Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

центр развития ребёнка – детский сад № 25 «Незабудка»

140250, Московская область, Воскресенский район, п.г.т. Белоозёрский, улица Молодёжная, дом 37. Телефон/ факс (496) 44-85-7-24 e-mail

*Практико-значимый проект*

***«Модернизация физкультурно-оздоровительной деятельности в детском саду».***

*Разработал инструктор ФИЗО*

*I квалификационной категории*

*Захаренко И.В.*

*МДОУ ЦРР – детский сад №25*

*«Незабудка»*

2012-2013 уч.г.

*Содержание:*

*Введение*

*1. Актуальность модернизации физкультурно-оздоровительной деятельности в ДОУ.*

*2. Отношение ребёнка к своему здоровью на разных этапах психического развития.*

3. *Формирование у ребёнка позиции созидателя в отношении своего здоровья.*

*4. Цели и задачи проекта по формированию ЗОЖ у дошкольников.*

*5. Этапы работы с детьми над проектом «Я хочу здоровым быть».*

*6. Основные средства и методические особенности программы «Мой организм».*

*7. Диагностика знаний и представлений детей об организме человека.*

*8. Конспект занятия по формированию у детей представлений об организме человека.*

*Выводы*

*Библиография*

***Введение***

Здоровье детей Российской Федерации отнесено к приоритетным направлениям социальной политики в области образования. В рамках реализации программы «Образование и здоровье» особую значимость приобретает внедрение наиболее эффективных технологий оздоровления детей в системе дошкольного образования, оценки состояния здоровья и физического развития детей. В стандартах образования по вопросам оздоровления детей дошкольного возраста в образовательных учреждениях придаётся большое значение процессу формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

Забота о здоровье ребёнка и взрослого человека стала занимать во всём мире приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей. Быть здоровым – естественное стремление человека. Здоровье означает не только отсутствие болезней, но и психическое и социально благополучие. Много интересного увидит и узнает ребенок в жизни. Но, пожа­луй, самое интересное и самое непонятное — это он сам. Какой я? Что я умею? Как я появился? Из чего я сделан? Тысяча вопросов и пока значительно меньше ответов! Но пытаться познать себя чело­веку необходимо.

1. ***Актуальность модернизации физкультурно-оздоровительной деятельности в ДОУ.***

На этапе дошкольного возраста, когда жизненные установки детей ещё недостаточно прочны и нервная система отличается особой пластичностью, необходимо формировать мотивацию на здоровье и ориентацию их жизненных интересов на здоровый образ жизни (ЗОЖ). Главным фактором укрепления и сохранения здоровья является систематическая двигательная активность, формирующаяся в процессе физического воспитания. Именно физическое воспитание в ДОУ призвано формировать у ребёнка правильное и сознательное отношение к себе и своему здоровью.

Можно утверждать, что современные подходы к организации физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении в целом определены. Но любая система не прослужит достаточно эффективно и долго, если она не будет совершенствоваться, обновляться, модернизироваться. Оснований модернизации содержания физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ достаточно много. Но главными ,я считаю следующие:

* необходимость становления у человека уже с детских лет позиции созидателя в отношении своего здоровья и здоровья окружающих;
* необходимость расширять представление детей о составляющих компонентах здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон, свежий воздух) и факторах, разрушающих здоровье;

Таким образом, на интересе детей к физкультурной деятельности следует формировать умения и навыки здоровой жизнедеятельности, мотивацию на здоровье. Этот принцип и лежит в основе технологии целенаправленного отношения детей дошкольного возраста к здоровью и ЗОЖ.

1. ***Отношение ребёнка к своему здоровью на разных этапах психического развития.***

Отношение ребёнка к своему здоровью является фундаментом, на котором может быть выстроено знание потребности в здоровом образе жизни (ЗОЖ). Оно зарождается и развивается в процессе осознания ребёнком себя как человека и личность. Отношение ребёнка к своему здоровью напрямую зависит от сформированности в его сознании этого понятия. Поскольку это понятие достаточно сложно, то в младшем дошкольном возрасте дети не в состоянии овладеть им, даже на уровне общего представления. Дети в этом возрасте понимают, что такое болезнь, но дать самую элементарную характеристику здоровью ещё пока не могут. Вследствие этого никакого отношения к нему у маленького ребёнка практически не складывается.

