

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК» КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 71»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

360016, КБР, г.о. Нальчик
ул. Калюжного, 28А

тел.: (88662) 91-49-00
E-mail: ds71n@yandex.ru

ПРОЕКТ

«Чистая вода – залог здоровья»

ПАСПОРТ ПРОЕКТА	
Разработчики проекта	Воспитатель Готыжева Анджела Мартиновна МКДОУ «Детский сад № 71» г.о. Нальчик, КБР.
Цель проекта	Воспитание духовно-нравственных качеств, эстетического вкуса, слухового восприятия, социально - личностного развития, творческого потенциала, сохранение и укрепление здоровья с помощью парциальной образовательной программы «Веселый День Дошкольника» под редакцией С.С. Коренблита
Задачи проекта	➤ способствовать развитию творческих способностей, слухового восприятия, эмоционального отклика на музыку, сохраняя и развивая традиции народов КБР; ➤ способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий с использованием парциальной программы «Веселый День Дошкольника» под редакцией С.С.Коренблита; ➤ дать первоначальные простейшие представления о здоровом образе жизни, используя песни из парциальной программы «ВеДеДо», переведенные на кабардинский язык; ➤ создать конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении их здоровья, развитии творческого потенциала
Вид проекта	По доминирующей деятельности: <u>практико-ориентированный.</u>
Участники проекта	Воспитанники 2 младшей группы, родители, воспитатель.
Срок реализации проекта	Долгосрочный: 1 год.
Условия реализации проекта	Пополнение развивающей среды по теме проекта, разработка НОД и организация режимных моментов, сотрудничество с семьями воспитанников.
Прогнозируемый результат	➤ Повышается интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно – оздоровительной работы. ➤ Снижается заболеваемость. ➤ Дети хорошо владеют устной речью, могут применять ее в песенном творчестве, способны выразить свои мысли и желания, строят речевое высказывание в ситуации общения.

	➤ Ребенок может выразить свое отношение к песне на родном языке, глубже переживает её: песня живёт в игровом творчестве и помогает развитию внутреннего плана психики. ➤ Ребенок проявляет себя в быту, принимает участие в разнообразных видах деятельности. ➤ Дети владеют звуковым составом, словарным запасом, грамматическим строем родного языка. ➤ Знают пользу минеральной воды, достопримечательности своей Республики, испытывают гордость за свою Республику.
Тиражирование опыта	Распространение опыта в интернет - ресурсах

Этапы	Время проведения	Содержание деятельности	Задачи на каждом этапе
Аналитическо - диагностический	Сентябрь	1. Постановка целей и задач проекта, построение модели проекта. 2. Изучение и анализ литературы по теме проекта парциальной программы «BeDeDO» автор С.С. Коренблит	Формирование проблемы проекта (с детьми и родителями); Ознакомление родителей с предполагаемой работой по реализации проекта.
Мотивационный	Сентябрь	Методы и приемы обучения, формы работы организации детей и родителей	Стимулировать детей и родителей к участию в проекте на основе парциальной программы «Весёлый День Дошкольника» под редакцией С.С. Коренблит.
Основной	Октябрь - май	➤ Беседы; ➤ Рассматривание иллюстраций, фотографий, буклетов «Минеральные источники КБР»; ➤ Слушание, разучивание песен из парциальной программы «BeDeDo» на национальном языке (кабардинском); ➤ Заучивание песен, потешек о воде;	➤ Развивать предпосылки ценностно – смыслового восприятия и понимания произведений искусства и мира природы; ➤ Формировать первичные представления о пользе чистой воды; ➤ Познакомить детей с минеральными источниками Республики; с нартским эпосом;

		➤ Пальчиковые игры; ➤ НОД «Водичка, водичка»; «Снежный колобок»; «Где живет рыбка»; ➤ Разработать информацию для родителей «Чистая вода – залог здоровья и долголетия» ➤ Организация предметно – пространственной развивающей и здоровьесберегающей среды.	➤ Формировать любовь к малой родине через песни на родном языке; ➤ Обогащать активный словарь, развивать связную речь. ➤
Заключительный	3-4 неделя мая	➤ Развлечение на улице «Мы с водою дружим» (с использованием песен из парциальной программы «Весёлый День Дошкольника» под редакцией С.С.Коренблит, переведенные на кабардинский и балкарский язык); ➤ Изготовление альбома «Минеральные источники КБР»; ➤ Подготовка и проведение презентации проекта.	➤ Дать детям возможность проявить свои творческие способности, знания, полученные в ходе реализации проекта.

