

Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение города Нижневартовска детский сад №29 «Ёлочка»

«Знакомство со своим телом»

старшая группа

Подготовила: Косых Е.В.

*«Высокие, низкие,
Далёкие, близкие,
Гиганты, гномы, малыши,
Слабыши, крепыши,
Блондины, брюнеты, шатены,
И всякие аборигены.
И папы, и мамы, и дети
Роднее их нет на свете»*

- Ребята, посмотрите друг на друга. Все вроде разные на вид. Но есть у каждого есть руки и ноги, и рот. Два уха, два глаза и нос. Но какими бы не были разными, всё равно похожи своим телосложением.

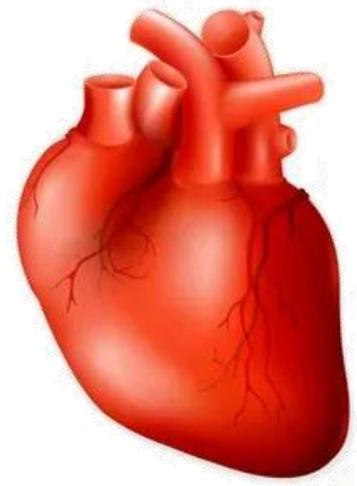
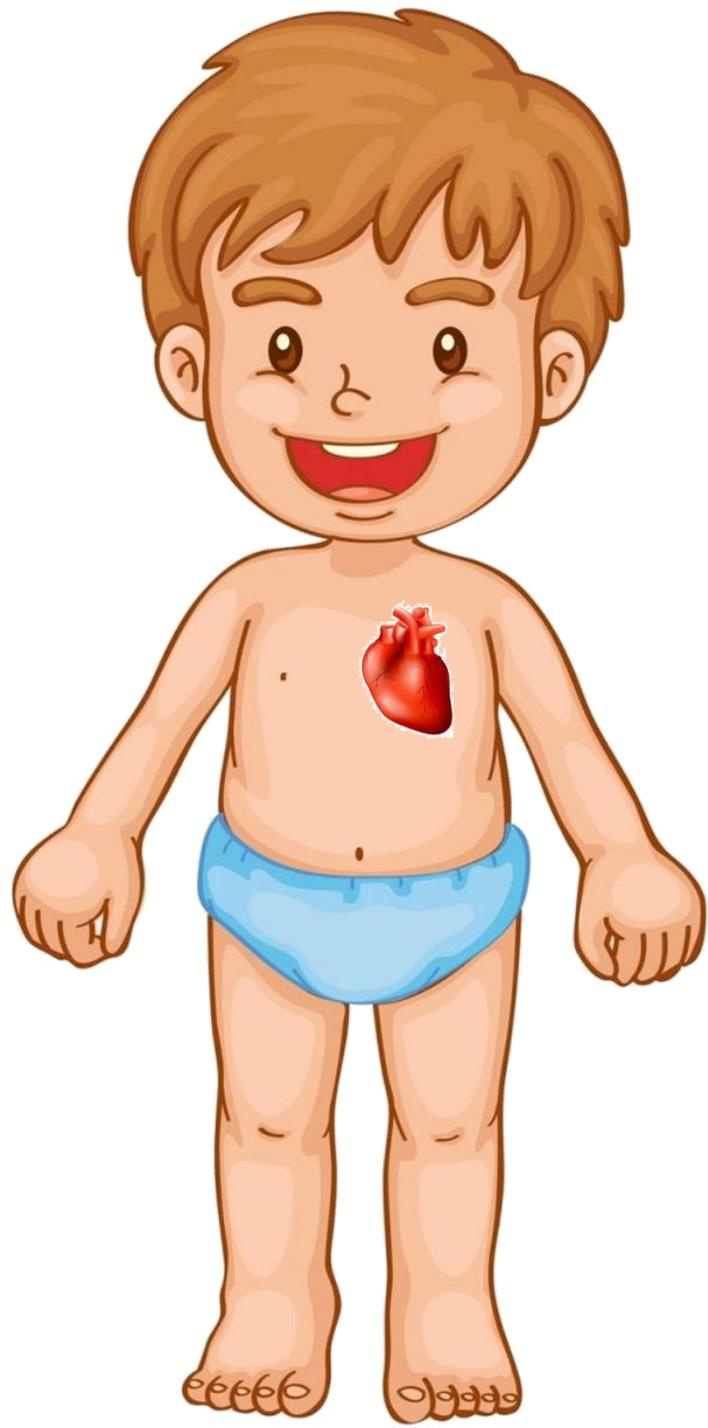
- Давайте вспомним ещё раз из каких частей состоит наше тело.