В среднем дошкольном возрасте у детей формируется представление о здоровье как «не болезни». Они рассказывают о том, как болели, и у большинства отчётливо проявляется негативное отношение к болезни на основании своего опыта. В их понимании быть здоровым – значит не болеть. На вопрос, что нужно делать, чтобы не болеть, подавляющее большинство детей(78%) отвечают: нужно не простужаться, не есть мороженого, не мочить ноги и т.п. Из этих ответов следует, что дети в этом возрасте начинают осознавать угрозы здоровью со стороны внешней среды (холод, дождь, сквозняк), а так же и от своих собственных действий (есть очень холодное мороженое, мочить ноги и т.д.).

В старшем дошкольном возрасте благодаря возрастанию опыта отношение к здоровью существенно меняется. Дети по прежнему соотносят здоровье с болезнью, но более отчётливо определяют угрозы здоровью как от своих собственных действий (нельзя есть грязные фрукты, нельзя брать еду грязными руками), так и от внешней среды. При определённой воспитательной работе дети соотносят понятие «здоровье» с выполнением правил гигиены и занятиями физической культурой. В этом возрасте дети начинают выделять и психическую и социальную компоненты здоровья. Но, несмотря на имеющиеся представления о здоровье и способах его сохранения, в целом отношение к нему у детей старшего дошкольного возраста остаётся достаточно пассивным. Причины такого отношения кроются в недостатке у детей необходимых знаний о нём, а также не осознании опасностей нездорового поведения человека для сохранения здоровья. При целенаправленном воспитании, обучении, закреплении в повседневной жизни правил гигиены, соответствующей мотивации занятий физической культурой отношение детей к своему здоровью значительно меняется. Сформированность отношения к здоровью как к величайшей ценности в жизни, становится основой формирования у детей потребности в ЗОЖ. В свою очередь, наличие этой потребности помогает решать важнейшую психологическую и социальную задачу – становление у ребёнка позиции созидателя в отношении своего здоровья и здоровья окружающих.

1. ***Формирование у ребёнка позиции созидателя в отношении своего здоровья.***

Психологической основой формирования позиции созидателя в отношении своего здоровья является наличие у ребёнка *потребности в здоровом образе жизни.* Но такой потребности у ребёнка дошкольного возраста ещё нет. В понимании детей роль физического, психического и социального здоровья и соответствующего ЗОЖ ещё не находит должного места.

Биологические потребности, потребности в безопасности, любви, присущи ребёнку ни по отдельности, ни вместе не создают фундамента потребности в ЗОЖ, которую можно отнести к высшей потребности. И её возникновение прямо связано с социально-гигиенической средой в которой воспитывается ребёнок.

***Гигиенически организованная социальная среда обитания*** ребёнка в ДОУ является *первым и основным условием* развития у него потребности в здоровом образе жизни. Микросреда дошкольного учреждения должна отвечать не только санитарно-гигиеническим требованиям, но и требованиям гигиены нервной системы, психологической безопасности, гигиены социальных отношений.

*Вторым по важности условием воспитания у детей* потребности в ЗОЖ является наличие в ДОУ ***специальной обучающей программы***, которая была бы нацелена на приобретение детьми комплекса необходимых навыков и привычек ухода за собой, своим телом, бережного отношения к окружающим людям. Дело в том, что многие потребности связаны с привычками. И педагогам дошкольного учреждения необходимо составить перечень привычек здорового образа жизни, которые они сумеют воспитать за время пребывания детей в детском саду. При этом необходимо провести анализ имеющихся привычек, как полезных, так и вредных.

Занятия физкультурой, закаливание приносят ощутимый эффект далеко не сразу, чаще через месяцы и даже годы. Люди, а тем более дети, этого не понимают, и зачастую им этого не объясняют. Эффект задержанной обратной связи – одна из главных причин негигиенического поведения детей и взрослых, пренебрежения ими правилами ЗОЖ. Педагоги должны учитывать специфику этого эффекта при организации оздоровительной работы.

