|  |
| --- |
|  |
|  |
| Проект «Я и мое тело» старшая группа  Тип проекта: познавательный  Участники: Дети, воспитатель, родители  Срок реализации: 3 недели |

|  |
| --- |
|  |
|  |
| **Актуальность проекта**: На современном этапе проблема профилактики здоровья детей является одной из самых актуальных. В дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего, гармонического развития личности. Правильно организованная развивающая среда дает ребенку возможность проявить себя в социальном плане, освоить определенные правила здорового образа жизни, ощутить взаимосвязь с другими детьми, укрепить уверенность в своих силах. Учитывая все это, появилась необходимость разработки и реализации проекта о строении тела человека.   |  | | --- | | **Цель проекта:** Расширять представление о своем организме, и о его строении. | | **Задачи проекта**  1.Формировать знания о человеке, о его болезнях, ценностях человеческой жизни  2.Формировать у детей валеологическое сознание, бережное и заботливое отношение к собственному здоровью, здоровью других людей  3. Формировать практические умения и привычки по укреплению личного здоровья  4. Научить детей видеть и понимать себя, уметь раскрываться, рассказывая о себе.  **Гипотеза реализации проекта**  Реализация проекта позволит приобщить дошкольников к проблеме сохранения своего здоровья,а также поспособствует осведомленности родителей в вопросе воспитания культурно-гигиенических навыков и навыков здорового образа жизни.  **Ожидаемые результаты** Дети больше узнают о себе, о своих частях тела и их функциях. Дети станут увереннее в себе. У детей появится чувство уважения к себе и сверстникам. Появится заинтересованность родителей о ведении здорового образа жизни. Повысится интерес родителей к вопросам воспитания детей.  **Формы реализации**  Занятия по познавательной деятельности.  Беседы с детьми и родителями.  Игровая деятельность.  Здоровьезберегающие технологии.  Выставка детского творчества Викторина «Что я знаю о себе»  Досуг «»  **Тематические выставки**  Уголок книги Энциклопедии, презентация «Удивительные превращения пищи в нас», альбом «Первая помощь», тематический плакат: «Внутренние органы человека», «Органы чувств человека», «Части тела человека» Папки-передвижки и консультации для родителей «Как сохранить зубы здоровыми и красивыми», Что такое здоровье?», «Детские инфекции»  **Игры**, задания, упражнения на тему «Я и мой организм» позволяют сформировать у детей правильное отношение к своему здоровью, а также способствуют развитию умений и навыков, которые позволяют успешно взаимодействовать с окружающей средой и людьми. Дети стали понимать, при каких условиях среда обитания (жилище, улица) безопасны для жизни и для здоровья. Знакомились с физиологическими особенностями организма (измеряли свой рост, вес) Каждый ребенок получил необходимые знания о себе, своем теле, дети стали осознавать вклад каждой системы организма в выживание и здоровье.  Раскраски, рабочие листы, ребусы, головоломки, загадки, пословицы, скороговорки, поговорки  Здоровьесберегающие технологии Утренняя зарядка, бодрящая гимнастика, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, релаксация, коммуникативные игры, подвижные игры, пальчиковые игры, динамические паузы, самомассаж   |  | | --- | | **Используемая литература**  С.Е. Шукшина «Я и мое тело» (Москва «Школьная пресса» 2009)  Т.А. Шорыгина «Беседы о здоровье» (Москва 2007)  В.Г. Алямовская «Ребенок за столом»  С.В. Крюкова «Удивляюсь, злюсь, боюсь,хвастаюсь и радуюсь» (Москва «Генезис» 2000)  Е.А. Сочеванова «Подвижные игры с бегом» |   .  **Опыты и эксперименты на тему: «Что я знаю о себе?»**  **«Найди человечка»**  **Цель:** познакомить со строением тела человека: туловище, ноги, руки, шея, голова.  **Оборудование:** набор игрушек (кукла-голыш, рыбка, любой зверек, птичка), «чудесный мешочек».  **Проведение:**  Предложить детям поиграть в игру «чудесный мешочек»: найти в мешочке на ощупь человечка (куклу). Дети по очереди выполняют задание и объясняют, как каждый из них узнал, что это человечек, и почему не выбрал другую игрушку (у нее есть хвост, крылья и т.д.)  **«Значение рук»**  **Цель:** опытным путем показать детям значение рук для жизни человека.  **Оборудование:** конфеты, предметы одежды.  **Проведение:**  1. как можно есть конфету без рук – руки за спину, конфета на столе. Попробовать съесть конфету (вызвать   2-х детей).  2.  вызвать двух детей, один ребенок надевает вещь (брюки, свитер, сандалии и др.) при помощи обеих рук, а другой – при помощи одной руки. Результаты сравниваются.  Вывод: руки важны в нашей жизни. Поэтому относиться к ним надо бережно и тренировать их силу.  **«Как передаются микробы от человека к человеку»**  **Цель:** опытным путем показать детям как передаются микробы от человека к человеку  **Оборудование:** гель для тела с блестками (тени)  **Проведение:**  Перед проведением опыта взрослый наносит себе на ладони гель для тела (тени) с блестками. Потом он предлагает детям поздороваться за руку, при этом плотно сжимает ладошку каждого ребенка. После этого взрослый «неожиданно» обнаруживает, что его ладонь грязная и просит детей посмотреть на свои ладошки. Дети видят на них следы блесток. Делается вывод о том, как точно также при контакте с другим человеком (или с предметом, с животным) передаются невидимые микробы.  **«Как микробы боятся мыла»**  **Цель:** опытным путем детям значение гигиенических процедур.  **Оборудование:** гель для тела с блестками (тени), мыло  **Проведение:**  Дети проходят в умывальную комнату и моют руки с мылом. После этого проверяется, остались ли блестки – «микробы» на ладошках. Если остались, то меньше их стало или нет? Тех детей, у кого «микробы» остались, просят снова тщательно вымыть руки. Делается вывод о том, как важно соблюдать простые правила гигиены.  ***Примечание*:** проводится сразу после опыта «Как передаются микробы от человека к человеку»  **«Значение локтевого сустава»**  **Цель:** опытным путем показать значение локтевого сустава  **Оборудование:** две тонкие дощечки 30-35см диной, 5-7см шириной, эластичный бинт или лента с липучкой – для фиксации локтевого сустава  **Проведение:**вызывается двое детей, у одного из них фиксируется локтевой сустав. Детям дается задание - поднести ложку ко рту, почесать ухо или погладить животик, надеть шапку, застегнуть пуговицу на рубашке и т.д.  Затем делается вывод: выполнить эти задания, если рука не сгибается,  нельзя.  **«Найди пару»**  **Цель:** узнавать предметы, сделанные из разного материала на ощупь  **Оборудование:** пластины, обклеенные фольгой, фланелью, шелком, мехом, бархатной бумагой, металлические и деревянные пластины; платок  **Проведение:**   Перед детьми кладут пластины. Дети выбирают по одной пластине. После этого им завязывают глаза, а затем они по очереди ищут такую же (пару).         После проведения игры делается вывод: мы кожей почувствовали, из какого материала сделаны пластины.  **«Значение ног»**  **Цель:** опытным путем показать детям  значение ног для жизни человека.  **Оборудование:** игрушки, лента или тесьма.  **Проведение:** упражнения выполняется в парах:  1. Подойти к столу, взять игрушку. А если нет ног? Как можно подойти к столу? Эксперимент – со связанными ногами попробовать добраться до стола.  2. Один ребенок идет к цели на двух ногах, другой – на одной ноге (вторую подгибает). Затем дети меняются ролями. По окончании выполнения задания они делятся своими ощущениями, отмечают трудности, с помощью взрослого делают выводы.  **«Я назову, а ты покажи»**    **Цель:** опытным путем показать значение глаз для жизни человека.  **Оборудование:** два одинаковых набора предметов, платок  **Проведение:**  Опыт  проводится в парах, одному из детей завязываются глаза. На два стола выставляются два одинаковых набора предметов (например, красный и синий кубики, пирамидки, игрушечные чашки и тарелки, цветные карандаши и т.д.), по заданию взрослого дети должны показать определенный предмет. Проверяется правильность выполнения задания.  Вывод - когда глаза завязаны, задание выполнить нельзя.  ***Примечание:*** если ребенок выбрал предмет правильно, задается вопрос: как ты смог выполнить задание, ведь ты не видел игрушку? (на ощупь, с помощью рук)  **«Слышу – не слышу»**  **Цель:** опытным путем показать детям роль уха в улавливании и различении различных звуков.  **Оборудование:** вата  **Проведение:**  Взрослый встает за спиной ребенка на расстоянии 2 – 3м, произносит различные слова, причем каждое последующее слово надо произносить более тихим голосом. Сначала закрыть ватным тампоном одно ухо ребенка. Повторить опыт. Затем закрыть ватным тампоном оба уха ребенка. Повторить опыт. После этого попросить ребенка рассказать о своих ощущениях, чтобы он объяснил, когда было слышно хорошо, когда хуже, когда вообще не было ничего слышно и почему.  **«Что звучит?»**  **Цель:** научить определять по издаваемому звуку предмет.  **Оборудование:** дощечка, карандаш, бумага, металлическая пластина, емкость с водой, стакан.  **Проведение:**  За ширмой слышны различные звуки. Взрослый выясняет у детей, что они услышали и на что похожи звуки. Затем  ширма убирается, и дети рассматривают предметы, которые находились за ней.  **« Музыка или шум?»**  **Цель:** научить определять происхождение звука и различать музыкальные и шумовые звуки.  **Оборудование:** металлофон, деревянные ложки, дудочка, бубен, кубики,  целлофановый пакет, коробочки со «звуками» (наполненные пуговицами, горохом, пшеном, ватой, бумагой и т.д.)  **Проведение:**  Дети рассматривают предметы (музыкальные и шумовые), извлекают из них несколько звуков, вслушиваются.  Выясняют, какие из них могут издавать музыку, а какие – шум. Затем рассматривают коробочки со «звуками», дети извлекают звуки из каждой, определяют, одинаковые ли будут звуки и почему; стараются запомнить их шум. Затем все предметы прячутся за ширму, из них по очереди извлекаются звуки. Дети угадывают что звучит.  **«Умный нос»**  **Цель:** определить по запаху предметы, познакомиться с особенностями работы носа.  **Оборудование:** платок, продукты с характерным запахом (свежий хлеб, свежий огурец, апельсин, чеснок, лук и др.), цветок,  флакон из-под духов, «киндерсюрпризные емкости», картинки с изображением предметов  **Проведение:**  Взрослый вызывает к себе по очереди нескольких детей, завязывает им глаза и просит определить по запаху, что он к ним подносит. Ребенок поясняет, как он определил, что перед ним.  Затем, нужно определить, что в «киндерсюрпризе», и найти соответствующую картинку.  **«Значение носа для речи»**  **Цель:** опытным путем показать детям значение носа для речи.  **Оборудование:** -  **Проведение:**  Взрослый просит ребенка закрыть нос и сказать какое-нибудь слово. Делается вывод: звуки изменяются, становятся нечеткими. Затем ребенок с закрытым носом читает какое-нибудь стихотворение, обсуждение с детьми.  **«Язычок-помощник»**  **Цель:** познакомить со значением языка, поупражняться в определении вкуса продуктов.  **Оборудование:** платок, набор продуктов питания (кусочки фруктов и овощей, хлеба, шоколада и др.), тарелки, шпажки (зубочистки)  **Проведение:**  Взрослый вызывает нескольких детей, завязывает глаза, и предлагает определить разные продукты по вкусу. Для этого необходимо приготовить маленькие кусочки пищи, взрослый просит ребенка попробовать кусочек и ответить на вопросы:  - Что это такое?  - Какая эта пища на вкус? (горькая, сладкая, кислая или соленая)  - Как ты определил вкус пищи, кто тебе помог?  **«Что мы чувствуем кожей?»**  **Цель:**познакомить детей с осязательной функцией кожи  **Оборудование:**набор предметов  - кусочек меха, перышко, металлическая ложка и др., платок  **Проведение:**  Взрослый завязывает ребенку глаза, дотрагивается до ребенка разными предметами или оказывает механические воздействия. Затем  просит ребенка рассказать, что он чувствует (ложка будет холодная, кусочек меха мягкий и т.д.) и определить с закрытыми глазами, какие механические воздействия на него оказываются (щекочут, гладят, надавливают и т.д.)  **«Какая вода в стакане?»**  **Цель:**опытным путем показать значение тактильных ощущений  **Оборудование:** три емкости с водой разной температуры  **Проведение:**  На столике перед детьми стоят три прозрачных стакана с водой. Взрослый сообщает детям, что вода в стаканах разная по температуре – холодная, теплая и горячая. Вызывает одного ребенка, просит узнать (на расстоянии, не трогая рукой, не прикасаясь), какая вода в первом стакане: горячая, теплая или холодная, затем во втором, в третьем.  Выслушав предположения, предлагает проверить их - потрогать  стаканы рукой, сравнить ответы. |  |  | | --- | |  | |  | |  | |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |
|  |
| . |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |
|  |