И/У «Что за часть тела?»

- Быть у каждого должна очень умной...(голова)
 - Животик, спинка и грудь – их вместе...(туловищем) зовут.
 - Съел еду я всю и вот мой наполнился...(живот)
 - На прогулке не забудь закрывать от ветра...(грудь)
 - (Руки).... Чтоб ласкать, трудиться, воды из кружечки напиться.
 - На руке сидят мальчики, очень дружные ...(пальчики)
 - Бегут по дорожке, резвые...(ножки)
 - Спотыкнулся через Генку и ушиб себе...(коленку)
- Какие части туловища вы ещё не назвали? (плечи, таз, бёдра, стопа)

- Хорошо, и с этим заданием вы справились.
- А теперь пройдите и тихонько сядьте на свои места. Знать строение нашего тела, значит знать самих себя. Чем больше вы знаете о себе, тем лучше. Внутри человека находятся органы, которые помогают человеку расти и развиваться.
- Ребята, положите руку на грудную клетку с левой стороны. Давайте тихонечко посидим и прислушаемся к себе. Чувствуете, как внутри что-то стучит? Что это такое? *(Это сердце. очень важный орган)*
- Правильно. Увидеть его мы не можем, но можем услышать, если приложить руку к грудной клетке, как только что сделали. А кто может показать на схеме сердце?

(Схема, ребёнок показывает на схеме сердце).



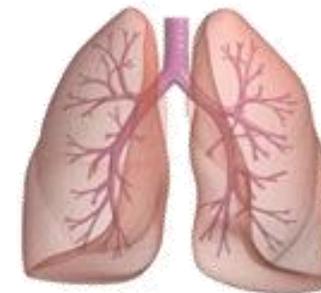
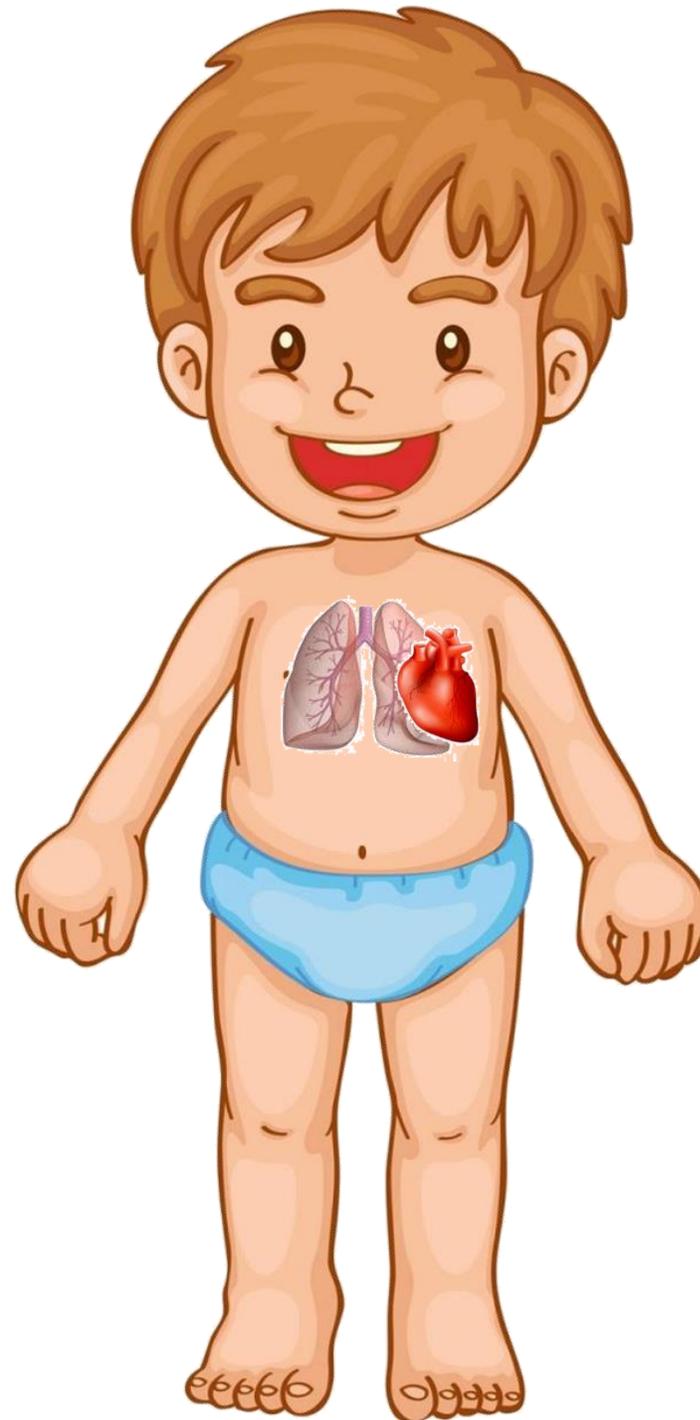
- Молодцы! Хорошо вы знаете строение тела человека.
- А можете ли вы на ощупь найти нужную часть тела?