*Третьим условием* формирования у детей потребности в здоровом образе жизни является ***овладение системой понятий о своём организме, здоровье и здоровом образе жизни.***

Потребность в здоровье и здоровом образе жизни у ребёнка формируются также на основе представлений о самом себе, своих физических и личностных возможностях, о том, что для здоровья вредно, а что полезно. Система занятий о своём организме, здоровье представляет собой целостный интегрированный с другими образовательными областями курс.

*Четвёртым условием* формирования позиции созидателя своего здоровья является ***реализация принципа резонанса при организации физического воспитания детей.*** Сущность его заключается в создании взрослыми *ситуаций для проявления детьми своих растущих физических возможностей.*

Адекватно оценивая актуальные возможности, видя перспективы их роста, ребёнок начинает выстраивать образ себя «будущего». Он начинает любить этот образ и стремиться к достижению этого идеала. Отсюда следует, что взрослые должны уметь «организовать» успех каждому ребёнку. Чувствуя поддержку, видя свои растущие возможности, ребёнок стремится к новым физическим и личностным достижениям.

Наиболее плодотворными в этом плане являются занятия физической культурой, поскольку результаты работы ребёнка над собой не заставляют себя долго ждать. В физическом воспитании критерии физической подготовленности, развития физических качеств доступны пониманию детей, результаты, к которым они должны стремиться, предельно ясны. В детском сообществе в отношении физических возможностей всегда есть группа сверстников, на которых дети ориентируются и кого стремятся догнать или превзойти. А то, что дети стремятся к совершенствованию, остро переживают свои неудачи, не требует доказательств.

1. ***Цели и задачи проекта.***

***Цель.***  Подвести к осознанию потребностей ребёнка в знаниях о себе и о своём здоровье. Осознанно заботить­ся о своем здоровье, и для лучшего понимания состояния других людей, и для развития познавательных интересов, творчества, вооб­ражения. Оценивать и прогнозировать своё здоровье.

Но познавать себя самосто­ятельно, без помощи взрослого не только трудно, но для ребенка, пожалуй, и невозможно

***Задачи:***

***\**** расширять представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма;

***\**** поддер­жать имеющийся у детей интерес к собственному телу, его строе­нию и функционированию , оценивать себя и своё состояние;

\* научить помогать себе, бережно от­носиться к органам чувств, к своему организму в целом;

\* расширять представление о составляющих компонентах здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон, свежий воздух) и факторах, разрушающих здоровье;

\* формировать у детей потребность в здоровом образе жизни;

\* прививать интерес к физической культуре, спорту и желание заниматься.

***Паспорт проектной работы.***

*В о з р а с т* детей, на которых рассчитан проект: 5-7 лет.

*Н а п р а в л е н н о с т ь* развития детей, в рамках которого проводится работа по проекту: комплексное (различные виды детской деятельности: познавательно-речевая, изобразительная, ручной труд, театрализированная, игровая, физическая).

***Участники проекта***: дети, воспитатели группы, инструктор ФИЗО, родители.

***Тип проекта:*** практико-ориентировочный, групповой.

***Форма проведения***: корригирующая гимнастика, экскурсии, самостоятельная деятельность детей, беседы, организованная образовательная деятельность физической культурой, работа с родителями, проведение оздоровительных мероприятий, проведение «Дней здоровья», праздников, направленных на пропаганду ЗОЖ.

