Советы родителям»;
- «Плоскостопие»;
- «Семь великих и обязательных «НЕ»»;

Выпуск семейных газет: «Мы любим спорт» и др.

Педагогические тренинги с элементами практикума.

Результат детской деятельности: мыслительная карта «Строение человека»



Заключение

«Дети должны знать, что главное – быть добрым и желать добра другим. Глубокий смысл заложен в высказывании:

«В здоровом теле – здоровый дух».

Не бывает здоровья отдельно физического и отдельно духовного – это противоречит самой Природе.

Так давайте жить и учить детей по принципу: что бы я ни делал, количество добра в мире должно увеличиваться»

Д.Б. Юматова