

## **Познавательный проект «Познай себя» с дошкольниками 2 младшей группы**

**Вид проекта:** познавательный

**Сроки реализации:** краткосрочный

**Участники проекта:** дети, воспитатели и родители воспитанников 2 младшей группы

**Актуальность:**

Работая воспитателями во 2 младшей группы, наблюдая за детьми, мы пришли к выводу, что знакомя детей с окружающим миром: со своей семьёй, 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 наш взгляд не менее важное, чем всё окружающее, это познание себя, - строение своего тела, значение и функции каждого органа, отсюда, забота о своём здоровье, укрепление его, личная гигиена, исключение вредных привычек, что является основой здорового образа жизни.

Давая знания детям о строении своего тела, тем самым помогаем ребёнку ответить на такие жизненно важные вопросы, как «Кто я такой?» и «Каков я есть, что я из себя представляю?» Поняв это, ребёнок не только сможет назвать своё 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 формировать его социальное поведение.

Поэтому работа по формированию элементарных представлений о себе, о строении своего тела должна начинаться в младшем дошкольном возрасте.

**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 первые понятия о своем теле, формировать потребность заботиться о себе, своём здоровье.

**Задачи:**

- 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.
- Воспитывать уважительное отношение к окружающим.

## Ожидаемый 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.

## Пошаговая реализация проекта

Этапы проекта	Виды деятельности
1 этап: «Подготовительный».	<ul style="list-style-type: none"><li>- Создание проблемной ситуации, определение содержания, темы, выделение задач проекта.</li><li>Поиск информации (посещение библиотеки, поиск в Интернете, подбор литературы по проблеме)</li><li>- Осуществляем подбор средств и материалов, подбор литературы, иллюстрированного материала.</li></ul>
2 этап: «Основной» (Практическая реализация проекта).	<p style="text-align: center;"><b>Содержание деятельности детей и педагогов</b></p> <p>1 неделя</p> <p>Занятие: «Наши глазки»</p> <p>Цель: Углубить знания детей об органе зрения, учить внимательно, слушать воспитателя, отвечать на вопросы, выполнять простые задания. Развивать воображение, тактильные ощущения.</p> <p>Вызвать интерес к самому себе.</p> <p>Гимнастика для глаз «Заяц белый»</p> <p>Гимнастика для глаз «Медведь»</p> <p>Релаксация под музыку</p> <p>Рассказ воспитателя на тему «Для чего нужны глаза»</p> <p>Д/И «Что я вижу одним глазом»</p> <p>Д/И «Жмурки»</p> <p>Д/И «Чудесный мешочек»</p> <p>Чтение художественной литературы: «Ребятишкам про глаза» Н. Орлова</p> <p>Занятие: «Чтобы глазки не болели»</p> <p>Цель: Учить детей беречь глаза от пыли, грязи. Учить ухаживать за глазами, прививать детям КГН, необходимость и польза умывания, купания.</p> <p>2 неделя</p> <p>Занятие: «Носики-курносики»</p> <p>Цель: Продолжать укреплять здоровье детей, повышать сопротивляемость организма, укреплять дыхательную мускулатуру.</p> <p>Упражнять в правильном дыхании (спокойный вдох через нос и медленный выдох).</p> <p>Дыхательное упражнение «Каша кипит»</p> <p>Дыхательное упражнение «Воздушный шар»</p> <p>Дыхательное упражнение «Коровушка-Буренушка»</p> <p>Д/И «Узнай по запаху»</p> <p>Игры на дыхание «Пузырь», «Ветерок», «Чья птичка дальше улетит?»</p> <p>Рассказ воспитателя «Зачем нам нос?»</p>

	<p>Закаливающее дыхание «Поиграем с носиком»  Чтение художественной литературы: «Мой замечательный нос» Э. Машковская  3 неделя  Занятие: «Мои ушки»  Цель: Познакомить детей со строением уха, гигиена слуха, развитие остроты уха.  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»  Массаж волшебных точек ушек  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 неделя  Занятие «Моё 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», «Бега на носочках»  Упражнения: «Наши ножки», «Что умеют ваши ручки»  Пальчиковые гимнастики: «Здравствуй пальчик», «дружная семейка», «Сорока-ворона», «Ладушки»  Физ. минутки: «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»</p> <p style="text-align: center;"><b>Содержание деятельности семьи</b></p> <p>Консультация «Как обучать 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</p>
<p>3 этап:  «Заключительный»</p>	<p>Мастер класс «Зрительная гимнастика»  Обобщение, подведение итогов. Презентация представляется вниманию родителей на заседании клуба «Здоровая семья»  Оформлением фото – газеты «Чистота – залог здоровья».</p>