***Продолжительность:*** долгосрочный.

***Цель-результат***: фотовыставка, макет спортивной площадки, физкультурно-театрализованное развлечение.

1. ***Этапы работы с детьми над проектом «Я хочу здоровым быть».***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапы | Формы работы с детьми и родителями | задачи | Время проведения | |
| Месяц | Режим дня |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 1. Анкетирование родителей | Выявить участие родителей в оздоровлении детей в семье | Сентябрь |  |
|  | 1. Занятие с детьми «Вот я какой». | Познакомить детей со строением тела человека, с возможностями организма, вызвать интерес к дальнейшему познанию. | Сентябрь |  |
|  | 1. Поход в осенний лес. | Радость, эмоциональный подъём, созерцание красоты природы. | Сентябрь | 1-я половина дня |
|  | 1. Родительское собрание. Фоторепортаж. | Знакомство с результатами анкетирования, пропаганда здорового образа жизни. | Октябрь | 2-я половина дня |
|  | 1. Физкультурное занятие с использованием тренажёров. | Развитие координации движений, укрепление мышц туловища и конечностей. Формирование глубокого, ритмичного выдоха. | Октябрь |  |
|  | 1. Консультация для родителей «Воспитание у детей дошкольного возраста ЗОЖ». | Приобщение родителей к формированию интереса детей к оздоровлению собственного организма. | Октябрь |  |
|  | 1. Рекомендации родителям «Как быть здоровым душой и телом», «какую обувь покупать детям». | Правильный выбор жизненных ценностей, правильный подбор обуви. | Конец октября. |  |
| II | 1. Изготовление нестандартного оборудования | Создание необходимой развивающей среды | Начало ноября |  |
|  | 1. Занятие с детьми «Человеческий организм: дирижёр и исполнитель» | Формирование у детей элементарных представлений о работе органов чувств человека и руководящей роли мозга. | Ноябрь | 1-я половина дня |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 1. Заучивание пословиц | Знакомство с пословицами о спорте и здоровье | Ноябрь | 2-я половина дня |
|  | 1. Беседа с детьми «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу» | Научить ребёнка заботится о своём здоровье | Ноябрь | 1-я половина дня |
|  | 1. Корригирующее физкультурное занятие с использованием тренажёров. | Развитие координации движений, укрепление мышц туловища и конечностей. Формирование глубокого, ритмичного выдоха. | Ноябрь | 1-я половина дня |
|  | 1. Консультация для родителей «Движение – основа здоровья» | Значение спортивных игр и развлечений для нормального физического развития ребёнка. | Ноябрь |  |
|  | 1. Игры, которые лечат. | Способствовать всестороннему, гармоничному физическому и умственному развитию. | Ноябрь | 1-я половина дня |
|  | 1. Статьи в родительский уголок «Правила применения закаливающих процедур». | Знакомить родителей с правилами закаливания | Ноябрь |  |
|  | 1. Физкультурно-оздоровительный досуг «Как я буду заботится о своём здоровье». | Формировать у детей сознательную установку на ЗОЖ | Конец Ноября | 1-я половина дня |
|  | 1. Круглый стол с родителями «Физическое развитие ребёнка в семье и в ДОУ». | Ознакомление с методической литературой по физическому развитию ребёнка в семье | Декабрь |  |
| III | 1. Физкультурное занятие с детьми «Мой позвоночник». | Учить следить за своим здоровьем, побуждать к выполнению физических упражнений, радоваться достигнутым результатам. | Январь | 1-я половина дня |
|  | 1. Викторина с родителями «Спорт – это жизнь». | Активное участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях. | Конец Января | 2-я половина дня |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 1. Экскурсия на школьный стадион | Воспитывать у детей стремление заниматься спортом и приобщение к месту проведения спортивных мероприятий | Конец Января | 1-я половина дня |
|  | 1. Занятие с детьми «Роль зрения в жизни человека. Как видят мир животные». | Показать детям какую роль играет зрение в жизни человека. Подчеркнуть разницу органов зрения человека и животных. | Январь | 1-я половина дня |
|  | 1. Корригирующее физкультурное занятие с использованием тренажёров. | Развитие координации движений, укрепление мышц туловища и конечностей. Формирование глубокого, ритмичного выдоха | Конец Января | 1-я половина дня |
|  | 1. Статьи в родительский уголок «Виды нарушений осанки», «Профилактика нарушений осанки» | Знакомство родителей с причинами нарушения осанки и способами её профилактики. | Февраль |  |
|  | 1. Занятие с детьми на тему «Система органов чувств», «Развитие слуха у животных и человека» | Активизировать знания детей о роли органов чувств в жизни человека, роль слуха для ориентировки в окружающей действительности и в овладении человеческой речью. | Конец февраля | 1-я половина дня |
|  | 1. Поход в зимний лес | Обучение детей катанию на лыжах | Конец февраля | 1-я половина дня |
|  | 1. Семейный час. Спортивное развлечение с родителями и детьми «Как зима с весной встретились» | Побуждать родителей к совместному участию в спортивных соревнованиях. | Начало марта | 2-я половина дня |
| IV | 1.Занятие с детьми (лепка человека) | Закрепление знаний о частях тела человека | Март | 1-я половина дня |
|  | 2. Разработка пакета рекомендаций о здоровом образе жизни | Привлекать детей к созданию советов, рекомендаций для героев сказок (Баба Яга и Кощей) | Март |  |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 3. Занятие с детьми по теме «Внутренние органы», «Скелет и мышцы» | Продолжать воспитывать у детей потребность узнать о себе и о своём теле | Конец марта | 1-я половина дня |
|  | 1. Изготовление макета спортивной площадки | Развитие творческого воображения детей. | Апрель |  |
|  | 1. Занятие с детьми по теме «Зачем человек ест». | Познакомить детей с правилами здорового питания | Апрель | 1-я половина дня |
|  | 1. Презентация проекта « Я хочу здоровым быть» | Подготовка к презентации проекта: распределение ролей между детьми, изготовление костюмов, атрибутов, пригласительных билетов. | Май |  |