Игра «Найди на ощупь названную часть тела»

(Дети становятся парами, одному из пары закрывают глаза. И он должен найти названную педагогом часть тела. Потом меняются местами).

- Сердце человека размером чуть больше его кулака. Сожмите свой кулачок и мы увидим у кого какое сердце.
- Сердце работает и днём и ночью, никогда не останавливается. Оно как насос перегоняет кровь по всему организму. Это очень важный орган.

- А теперь замрите и прислушайтесь к своему организму.
- Что ещё вы чувствуете и слышите?
(Мы слышим своё дыхание).
- Верно, у человека есть ещё один важный орган, который помогает нам дышать и как сердце работает без перерыва.
- Что это за орган? Это лёгкие. Их у человека два.
(Показывает на схеме).
- Может ли человек прожить без дыхания?
- Давайте попробуем на несколько минут задержать дыхание. Не получается? Значит, человек не может жить без дыхания. Ребята, во время вдоха мы вдыхаем определённое количество воздуха.
(с помощью воздушного шарика проверяют объём лёгких)

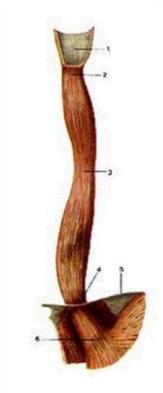
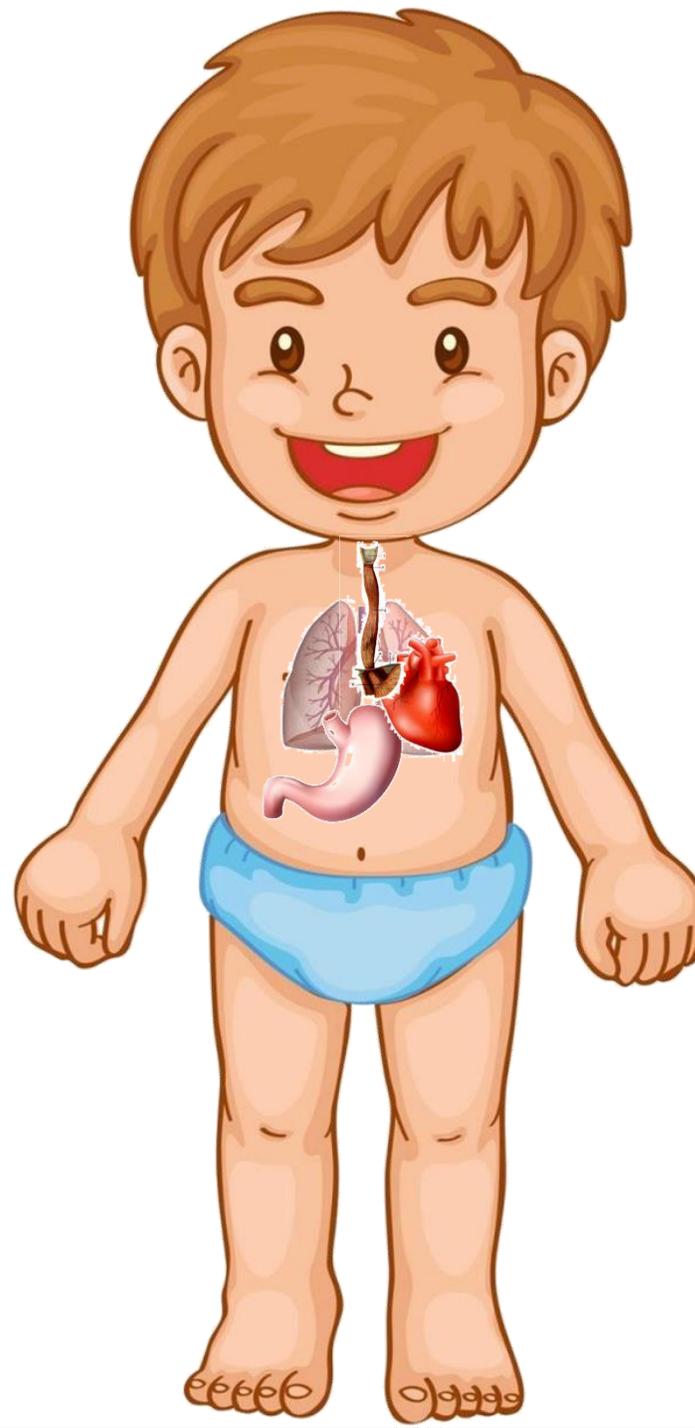