Пальчиковые и речевые игры.

«Умывание»

Знаем, знаем - да - да - да, (массаж пальцев)
Где ты прячешься, вода! (поочередно массируют каждый палец)
Выходи, водица,
Мы пришли умыться!
Лейся на ладошку
По - нем - нож - ку.
Нет, не понемножку -
Посмелей! (энергично растирают ладони и кисти рук)
Будет умываться веселей!

«Водичка»

Водичка, водичка,
Умой мое личико,: круговые движения ладонью перед лицом - умываемся
Чтоб глазки блестели,: погладить глазки руками - моем
Чтоб щечки краснели,: круговыми движениями погладить щеки
Чтоб смеялся роток,: улыбнуться
Чтоб кусался зубок! : показать зубки

«Дождик и солнце»

Слушай гром, слушай гром: руки приставляем к ушам,
Но не бойся, но не бойся: показываем пальчиком.
На лицо, на лицо
Каплет дождик, каплет дождик: пальцем постукиваем по лицу и голове.
Вот и солнце, вот и солнце: растопыриваем пальцы,
Светит так, светит так: руки ладонями вперед.
Будет сухо, будет сухо: трясем кистями рук, как бы стряхивая воду
Славно как, славно как!:хлопаем в ладоши.

«Дождик»

Дождик песенку поет: пальцы постукивают по столу, сначала
Только, кто её поймет.: медленно, потом быстрее.
Не пойму ни я, ни ты,: пальцы барабанят быстро - быстро.
Но зато поймут цветы,
и зеленая трава,
и весенняя листва.
Лучше всех поймет зерно,: пальцы стучат все медленнее и
останавливаются.
подрастать начнет оно.
Кончился дождик.

«Дождик»

Дождик, дождик,

Дождик, лей! : поднять руки вверх и потрясти кистями

Чтобы было веселей.: хлопать в ладоши

Не боимся сырости, : указательным пальчиком изобразить отрицательный жест

Только лучше вырастим! Медленно поднять руки.

«Гроза»

Закапали капли,: стучим двумя пальцами каждой руки по столу.

Идет дождь: стучим четырьмя пальцами

Он льёт, как из ведра!: стучим сильнее.

Пошёл град: косточками пальцев отбиваем дробь

Сверкает молния,: шипящий звук, рисуем линию в воздухе.

Гремит гром: барабаним кулаками или хлопаем в ладоши.

Все быстро убегают домой.: прячем руки за спину.

А утром снова ярко светит солнце!: Описываем руками большой круг.

«Рыбки»

Пять маленьких рыбок играли в реке: выполняем волнообразные движения

Лежало большое бревно на песке: руки прижат друг к другу, переворачиваем их с боку на бок.

И рыбка сказала "Нырять здесь легко": ладони сомкнуты, чуть округлены, выполняем ныряющие движения

Вторая сказала "Ведь здесь глубоко": качаем сомкнутыми ладонями (отрицательный жест)

А третья сказала "Мне хочется спать": ладони поворачиваются на тыльную сторону одной из рук

Четвертая стала чуть - чуть замерзать: быстро качаем ладонями (дрожь)

А пятая крикнула "Здесь крокодил": запястья соединены, ладони раскрываются и соединяются (рот)

Плывите отсюда чтоб не проглотил: быстрые волнообразные движения сомкнутыми ладонями (уплывают)

Игры с водой

Игра «Взбей пену»

Ловко пену я взбиваю

И ей тортик украшаю

Цель:

- ✓ развитие у детей мелкой и общей моторики рук;
- ✓ работа над формированием и развитием темпа и ритма речи;
- ✓ формирование правильного захвата руки.