***6.Основные средства и методические особенности программы «Мой организм».***

Много интересного увидит и узнает ребенок в жизни. Но, пожа­луй, самое интересное и самое непонятное — это он сам. Какой я? Что я умею? Как я появился? Из чего я сделан? Тысяча вопросов и пока значительно меньше ответов! Но пытаться познать себя чело­веку необходимо.

***Цель -*** осознанно заботить­ся о своем здоровье, и для лучшего понимания состояния других людей, и для развития познавательных интересов, творчества, вооб­ражения, без чего человек — не человек. Но познавать себя самосто­ятельно, без помощи взрослого не только трудно, но для ребенка, пожалуй, и невозможно

Главная ***задача*** — поддер­жать имеющийся у детей интерес к собственному телу, его строе­нию и функционированию и научить их помогать себе, бережно от­носиться к органам чувств, к своему организму в целом. Конечно, обойтись без первичных, элементарных знаний из анатомии и фи­зиологии человека нельзя, но как предлагать их маленьким детям?

*Методические рекомендации*.

В народной педагогике, в фольклоре можно найти множество пе­сенок, потешек, частушек, игр-забав, построенных на ознакомлении малыша с собственным телом. Ручки, пальчики, ножки, глазки — все они «герои» многих поэтических обращений к ребенку. Кто не знает «ладушки-ладушки», «сороку-белобоку», «водичка-водичка, умой мое личико...» или «Катя, Катя маленька, Катенька удалень-ка. Пройди по дороженьке; топни, Катя, ноженькой» и многое дру­гое. Народ мудро выстраивает «программу ознакомления ребенка со своим телом», понимая, что такой интерес появляется очень рано. Еще не осознавая этого, ребенок начинает любить себя, ощущать свои физические возможности, начинает сравнивать себя с други­ми, с радостью находить сходство (где глазки у кисоньки?, у мамы есть пальчики на руках, как у Лизоньки?). Вот здесь мы и почерп­нем первые методические советы — знакомить детей со своим телом, с организмом, особенно когда они еще маленькие, следует легко, непринужденно, эмоционально, играя. Родители и воспитатели исполь­зуют жизненные ситуации (общение с детьми и взрослыми, празд­ники, отдых), режимные моменты (умывание, питание, укладывание спать, сборы на прогулку) для того, чтобы показать ребенку, что «умеют» делать его руки, ноги (топать, плясать, бегать, брать и т. д.), зачем нужны глаза, уши, язычок, почему нужно тепло одевать­ся в холодную погоду и многое другое. Все эти знания ребенок по­лучает в соответствующей ситуации и поэтому они ему понятны, легко запоминаются.