- Чтобы организм хорошо работал, все должны хорошо питаться. Каждый день мы употребляем пищу. Из тарелки пища попадает в рот и начинается удивительное путешествие пищи.

- Кто может рассказать об этом путешествии? *(ребёнок рассказывает (пища попадает в рот, измельчается зубами, потом продвигается по глотке в пищевод, а потом в желудок, воспитатель показывает на схеме желудок)).*

- В желудке пища переваривается и превращается в питательные вещества.

- А сейчас мы с вами отдохнём *(физминутка)*



Физкультминутка

Раз, два, три, четыре, пять – тело будем изучать! *(дети шагают по кругу, останавливаются)*

Вот спина, а вот животик *(показывают обеими руками спину, затем живот),*

Ножки *(топают ножками),*

Ручки *(протягивают руки вперед и вращают кистями),*

Глазки *(указательными пальцами обеих рук показывают глаза),*

Ротик *(указательным пальцем правой руки показывают на рот),*

Носик *(указательным пальцем правой руки показывают на нос),*

Ушки *(указательными пальцами обеих рук показывают на уши),*

Голова *(кладут руки на голову),*

Покачать успел едва *(качают головой из стороны в сторону),*

Шея крутит головой *(обхватили шею ладонями),*

Ох, устала ой-ой-ой!

Лоб *(пальцами обеих рук гладят лоб от середины к вискам),*

И брови *(указательными пальцами проводят по бровям от середины к вискам),*

Вот реснички *(указательными пальцами показывают реснички),*

Запорхали, словно птички *(дети моргают глазами),*

Розовые щечки *(ладонями гладят щеки в направлении от носа к ушам),*

Подбородок кочкой *(заканчивают начатое движение на подбородке),*

Волосы густые, как травы луговые *(пальцами обеих рук, как гребнем расчесывают волосы),*

Плечи *(дотрагиваются правой кистью до правого плеча, а левой до левого),*

Локти *(не убирая рук с плеч, выставляют вперед локти),*

И колени *(слегка наклоняются и хлопают по коленям),*

У меня, У Димы и Вилены *(выпрямляются и разводят руки в стороны, жестом показывая на других детей).*

А теперь посмотрим, что еще в нашем теле имеет важное значение.

А вот это позвоночник.

Он в скелете важный очень.

В организме он основа

И обязан быть здоровым.