Ход игры: воспитатель предлагает детям взбить пену – крем для украшения праздничного торта.

Оборудование: ёмкость с водой, венчик, средство для пены.

Игра «Поймай рыбку»

Цель:

- ✓ развитие у детей координации движений, общей моторики, внимания;
- ✓ формирование правильного захвата руки;

Ход игры: воспитатель предлагает детям сходить на рыбалку и удочкой поймать рыбку.

Оборудование: ёмкость с водой, удочки и рыбки.

Игра «Сдуй облако»

Цель:

- ✓ развитие у детей внимания, координации движений;
- ✓ формирование умения выполнять глубокий вдох и длительный плавный выдох.

Ход игры: Воспитатель предлагает детям поймать на ладошку «облако» и сдуть его.

Оборудование: ёмкость с водой, средство для пены, венчик

Игра «Тонет, не тонет»

Цель:

- ✓ знакомство со свойствами различных материалов;
- ✓ развитие координации движений, закрепление понятий «лёгкий», «тяжелый»;
- ✓ развитие логического мышления.

Ход игры: Воспитатель предлагает детям опустить в воду разные по качеству предметы и понаблюдать за ними, охарактеризовать их.

Оборудование: Ёмкость с водой, тяжелые и лёгкие предметы.

Игра «Тёплый, холодный»

Цель:

- ✓ закрепление понятий «тёплый», «холодный»;
- ✓ развитие эмоционального настроения;
- ✓ развитие внимания.

Ход игры: воспитатель заполняет ёмкость тёплой и холодной водой и предлагает детям запустить утят в тёплую воду, а рыбок в холодную.

Оборудование: ёмкость с тёплой и холодной водой, утята, рыбки.

Игра «Поймай льдинку»

Цель:

- ✓ развитие у детей внимания, координации движения, мелкой и общей моторики;
- ✓ знакомство со свойствами воды;
- ✓ развитие тактильной чувствительности и ловкости.

Ход игры: Воспитатель опускает в ёмкость 5 -6 льдинок и предлагает детям достать их и понаблюдать, как они тают и превращаются в воду.

Оборудование: ёмкость с водой, лёд, сачок, пустая ёмкость.

Стихи о воде:

1. **«Воду нужно уважать!»**
Воду нужно уважать —
Это должен каждый знать!
Совершенно не секрет —
Без воды нам жизни нет!
Ни умыться, ни напиться,
И не сможем насладиться
Ни природой, ни пейзажем
Без воды угаснет каждый!
2. **Родничок**
Ключик, милый родничок,
Сухой листик уволок.
Маленький, как кулачок,
Звонкоголосый ручеек.
3. **«Ручеек-журчалочка»**
Ручеек-журчалочка,
Завертел водицу.
В жаркий день так хочется
Из него напиться!
4. **«Окружает нас вода»**
Окружает нас вода везде и всегда.
Океаны, Антарктида
Стали очень знамениты.
В воздухе капель не видать,
Но есть вода в нем, надо знать!
5. **«Кто, знает откуда берётся вода?»**
Кто знает, откуда берется вода?
Быть может, из снега?
Быть может, из льда?
А может, с подземных ключей она бьет.
И всем она жизнь и цветенье дает.
Чтоб нам о воде все - при все разузнать,
Немало учебников нужно читать.
А так же различных журналов и книг,
Чтоб все ее тайны открылись нам в миг.

6. **«Что такое вода?»**

Что такое вода?

Это струйка из крана,

Это волны и шторм на морях-океанах.

В запотевшей бутылке напиток в руке,

И в ключе, и в колодце, и в ручейке.

Да, бывает вода в состоянии разном.

В жидком, твердом она.

Даже в газообразном.

Мы не видим ее или не замечаем.

Но, когда ее нет, тяжело ощущаем.

7. **Время ванну принимать:**

Ждет водичка, не дождется,

Поработать ей придется,

Ручки, ножки отмывать.

Спинку вымыть с мылом – братцем,

И с мочалкою сестрой,

Нелегко воде порой,

Если ей не подчиняться.