***Задачей*** ознакомления детей младшего дошкольного возраста является поддержание интереса и создание условий для накопле­ния первичных представлений о себе и отношения к себе. Главный путь, педагогическая стратегия — естественность и использование жизненных ситуаций. Знания должны приходить к ребенку как бы между прочим. Он не должен чувствовать, что его чему-то обучают. Однако такая «легкость» не так уж легка для взрослого. Он должен, в отличие от ребенка, точно знать, чему и когда будет учить ребен­ка; закреплять его знания, стимулировать интерес к дальнейшему познанию. О появлении интереса будут свидетельствовать вопросы детей. К ним взрослый должен быть готов и не допускать ответов типа: «подрастешь — узнаешь», а стараться, на доступном возрасту и уровню развития ребенка, отвечать на каждый его вопрос. Более всего взрослые теряются в поисках ответа на вопрос о появлении на свет самого ребенка. При этом, сам ребенок (если ему 4—5 лет) не ждет от нас основательного ответа и довольствуется кратким от­ветом: «Ты родился», «Тебя мама родила», «Ты вырос у мамы в животике». Как правило, этими вопросами заканчивается разговор. Но иногда сильно интересующиеся дети могут продолжить цепь во­просов: «А как я попал к тебе в животик, кто меня туда положил?». Ответ прост: «Папа». Если малыш все же не унимается, то можно предложить ему вместе посмотреть книгу (к примеру Г. Н. Юдина «Главное чудо света»). Маленький ребенок не сможет долго ее рас­сматривать и успокоится, удовлетворится ответом взрослого. Если, отвечая, взрослый не демонстрирует ребенку свою растерянность и смущение, отвечает просто, как на любой из многочисленных воп­росов, то и ответ воспринимается как само собой разумеющееся. Но всегда нужно помнить, что небезразличное отношение к детским вопросам способствует развитию познавательных интересов.

По мере того, как ребенок становится старше, его познание окру­жающего приобретает более осознанный характер. Больше и подроб­нее он хочет узнавать и о себе, своем организме. С детьми уже можно проводить организованные занятия, давать им задания для наблюдений, опытов, показывать им разного рода упражнения, разу­чивать дидактические и подвижные игры.

Весь этот материал помещен в восьми блоках. Логика расположения материала может быть при­нята и при выстраивании последовательности сообщения детям знаний об организме. Так например, материал для ознакомления де­тей с органами чувств предшествует материалу о внутренних орга­нах. Опыт показывает, что дети легче сначала воспринимают мате­риал об органах чувств — они их видят, могут с помощью взрослых проверить их функцию («Послушай лес. Какой орган чувств помо­жет тебе в этом?»). Ознакомление с функцией внутренних органов затруднено, требует от детей хорошо развитого образного и абстрак­тно-логического типов мышления.

В каждом блоке представлены не только занятия, но и дидакти­ческие игры и игровые упражнения с кратким описанием их про­ведения. Учитывая большой интерес детей к экспериментированию, предложен целый ряд опытов. Но как и в работе с младшими дошкольниками важно переносить основ­ную обучающую нагрузку на повседневную жизнь, а не на занятия. Предпочтение следует отдавать групповым занятиям. И также стараться больше использовать игру, рассуждения, обсуждения с детьми соответствующих проблем, со­здание ситуаций, побуждающих детей к постановке вопросов и по­иску ответов на них.

Не забывайте о шутке, юморе — они делают усвоение материала и более доступным, и более интересным, запоминающимся.

Через элементарные знания об организме человека у детей фор­мируются обобщенные понятия, воспитываются нравственные чув­ства, гуманное отношение к людям, особенно к инвалидам и боль­ным людям. Конечно, необходимо обращать внимание на то, чтобы у детей не появлялось панического страха перед болезнью, важно формировать оптимистическую позицию, уверенность и готовность к преодолению временных трудностей.

***7. Диагностика знаний и представлений детей об организме человека.***

Ребёнку предлагается назвать части тела. В целях облегчения выполнения задания можно предложить рассмотреть рисунок и дорисовать недостающие части (на листочке изображён контур головы и шеи; волосы, брови, рот и одно ухо).

