

Муниципальное казенное образовательное учреждение
«Ургубамахинская средняя общеобразовательная школа»
МО «Акушинский район»



Познавательно-информационный проект

«Быть здоровым хорошо!»

Разработали:

ученики 5 класса

Руководитель проекта:

Ибрагимов Габидулла М,

учитель математики

Сроки проведения: долгосрочный (1 год)

Проект «Быть здоровым хорошо!»

Паспорт проекта

Вид проекта: познавательного-информационного.

Продолжительность проекта: долгосрочный.

Участники проекта: Педагог- Ибрагимов Г.М., учащиеся, родители.

Актуальность темы:

Проблема воспитания здорового ребёнка сегодня актуальна как никогда. В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является как раз, сохранение здоровья учащихся в процессе воспитания и обучения. В последние годы ведущими учеными страны экологическая обстановка, состояние питания и здоровье населения оцениваются как факторы, представляющие реальную угрозу национальной безопасности России.

С каждым годом возрастает процент детей, имеющих отклонения в здоровье, наблюдается тенденция непрерывного роста общего уровня заболевания среди учащихся младшего школьного возраста. Это связано с множеством негативных явлений современной жизни: непростыми социально-экономическими условиями, экологическим неблагополучием, низким уровнем развития института брака и семьи; массовым распространением алкоголизма, курения, наркомании; слабой системой здравоохранения и воспитательной базы образовательного учреждения и семьи. От уровня психического и физического положения населения, от состояния его здоровья зависит благополучие общества в целом, поэтому проблема формирования представлений учащихся о здоровом образе жизни учащихся представляется в современном обществе актуальной.

Дошкольный и младший школьный возраст является важным периодом формирования ценностей личности. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни.

Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у учащихся базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Таким образом, задача обеспечения здорового детства актуальна, и нам как педагогам необходимо помочь подрастающему поколению реализовать свое право на здоровье и приобщить к ценностям здорового образа жизни. Отсюда вытекает важная *проблема*: как научить учащихся младшего школьного возраста быть здоровыми, беречь свое здоровье и заботиться о нем.

Проблемные вопросы: Что такое здоровье? Что такое здоровые, вредные привычки? Что делать, чтобы не заболеть? Как нужно закаляться?

Цель проекта:

- разработать систему, которая поможет ученику сформировать представления об основах здорового образа жизни.

Задачи проекта:

- формировать элементарные представления учащихся об организме человека, о его строении и назначении внутренних органов, об органах чувств и их значении, понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровым и вести здоровый образ жизни;
- воспитывать привычку следить за чистотой тела;
- расширять представления детей о пользе для здоровья овощей и фруктов;
- внедрить в предметно-развивающую среду наглядно-демонстрационные материалы, которые будут оказывать воздействие на познавательное развитие учащихся;
- ориентировать семью на воспитание здорового ребенка, повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья младших школьников.

Ожидаемые результаты:

Учащиеся будут иметь: первичные представления о своем организме, о его строении, о назначении отдельных органов, о правильном питании, полезных и вредных привычках, витаминах, иметь простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья

Учащиеся приобретут: знания, умения и навыки, которые направлены на сохранение и укрепление здоровья, в выборе поступков приносящих пользу здоровью.

Родители получают: теоретические знания направленные на сохранение и укрепление здоровья, создание условий для поддержания ЗОЖ в семье, смогут выработать потребность следовать здоровому образу жизни.

Предварительная работа.

1. Оборудование уголка здоровья.
2. Пополнение учебно-методического обеспечения образовательного процесса: изготовила демонстрационный материал , наглядно-дидактическое пособие «Изучай себя», пополнила иллюстративный материал.
4. Оформила и оборудовала сюжетно-ролевые игры на современную тематику: «Центр здоровья» (для расширения знаний о труде медицинских работников, формирования знаний и навыков по оказанию первой медицинской помощи),
- 5.Изготовление дидактических игр: «Собери человека», «Здоровая пища», «Витамины — полезные продукты», «Съедобное — несъедобное», «Веселые овощи», «Одень по погоде».
- б. Разработка картотеки игр по ЗОЖ.
7. Изучение методической, научно-популярной, художественной литературы.

Работа с учениками:

- Знакомство с загадками, пословицами и поговорками, а также с литературными произведениями: А. Барто "Девочка чумазая", «Я расту», С. Михалков «Прививка», К. Чуковский "Доктор Айболит", "Мойдодыр", «Больной» Ю. Яковлева, «С человеком беда» Ю.

Синицына, «Человек заболел» И. Турчина и т.д., в которых рассматриваются вопросы сохранения здоровья.