Обижается водица –

Грязь не украшает лица.

Кто красивым хочет стать,

Воду должен уважать.

8. **Кто горячей водой умывается,**

Называется молодцом.

Кто холодной водой умывается,

Называется храбрецом.

А кто не умывается,

Никак не называется. (Синявский П.)

Консультация для родителей

Уже давно изучена и доказана важность качественной питьевой воды для здоровья человека. Для детского растущего организма она является залогом полноценного развития и крепкого иммунитета. Поэтому для ребенка качественная вода еще более необходима, чем для взрослого.

1. Знаете ли Вы, что человек при рождении на 90 % состоит из воды? А в старости остается только 60 %. Недостаточное употребление воды ведет к преждевременному старению.
2. Знаете ли Вы, что такое вода? Чай, кофе, суп, кока-кола и другие сладкие напитки - это вода? Оказывается, что - нет. Например, в одной бутылке кока-колы - 27 кубиков сахара. Постоянное употребление сладких газировок ведет к ожирению (другие же жидкости скорее вызывают мочегонный эффект и выводят воду из организма).
3. Знаете ли Вы, что происходит при обезвоживании? Вода забирается из клеток (до 66%) и межклеточного пространства (до 26%), при этом повышается кислотность организма (подагра, камни в почках), из крови (до 8%) - сопровождается повышением давления, закупоркой капилляров, плохим снабжением органов, возможны инсульты и инфаркты.
4. Знаете ли Вы, что при фильтрации водопроводной воды утраивается содержание хлороформа, который провоцирует раковые опухоли? А при использовании осмотических фильтров возникает дефицит важнейших микроэлементов, который грозит целым списком серьезных заболеваний.

Оказывается, что из десяти человек только один знает, зачем пьют воду.

Вы скажете: воду пьют потому, что хочется.

А почему хочется?

Потому что без воды жить нельзя.

А жить нельзя потому, что мы воду все время расходует и нам надо запас ее пополнять.

Что будет, если подышать на холодное стекло? Стекло запотеет. Все знают результат, но никто и не задумывался, что стекло покрылось капельками воды.

Откуда взялась вода? Из вашего тела.

А раз вы воду расходуете, теряете, вам нужно ею время от времени запасаться.

В сутки человек теряет целых двенадцать стаканов воды. Значит, столько же ему надо выпить или съесть.

А разве воду едят?

В том-то и дело, что едят!

В мясе, в овощах, в хлебе во всякой еде воды гораздо больше, чем твердого материала. В мясе воды втрое больше, чем твердого вещества, а огурец, так тот почти целиком состоит из воды.

Да и в вас самих воды почти столько же; сколько в зеленом огурце. Если вы весите 40 килограммов, то в вас 35 килограммов воды и только 5 килограммов твердого материала. Тело взрослого человека содержит воды меньше: около трех четвертей веса.

Один ученик задал вопрос:

- Почему же люди не растекаются по полу, как кисель?

Если мы рассмотрим под микроскопом кусочек мяса или огурца, мы увидим множество клеточек, наполненных соком. Сок этот не выливается из клеточек потому, что они со всех сторон закрыты. Вот в чем секрет.

Значит, вода главный материал, из которого построено ваше тело. Неудивительно поэтому, что человек может долго прожить без еды, а без воды не может прожить и нескольких дней.

Каждый из нас понимает, насколько для нас важна чистая вода. Поэтому жизненный заряд от чистой воды во многом влияет на наше здоровье.