Уровень знаний определяется по количеству баллов:

«высокий» - называние 10 и более частей тела,

«средний» - называние 8-9 частей тела,

«низкий» - называние 5-7 частей тела.

Помимо перечисления ребёнок по возможности должен назвать функциональное назначение данного органа, как беречься от травм и болезней. Ответы фиксируются в протоколе. Каждый правильный ответ оценивается «+1 балл», неправильный – «-1 балл», в случае отсутствия ответа – «0 баллов». Основанием перехода от одного вопроса к другому при отсутствии ответа служит пауза более 10-15 секунд.

Конечное количество баллов определяется в результате суммирования набранных баллов за правильные ответы.

**8 *. Конспект занятия по формированию у детей представлений об организме человека****.* ***«Вот я какой»***

**Цель:** познакомить детей со строением тела человека, с возмож­ностями тела (организма). Воспитывать чувство гордости, что ты — Человек. Вызвать интерес к дальнейшему познанию.

**Наглядный материал:** плакат с изображением внутреннего стро­ения тела человека.

**Ход занятия:**

Ребята, мы с вами начинаем увлекательное путешествие в страну, которая называется «ЧЕЛОВЕК». Вы узнаете много интересного и удивительного, самого неожиданного и необычного про себя и своих друзей, родителей, близких и совершенно незнакомых людей.

Каждый человек неповторим по своему характеру, своим взгля­дам на жизнь, своим душевным качествам, но все люди похожи строением своего тела. Но почему-то одни часто болеют, а другие всегда бодрые и здоровые, одни люди все время чем-то недоволь­ны, а другие веселы и жизнерадостны, одни любят только себя, а другие, чем могут, помогают другим людям. Как вы думаете, поче­му так бывает?

Обо всем этом мы узнаем на занятиях, где будем учиться чув­ствовать и понимать себя, заботиться и помогать себе и другим людям.

А знаете ли вы, что каждый из вас и вообще любой человек по­чти волшебник, который может делать много-много разных дел, разных чудес.

Интересно? Тогда начнем знакомиться со строением нашего орга­низма.

Сегодня к нам в гости пришел добрый волшебник Познайка, ко­торый поможет вам узнать много интересного.

*Воспитатель выходит и быстро переодевается старичком — волшеб­ником.*

**Рассказ волшебника Познайки**

Здравствуйте, дети! Я расскажу вам, из чего состоит ваш орга­низм. У каждого из вас есть голова — она может думать, смотреть, слушать, нюхать, пробовать на вкус. Правда не сама, а с помощью органов, которые находятся на голове — это уши, глаза, нос, рот. Еще на голове находятся волосы: одних они украшают, а у других, к сожалению, похожи на грязные сосульки.

Голова может поворачиваться в разные стороны и даже запроки­дываться назад. Этого она делать бы не смогла, если бы не помощ­ница — шея.

У каждого человека есть туловище. Оно может поворачиваться в разные стороны, наклоняться, выгибаться. А внутри туловища спряталось множество жизненно важных органов: сердце, легкие, желудок, кишечник, печень, почки...

*Воспитатель называет органы и показывает их на плакате.*

Туловище имеет руки и ноги. Руки для человека очень важны — они выполняют самую разнообразную работу.

— *Какую, например?*

Все это благодаря нашим пальчикам, которые очень цепкие и могут удерживать самые разнообразные предметы. Сейчас я вам буду показывать, что можно делать руками, а вы должны угадать эти действия.

*Воспитатель имитирует некоторые действия (написание письма, вяза­ние спицами, вырезывание ножницами, забивание гвоздей, игру на пианино и т. п.).*

Вот какие удивительные наши ручки!

А ножки могут быстро бегать, высоко прыгать, красиво ходить, подниматься на носочки, идти вприсядку.

*Воспитатель просит детей продемонстрировать эти действия.*

Вот какие чудесные наши ножки!