- Рассматривание иллюстрированного материала по теме.
- Просматривание мультфильма: «Айболит» и др.
- Изготовление атрибутов для игры. Проигрывание игры — ситуации «Центр здоровья», «У зубного врача», «В травматологическом пункте»; «Вызов на дом»; «Процедурный кабинет»
- Организация игровой деятельности детей.
- Использование дидактических игр: «Валеология или здоровый малыш», «Полезная и вредная еда», и прочее.
- Разучивание пальчиковой гимнастики, физминуток, комплекса утренней гимнастики, закаливания, самомассажа.
- Создание предметно-развивающей среды (наполнение уголка наглядно — демонстративным материалом и дидактическими пособиями и играми)

Работа с родителями: консультации:

1. «Телевизор или компьютер — друзья или враги?».
2. «Воспитание здорового ребенка».
3. «Правильное питание детей».
4. «Проблема детского ожирения».
5. «Витамины в жизни ребенка».
6. «Воспитание культурно - гигиенических навыков в семье»
7. «Дети, растите здоровыми».
8. «Закаливание»
9. «Скоро лето».
10. Памятка: десять советов родителям
11. Папка — передвижка на тему: «Рекомендации родителям по укреплению здоровья».

Продукт проектной деятельности

1. Перспективное планирование и конспекты непосредственно - образовательной деятельности и культурно - досуговой деятельности по теме проекта.
2. Предметно-развивающаяся среда в классе в соответствии с тематикой проекта.
3. Итоговая викторина и досуги проекта
4. Выставки детских работ на тему «Хочу быть здоровым».
5. Опыт работы с учащимися, родителями и педагогом в рамках проекта «Хочу быть здоровым».

Презентация проекта

- Тематические альбомы рисунков по теме «Хочу быть здоровым»
- Итоговая викторина «Хочу быть здоровым», коллективный просмотр с родителями

Перспективное планирование. НОЯБРЬ.

Занятия:

1. «Тело человека».

Цель:

- познакомить учащихся с внешним строением человека,
- объяснить взаимосвязь отдельных органов как единое целое всего организма,
- довести до понятия учащихся значение органов для жизни и деятельности человека,

Задачи:

- воспитывать у учащихся желание более глубоко и подробно изучать самого себя,
 - учить учащихся любить себя, своё тело и свой организм.
2. «Глазки, уши и носы быть здоровыми должны».

Цель:

- формировать у учащихся привычку к здоровому образу жизни

Задачи:

- воспитывать положительное отношение к здоровому образу жизни у учащихся, желание заботиться о своем здоровье.
1. *«Питание и здоровье»*

Беседы на тему:**Цель:**

- формирование у учащихся представления о полезных для здоровья продуктах.

Задачи:

- воспитывать желание заботиться о своем здоровье.
 - развивать память, внимание, мышление, речь.
2. *«Здоровая пища».*

Цель:

- расширить и углубить знания учащихся о здоровой пище, ее разнообразии и ее значении для человека;
 - формировать у учащихся ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.
3. *«Фрукты полезны взрослым и детям».*

Цель:

- уточнить знания детей о полезных продуктах,
- рассказать о пользе фруктов для здоровья человека.

Задачи:

- воспитывать у учащихся культуру еды, чувство меры.
- развивать память, внимание, мышление, речь.

Ролевая игра:

- закрепить название овощей и фруктов,
- воспитывать культуру поведения в общественных местах.

Ознакомление с художественной литературой:

Г. Зайцев «Приятного аппетита», Ю.Тувим «Овощи», загадки об овощах и фруктах.

Дидактические игры:

«Валеология», «Разложи на тарелках полезные продукты»

Консультации на тему:

«Здоровое питание — здоровая жизнь»

«Проблема детского ожирения».

ДЕКАБРЬ

Занятия:

1. «Волшебная страна здоровья».

Цель:

- учить детей заботиться о своем здоровье, объяснить им, какой вред приносят микробы.
- совершенствовать навыки пользования предметами личной гигиены.
- сформировать у них представление о необходимости наличия витаминов в организме человека.

Задачи:

- воспитывать желание вести здоровый образ жизни.

2. «Воздух вокруг нас»

Цель:

- познакомить учащихся с понятием «воздух», его свойствами,
- дать учащимся элементарные представления об источниках загрязнения воздуха, о значении чистого воздуха для нашего здоровья, о некоторых правилах экологической безопасности.

Задачи:

- воспитывать интерес к здоровому образу жизни, создать радостное настроение.

1. «Что любят зубки»

Цель:

Беседы на тему:

- формировать у учащихся представление о значении зубов для организма,
- закрепить правила ухода за ними,

Задачи:

- воспитывать привычку ухаживать за зубами.

2. «Правильно чистим зубки»

Цель:

- расширять знания учащихся о гигиене полости рта.

Задачи:

- воспитывать устойчивую привычку соблюдать правила гигиены полости рта, и осознанно правильное отношение к своему здоровью.

Ознакомление с художественной литературой:

К. Чуковский Доктор Айболит, С. Прокофьев «Румяные щечки», загадки.

Работа с родителями:

Консультация на тему: *«Воспитание здорового ребенка».*

Папка — передвижка на тему: «Рекомендации родителям по укреплению здоровья».

ЯНВАРЬ

Занятия:

1. «Витамины и полезные продукты».

Цель:

- рассказать учащимся о пользе витаминов и их значение для здоровья человека,
- объяснить учащимся, как витамины влияют на организм человека, помочь учащимся понять, что здоровье зависит от правильного питания, еда должна быть не только вкусной, но и полезной.