Позвоночник упражняй,

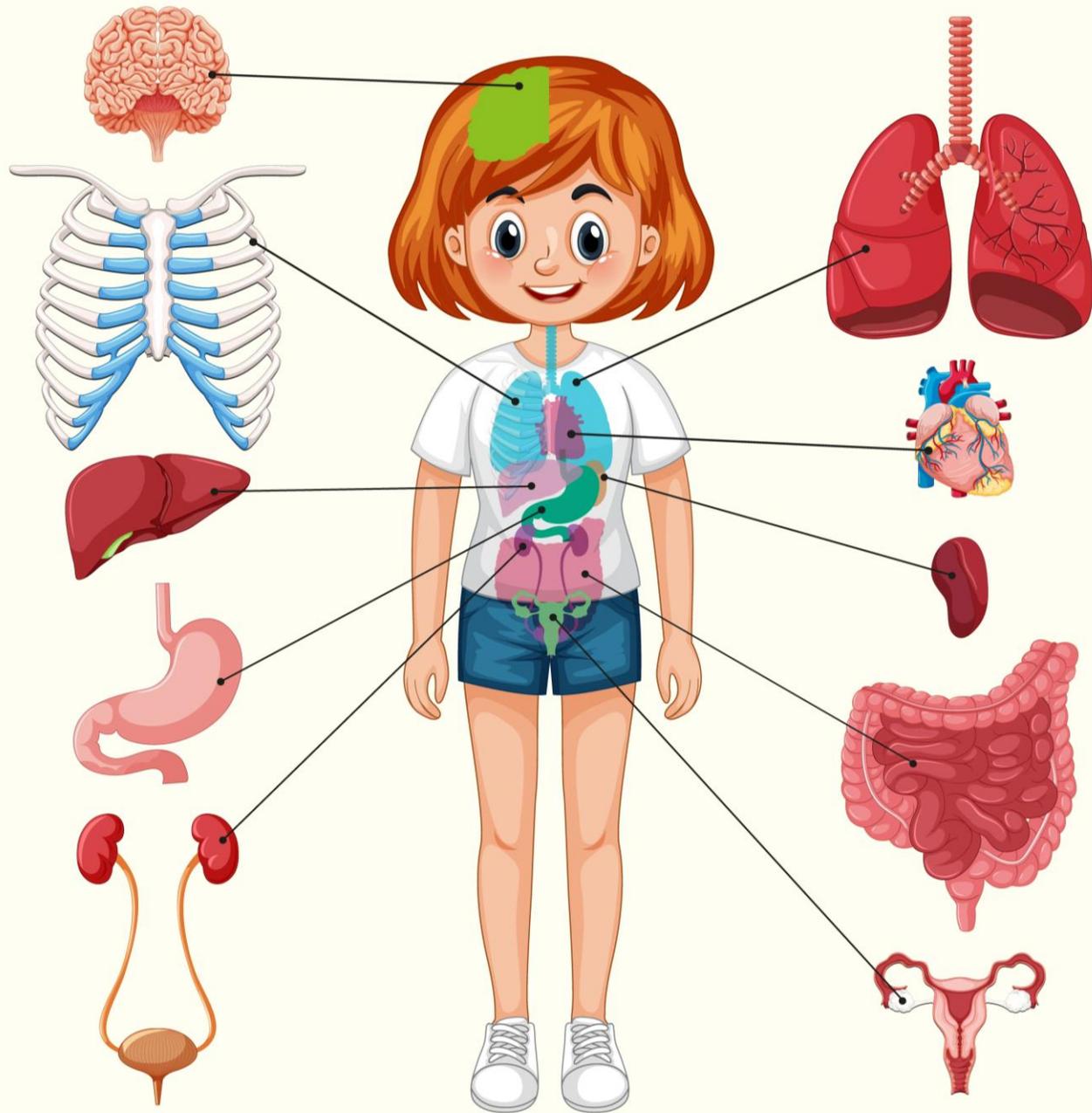
Изгибай и выпрямляй.

На позвоночнике держится все наше **тело**, благодаря ему, мы можем стоять, ходить и сидеть. А как, ребята, нам нужно сидеть, чтобы наш позвоночник всегда был здоровым. Давайте все сядем правильно. Прямой позвоночник – это наша осанка, если вы будете за ней следить, то ваше **тело** будет здоровым и красивым.



- Теперь вы видите, что человеческий организм очень сложный. Кто знает, что нужно организму? Чтобы человек был здоров, рос и развивался?
(человек должен употреблять полезные продукты, богатые витаминами)
- Да, витамины очень важны для здоровья человека.
- Назовите полезные продукты для человека?
- А какие продукты вредные?

Итог: сегодня мы с вами вспомнили, из каких частей состоит тело человека, узнали, какие внутренние органы есть у нас, что нужно делать, чтобы организм наш хорошо работал.



И/У «Назови чего у человека по два, а что по одному?»

Что это значит? Я называю орган а вы должны поднять нужную цифру.

- Сколько у человека ног? (2)
- Сколько рук? (2)
- Сколько пальцев на одной руке? (5)
- А сколько на одной ноге? (5)
- Сколько глаз? (2)
- Сколько ушей? (2)
- Сколько носов? (1)
- Сколько век (2)
- Сколько ступней? (2)
- Сколько волос? (много)