А все наше тело (голова, шея, туловище, руки, ноги ...) может де­лать еще больше. Мы можем танцевать, плавать, играть, занимать­ся спортом, ездить на велосипеде, кататься на коньках и санках, кувыркаться, петь, слушать музыку, читать, писать, смеяться ...

* *Что вы еще можете делать?*
* *Кто из других существ, живущих на Земле, может все это де­  
  лать?*

Конечно, кто-то бегает быстрее человека, слышит лучше, видит дальше, может жить в воде, под землей, летать...

Но именно Человек может делать то, что никому из животных не под силу. Человек не может летать как птица, но он изобрел само­лет; не может жить под водой как рыбы — создал подводные лодки, батискафы; не может жить под землей — копает подземные лаби­ринты, строит метро и даже целые города.

Вот какой умный Человек! Какой умелый Человек! А все это он может делать только благодаря тому, что так удивительно устроен.

**Дидактическая игра «Умею — не умею»**

**Цель:** активизировать внимание детей на свои умения и физические возможности своего организма, развивать исследова-

тельскую деятельность, воспитывать чувство собственного досто­инства.

Игровое правило: в игре может участвовать любое количество детей (от 1 до 10). Ведущий бросает ребенку мяч и произносит «Я умею» или «Я не умею». Ребенок, поймав мяч, должен продолжить фразу, объяснив, почему он умеет (что ему помогает) или не умеет (может ли научиться) это делать и вернуть мяч ведущему. *(Напри­мер: Я умею бегать, потому что у меня есть ноги. Я не умею летать, потому что у меня нет крыльев.)*

***Выводы:***

***1.*** Главным фактором укрепления и сохранения здоровья является систематическая двигательная активность, формирующаяся в процессе физического воспитания. Оснований модернизации содержания физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ следующие:

* необходимость становления у человека уже с детских лет позиции созидателя в отношении своего здоровья и здоровья окружающих;
* необходимость расширять представление детей о составляющих компонентах здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон, свежий воздух) и факторах, разрушающих здоровье.

2. Сформированность отношения к здоровью как к величайшей ценности в жизни, становится основой формирования у детей потребности в ЗОЖ. В свою очередь, наличие этой потребности помогает решать важнейшую психологическую и социальную задачу – становление у ребёнка позиции созидателя в отношении своего здоровья и здоровья окружающих.

3. Психологической основой формирования позиции созидателя в отношении своего здоровья является наличие у ребёнка *потребности в здоровом образе жизни.* Потребности в ЗОЖ можно отнести к высшей потребности. И её возникновение прямо связано с социально-гигиенической средой в которой воспитывается ребёнок, с овладением системой понятий о своём организме, здоровье и здоровом образе жизни, с созданием взрослыми ситуаций для проявления детьми своих растущих физических возможностей.

4. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей. Подвести к осознанию потребностей ребёнка в знаниях о себе и о своём здоровье. Осознанно заботить­ся о своем здоровье, и для лучшего понимания состояния других людей, и для развития познавательных интересов, творчества, вооб­ражения. Оценивать и прогнозировать своё здоровье.

5. Любую педагогическую деятельность следует начинать только после того, как будет получена информация о состоянии здоровья и уровне физического развития каждого ребёнка. Эффективность оздоровительной деятельности во многом зависит от знания педагогами условий и образа жизни семей их воспитанников, а также от комплексного подхода к её организации.

***Библиография:***

1. *«Современные подходы к оздоровлению детей в ДОУ» В.Г. Алямовская Москва 2005г.*
2. *«Воспитание основ здорового образа жизни у малышей» Н.С. Галицина Москва 2008г.*
3. *«Мой огранизм» С.А. Козлова Москва 2001г.*
4. *«Здоровьесберегающее пространство в ДОУ» Н.И. Крылова*

*Волгоград 2009г.*

1. *«Взаимодействие ДОУ с родителями дошкольников» А.В. Дронь Санкт-Петербург 2011г.*
2. *«Физкультурно-оздоровительная работа детского сада в контексте новых федеральных требований» Москва 2011г.*
3. *«Технология оздоровления детей в детском саду» Е.А. Бабенкова Москва 2012г.*