

Проект для детей младшего дошкольного возраста

"Познай себя"

Обедиентова Наталья Анатольевна *воспитатель*

Актуальность:

Работая воспитателем несколько лет, наблюдая за детьми, я пришла к выводу, что знакомя детей с окружающим миром: со своей семьей, с малой родиной, со своей страной и даже давая ознакомительные представления о строении мира, мы порой обходим стороной, не обращая внимания на самое близкое и, на мой взгляд не менее важное, чем все окружающее, это познание себя, – строение своего тела, значение и функции каждого органа, отсюда, забота о своем здоровье, укрепление его, личная гигиена, исключение вредных привычек, что является основой здорового образа жизни. Давая знания детям о строении своего тела, тем самым мы помогаем ребенку ответить на такие жизненно важные вопросы, как “Кто я такой?” и “Каков я есть, что я из себя представляю?” Поняв это, ребенок не только сможет назвать свое имя, фамилию, возраст, домашний телефон и адрес, имена и отчества родителей и другие заученные факты, но и научиться различать недостатки и достоинства (свои и других людей), объективно оценивать свои возможности, на основе которых будет формироваться его социальное поведение. Поэтому работа по формированию элементарных представлений о себе, о строении своего тела должна начинаться в раннем дошкольном возрасте.

Вид проекта: Познавательный.

Сроки реализации: Краткосрочный (один месяц).

Участники проекта: Дети первой младшей группы и второй младшей группы, воспитатели, родители.

Проблема: Недостаточная сформированность у детей элементарных представлений о себе, о строении своего тела, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни.

Цель проекта: Дать детям знания о человеческом организме. Сформировать потребность в Здоровом Образе Жизни, первые понятия о своем теле.

Задачи:

- Учить детей любить себя и окружающих, свое тело, свой организм.
- формировать представления о строении своего тела.
- Формировать отношение к собственному здоровью, как единому целому.
- Прививать практические навыки и умения по самокоррекции собственного состояния.
- Активизировать познавательный интерес к своему организму и его возможностям.

Предполагаемый результат:

Дети должны знать:

- Части тела (руки, ноги, голова, пальцы, живот, спина);
- Органы чувств (глаза, уши, нос, язык).

Дети должны уметь:

- следить за чистотой своего тела
- выполнять оздоровительные упражнения, пальчиковую гимнастику.

Содержание деятельности детей и педагогов.

1-я неделя.

Занятие: “Наши глазки”.

Цель: Углубить знания детей об органе зрения, учить внимательно, слушать воспитателя, отвечать на вопросы, выполнять простые задания. Развивать воображение, тактильные ощущения. Вызвать интерес к самому себе.

Гимнастика для глаз “Смотрелки”.

Гимнастика для глаз “Ириски для киски”.

Гимнастика для глаз “Мигалочки”.

Рассказ воспитателя на тему “Для чего нужны глаза”.

Д/И “Что я вижу одним глазом”.

Д/И “Жмурки”.

Д/И “Чудесный мешочек”.

Чтение художественной литературы: “Ребятишкам про глаза” Н. Орлова.

Занятие: “Чтобы глазки не болели”.

Цель: Учить детей беречь глаза от пыли, грязи. Учить ухаживать за глазами, прививать детям КГН, необходимость и польза умывания, купания.

2-я неделя.

Занятие: “Носики – курносики”.

Цель: Продолжать укреплять здоровье детей, повышать сопротивляемость организма, укреплять дыхательную мускулатуру. Упражнять в правильном дыхании (спокойный вдох через нос и медленный выдох).

Дыхательное упражнение “каша кипит”.

Дыхательное упражнение “Часики”.

Дыхательное упражнение “Ветерок”.

Д/И “Узнай по запаху”.

Игры на дыхание “Пузырь”, “Ветерок”, Чья птичка дальше улетит?”.

Рассказ воспитателя “Зачем нам нос?”.

Закаливающее дыхание “Поиграем с носиком”.

Чтение художественной литературы: “Зачем носик малышам” Ю. Прокопович, “Мой замечательный нос” Э. Машковская.

3-я неделя.

Занятие: “Мои ушки”.

Цель: Познакомить детей со строением уха, гигиена слуха, развитие остроты слуха. Определение направления звука.

Д/И “Повтори, что услышал”.

Д/И “Где звенит?”.

Д/И “Кто что услышит?”.

Д/И “Громко – тихо”.

Д/И “Солнце и дождик”.

Самомассаж ушей.

Цель: учить детей навыкам самомассажа.

Занятие: “Наши друзья вода и мыло”.

Цель: Воспитывать у детей желание быть всегда чистыми, опрятными. Мыть руки перед едой.

4-я неделя.

Занятие “Мое тело”.

Цель: Продолжить знакомить детей со своим телом. Учить называть части тела: голова, руки, ноги, живот, спина, уши, глаза и др., для чего они нужны человеку. Воспитывать интерес к своему телу.

Д/И “Где наши ручки”.

Д/И “Это – Я”.

П/И “Пляшут наши детки”, “Мы ногами топ-топ”, “Лови меня”, “Беги на носочках”.

Упражнения: “Наши ножки”, “Что умеют ваши ручки”.

Пальчиковые гимнастики: “Здравствуй пальчик”, “Дружная семейка”, “Сорока – ворона”, “Ладушки”.

Физкультминутки: “Хомка, хомка, хомячок”, “Мы играем, мы играем”, “Мы к лесной лужайке вышли”.

Точечный массаж “Греем наши ручки”, “Моем руки”.

Чтение художественной литературы: “Пальчик – мальчик”, “Большие ноги”, “Маленькие ножки”.

Содержание деятельности семьи.

Консультация “Как обучить малыша культурно гигиеническим навыкам”.

Цель: Раскрыть обязательность единства требований в формировании КГН и привычек у детей.

Консультация “Дыхание и здоровье”.

Цель: Раскрыть значение правильного дыхания в профилактике простудных заболеваний.

Результат.

Мастер-класс с применением здоровьесберегающих технологий “Тело человека”.