К сожалению, когда начинаешь беседовать с родителями детей, имеющих нарушение желудочно-кишечного тракта, выясняется, что дети мало пьют. Не только дети, но и сами взрослые. Маленькие дети страдают запорами. Поступление достаточного количества жидкости в организм человека – важное условие здорового пищеварения. Дети и взрослые в день должны выпивать воды, помимо соков, жидкости (супов, чаев), от литра до двух, в зависимости от возраста, а также времени года. Что это должна быть за вода? Это не кипяченая вода, а вода природная – это вода, которая пропускается через фильтроочистители, которые оставляют качественный состав воды, т.е. достаточное содержание кислорода, определенных микроэлементов, но фильтруют все болезненные организмы, соли тяжелых металлов, прочие какие-то компоненты, не нужные организму. Кроме того, в фильтрованной воде, пропущенной через барьер, убирается содержание хлора, который неблагоприятно сказывается на организме человека. Почему мы говорим именно о не кипяченой воде? К сожалению, кипяченая вода теряет многие свойства, необходимые для организма. Зачем вода нужна нашему организму? Вода участвует в каждом физиологическом процессе, как в процессе всасывания, так и в процессе выделения. Одной из причин довольно частых проблем кишечника, в частности, запоров у детей и взрослых, является нарушение водного баланса. Организму нечем выводить продукты, шлаки. Шлаки залеживаются (образно говоря) в кишечнике, приводя к токсическим действиям на организм в целом, ибо давно известно: долголетие, молодость, красота, здоровье зависят в первую очередь от работы кишечника. Поэтому еще и еще раз следует обратить внимание всех родителей: и им самим, и детям нужно пить живую, не кипяченую воду. Самое идеальное – найти неподалеку от Вас родник. Россия - богатая страна и родников есть множество. Затем желательно ее проверить в лаборатории, ну а потом уже

смело затариваться ею на несколько дней. В нашей республике - Кабардино - Балкарии есть источники с отличной водой, которая несет все необходимое организму человека.

И напоследок, начинайте свой день со стакана воды, а еще лучше выпивайте 0,5 литра воды до завтрака. Только предварительно нужно почистить зубы и язык, ну или ложкой почистить хотя бы язык, чтобы накопившиеся за ночь во рту бактерии не попали в желудок.

Помните, что вода — это одна из составляющих формулы здоровья и долголетия.

Консультация для родителей «Игры с водой» Первое вещество, с которым с удовольствием знакомится ребенок, это вода. Она дает ребенку приятные ощущения, развивает различные рецепторы и предоставляет практически неограниченные возможности познавать мир и себя в нем. Игры с водой — один из самых приятных способов обучения и релаксации. Такие игры проводятся далеко не каждый день. После них приходится долго наводить в ванне порядок, но ребенок получает от них массу полезных впечатлений. По соображениям безопасности играть с водой ребенок должен только в вашем присутствии. Во время игр обязательно комментируйте словами все, что делает и видит ребенок. Обращайте его внимание на то, как «ведут себя» в воде предметы из разных материалов, разного размера и веса, с отверстиями или без них. Во время игр не забывайте знакомить детей со свойствами воды. Мы предлагаем Вам провести с детьми ряд несложных занимательных игр с водой. Наливаем, выливаем, наблюдаем, сравниваем! Воду можно наливать в различные емкости. Естественно, только пластмассовые (можно использовать баночки и бутылочки разного размера, фасона, вида, фактуры, объема). Сравнивайте количество воды в сосудах похожей формы, но разного размера. Кидаем в воду всё подряд! В воду можно кидать игрушки и вылавливать те, которые будут плавать на поверхности одной или двумя ладошками, двумя пальчиками или ситом, дуршлагом, сачком, палкой, половником. Можно зачерпнуть стаканчиком, мячик будет плавать в нем, а если ситом, то вода выльется, а игрушка останется на дне. Не так-то просто выловить игрушку ладошкой. Попробовали играть с плавающими игрушками, теперь попробуем выяснить, а есть ли предметы и материалы, которые не плавают в воде. Попробуем класть в воду предметы из разных материалов: 1. Металл — ложка обычная, другие предметы (не забудьте сразу вытащить, вытереть и убрать их). 2. Дерево — деревянная ложка, мисочка и пр. (тоже не забудьте сразу забрать, чтобы предметы не портились от влаги). 3. Пластмасса — любые предметы и игрушки. 4. Резина — в одной резиновой игрушке вырежьте дно, а другие бросайте, как есть; сравните. 5. Ткань — кусочки разных тканей, разных размеров — некоторые из них будут быстро намокать, некоторые нет. Если вы приготовили в стирку не очень грязную вещь, дайте ребенку ее «постирать», такая «стирка» доставляет детям огромное удовольствие, кроме того, так они знакомятся с тем, как ткань впитывает в себя воду, как она тяжелей, изменяется на ощупь, как меняется ее цвет. 6. Бумага и картон разной плотности — намокают по-разному, сразу целиком или сначала края, быстрее или медленнее, тонут или плавают, берите кусочки разного размера — маленький кусочек намокает быстрее большего. 7. Губки разных размеров — поролоновые, резиновые. Ими можно набирать воду, выжимать их, собирать разлитую воду. Некоторые из них плавают, некоторые сразу пропитываются и быстро тонут. Игры с подкрашенной водой Можно подкрасить воду акварельными красками. Начать лучше с одного цвета. В одной бутылке (пластиковой, прозрачной) сделайте концентрированный раствор, а потом разливайте этот раствор в разных количествах во вторую, третью и четвертую бутылки