Задачи:

- развиваем внимание, мышление, память, воспитываем привычку правильно питаться.
2. *«Таблетки на ветке и на грядке».*

Цель:

- продолжаем знакомить учащихся с понятием «витамины».

Задачи:

- закрепить знания об овощах и фруктах, их роли в питании человека, воспитывать у учащихся культуру еды, чувство меры,

Беседа на тему: «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу»

Ознакомление с художественной литературой:

Е. Трубников «Во саду ли, в огороде»

Дидактические игры:

«Витаминная семья»

Работа с родителями

Консультация для родителей на тему: «Овощи, фрукты, ягоды и зелень», «Правила для сладкоежек».

Февраль

Занятия:

1. *«Здравствуй доктор Айболит».*

Цель:

- познакомить с понятием «профессия»

Задачи:

- расширить и углубить знания о профессии доктора, о личных качествах, необходимых для этой профессии.

2. *«Экскурсия в медицинский кабинет».*

Цель:

- познакомить учащихся с профессией медработника (медсестрой);
- показать расположение и оборудование медкабинета;
- познакомить с некоторыми медицинскими принадлежностями и их назначением,
- воспитывать уважение к труду медработника,
- ознакомить с основами оказания первой медицинской помощи.

Задачи:

- воспитывать уважение к труду медработника, познакомить с основами оказания первой медицинской помощи.

Беседы на тему:

1. *«Мое здоровье».*

2. *«Настроение и здоровье».*

Цель:

- актуализировать знания детей о взаимосвязи настроения и здоровья;

- развивать у младших школьников умение понимать и объяснять свое эмоциональное состояние и эмоциональное состояние окружающих людей.

Ознакомление с художественной литературой:

К. Чуковский «Федорино горе», К. Кузнецов «Замарашка»,
Е. Шкловский «Как вести себя во время болезни».

Сюжетно-ролевая игра:

«Аптека»

Цель:

- закрепить представление учащихся о профессии работников аптеки;

Задачи:

- развивать сюжет на основе знаний, полученных при восприятии окружающего;
- упражнять в распределении ролей, подготавливать условия игры.

Работа с родителями.

Консультация для родителей на тему: «Влияние психологического климата семьи на здоровье учащихся».

МАРТ.

Занятия:

1. «Чтобы быть здоровым»

Цель:

- систематизировать знания учащихся о факторах, укрепляющих здоровье человека (вода, солнце, еда, настроение, сон, физкультура);

Задачи:

- учить детей решать жизненные задачи, используя приём противоречий;
- развивать речь, логическое мышление;
- воспитывать бережное отношение к своему здоровью, привычку к здоровому образу жизни.

2. «Да здравствует мыло душистое».

Цель:

- познакомить детей со свойствами мыла и его разновидностями;
- закрепить и уточнить знания детей о том, для чего люди используют мыло в повседневной жизни;
- подвести детей к понятию, что «Чистота — залог здоровья».

Задачи:

- воспитывать культурно — гигиенические навыки.

Беседа на тему: «Как я буду заботиться о своем здоровье»

Ознакомление с художественной литературой:

С. Бялковская «Юля - чистюля», З. Александрова «Купание», потешки

Дидактические игры:

«Катя простудилась», «Купаем куклу».

Работа с родителями

Консультация для родителей на тему: «Воспитание культурно гигиенических навыков в семье»

АПРЕЛЬ.

Занятия:

1. Тема «Здоровье в порядке — спасибо зарядке»

Цель:

- закреплять знания учащихся о влиянии на здоровье двигательной активности

Задачи:

- развивать познавательный интерес, мыслительную активность, воображение побуждать детей отвечать на вопросы, упражнять делать выводы, умозаключения.
- воспитывать желание быть здоровым. внимательно относиться к себе.

Беседа на тему

«На игровой площадке».

Цель:

- обговорить с детьми правила безопасного поведения на площадке во время прогулки.

Выставка детских рисунков: «Если хочешь быть здоров».

Дидактические игры:

«Если я сделаю так...», «Пишем письмо заболевшему товарищу».

Работа с родителями.

Консультация для родителей на тему: «Закаливание»

Основное содержание. Роль закаливающих мероприятий в профилактике простудных заболеваний

МАЙ

Занятие:

Итоговое занятие на тему: «Путешествие в страну здоровья».

Задачи занятия:

Обучающие:

- обобщить и систематизировать знания детей о строении человеческого организма, о расположении и назначении различных органов;
- повторить основные правила охраны здоровья.

Развивающие:

- активизировать словарь учащихся, продолжать учить отвечать на вопросы

полным предложением.

Воспитательные:

- воспитывать желание заботиться о своём здоровье;
- вырабатывать навыки школьной деятельности.

Дидактическая игра:

«Что ты знаешь о...»

Цель:

- закреплять знания детей о строении, работе, особенностях своего организма, правилах ухода за ним,
- о первой помощи в различных ситуациях.

Консультация для родителей на тему: «Скоро лето».