(можно разрезать их поперек, тогда получаться высокие стаканы, в них удобнее будет наливать). Разливать раствор интереснее ложкой или маленькой баночкой, чтобы было видно, сколько именно вы наливаете, и потом удобно было сравнивать результат. Разлив, концентрированный раствор по емкостям, долейте воды и посмотрите с малышом, где вода получилась темнее, где светлее. Расставьте бутылки в беспорядке. Пусть малыш попробует расставить бутылки от самого светлого оттенка к самому темному. Чем младше ребенок, тем меньше объектов для сравнения (минимально — три). Играйте каждый раз с одной краской, в следующий раз возьмите другой цвет. Через некоторое время пробуйте смешивать два цвета. В каждой из бутылок — раствор разной насыщенности одной краски. Добавляете в них одинаковое количество второй краски. Наблюдайте за получившимся цветом. Все что вы видите, подробно обсуждайте с малышом. Попробуйте порисовать подкрашенной водой на бумаге (наклеив скотчем на кафель кусок старых обоев) или прямо на плитках. Знакомим ребенка с разной температурой. Это тоже очень важно. Это можно сделать с теми же бутылками, в которые мы наливали цветную воду. Налейте холодную воду, слегка потеплее, теплую, погорячей, горячую. Дайте ребенку потрогать бутылки. Назовите его ощущения словами, научите сравнивать — расставлять от самой холодной к самой горячей. Можно попробовать погружать пальчик в воду или выливать из бутылки на руку и сравнивать. Эти простые игры можно проводить с ребенком дома. Играйте вместе с детьми, ведь когда ребенок играет, он развивается и развивается, когда играет!

Сказка про капельку.

Жила-была маленькая капелька. Она и ее подружки-капельки сидели в большом облаке, весело смеялись и болтали. День ото дня облако становилось все больше и больше, пока в один прекрасный момент не пролилось на землю дождем. «Прощайте!» — только и успела прокричать Капелька своим подружкам, как уже летела по направлению земли. Всего несколько секунд и Капелька упала в небольшой ручеек. «Ой, куда это я попала? А сколько здесь воды! И куда это мы бежим?» — удивлялась Капелька. Ручеек же, весело журча, нес нашу Капельку к небольшому озеру, в которое он и впадал. Вот тут-то Капелька удивилась еще больше. Никогда в своей жизни она не видела так много воды! Все казалось ей новым и интересным. Заметив маленьких карасиков, плавающих в озере, она подумала: «А это кто такие? Надо обязательно с ними познакомиться!» Но не успела, так как в этот момент пригрело солнышко, и Капелька испарилась, другими словами превратилась в пар. Теперь она уже не стремительно падала вниз к земле, а плавно парила вверх к облакам. «Я лечу!» — прошептала Капелька. Когда она была уже достаточно далеко от земли, то почувствовала, что становится прохладно. «По-моему, я снова превращаюсь в водяную капельку», — подумала Капелька. В это время как раз рядом с ней проплывало красивое белое облако, и Капелька с удовольствием к нему присоединилась. Облако состояло из множества других маленьких капелек, которые наперебой рассказывали подругам о том, какие необыкновенные приключения они пережили там на земле.