

Конспект занятия на тему: «Наше сердце»

Программное содержание:

- Познакомить детей с работой человеческого сердца, показать значение сердца для всего организма и разъяснить роль вен и артерий в работе сердечно – сосудистой системы.
- Научить находить пульс на запястье и считать удары своего сердца.
- Обучать правилам сохранения здорового сердца, вырабатывать сознательное отношение к здоровому образу жизни.
- Формировать любовь и сознательное отношение к выполнению физических упражнений для сохранения здорового сердца.
- Развивать умение логически мыслить, четко и ясно отвечать на поставленные вопросы, устанавливать логические связи.
- Развивать чувство ритма: определение метроритмических пульсаций, передачи хлопками ритма рисунка.
- Расширить словарный запас детей (кровеносные сосуды, пульс, вена).

Материалы к занятию:

Рисунок человеческой фигуры с сердцем и кровеносными сосудами - веной и артерией.

Схема – рисунок сердца и легких большого размера.

Следы красного и синего цвета.

Вырезанные из красной бумаги сердечки.

Фонендоскоп

Ход занятия:

1. Орг.момент.

Дети и воспитатель стоя в кругу, берутся за руки и передают с помощью рукопожатия доброту и тепло нашего сердца..

Воспитатель: *«Я передаю Вам свою доброту, и она от меня идёт к Ане, Саше и наконец снова возвращается ко мне. Я чувствую, что доброты, теплоты стало больше, пусть же она греет вас и не покидает».*

2. Чтение стихотворной загадки Х. Расмуссена

Воспитатель: «Ребята, сегодня у нас будет еще одно интересное занятие о нашем теле.

Послушайте стихотворную загадку Х. Расмуссена:

У меня в груди, Вот тут, Слышишь! Часики идут.

Звук их Радостен и тих. Только кто Заводит их? (Сердце).

- Молодцы! Теперь мы знаем, что это сердце. - Как врач узнает биение вашего сердца? Он слушает специальным аппаратом, Дети, посмотрите на **слайд №1**, вы видели такие слуховые трубки? Где и что ими делают? (ответы детей). - Да, эти слуховые трубки, называют – фонендоскоп, с помощью его слушают, как бьются наши сердца. Можно и просто приложить ухо к груди товарища и услышать его сердцебиение. (дети слушают сердце биение друг у друга). - Еще раз повторите, как называется этот прибор.

- Давайте послушаем, как бьются ваши сердечки. (Слушают, прислонившись ухом к спине друг друга)

- А как вы узнали, где нужно слушать биение?

- Проговорите, как оно стучит. Песенка сердца – тук-тук-тук.

- А если вы волнуетесь? «тук-тук-тук-тук»

- Если вы испугались? «тук-тук-тук-тук-тук» Поэтому и говорят «выскочит сердце от испуга».

- А теперь попробуем прохлопать, как бьется наше сердечко (дети хлопают в ладоши).

- Биение сердца еще можно определить по пульсу (воспитатель показывает как найти пульс на запястье, дети находят его и считают удары сердца). Слайд №2

3. Игра «Какое бывает сердце»

Цель: умение правильно подбирать слова – прилагательные, обозначающие определения (большое – маленькое, доброе – злое, любвеобильное, золотое, преданное, смелое, трусливое, горячее, холодное, пламенное, ледяное, ласковое и т.д.)

За каждый ответ ребенку дается **бумажное сердечко**.

- Покажите, где находится сердце. Приложите к этому месту бумажное сердечко.

Размер сердца взрослого человека, малыша и старого человека разный. Сожмите кулачек. Вот такого размера ваше сердечко.

4. Работа сердца(с показом на слайде).

- Как работает сердце? (Сжимается и разжимается.) Сожмите свои кулачки! Сейчас мы вместе попробуем воспроизвести работу сердца, выдавливая из кулачка воздух. Ритмично будем сжимать кулачки сильнее и чуть отпускать. (10—15 раз). Устали? А сердечко продолжает работать. Даже когда мы спим! Слайд №3

- А почему мы с вами его не видим как, например, рот, нос, глаза? Его защищает грудная клетка, мышцы, кожа. Нащупайте у себя грудную клетку – это наши ребра, они охраняют сердце (показать на плакате). Слайд №4

- Несмотря на небольшой размер нашего сердца, оно работает днем и ночью. Что случится, если оно перестанет биться?

- Мы должны сердце беречь, заботиться о его состоянии. Давайте вместе подумаем, какие правила надо соблюдать, чтобы сердце не болело и работало дольше. (Дети высказывают свои предположения, а воспитатель записывает). Вот мы и составили **правила здорового сердца:**

1. Не переутомляться, Стараться вести себя спокойно, чтобы не волновать себя и окружающих.
2. Спать днем. Следить за своим здоровьем, не подвергать опасности свой
3. Вечером вовремя ложиться спать
4. Правильно питаться, чтобы организму хватало разных питательных веществ
5. Тренировать сердце, занимаясь физкультурой. (бегать, прыгать, выполнять физические упражнения, закаляться)

- Сейчас мы с вами потренируем свое сердце.

5. Физкультминутка

Облачко солнышко закрыло,

Слезки серебряные обронило.

Мы те слезки будем искать,

В травке будем собирать.

Попрыгаем, как зайчата,

Полетаем, как птички.

Потанцуем еще немного,

Чтобы отдохнули ножки, ручки

- Молодцы, а теперь, проверти свой пульс. Какой он спокойный или учащенный?

6. Дыхательное упражнение

- Давайте сделаем дыхательное упражнение, чтобы сердце успокоилось, и сядем на стульчики.

- Сожмите кулачек, разожмите, сожмите, разожмите. Вот так, как насос, никогда не останавливаясь, работает наше сердце, перекачивая кровь. Кровь должна поступать к каждой клеточке нашего организма. Течет кровь по большим и маленьким трубочкам. Большие трубочки называются артерии и вены, а маленькие капилляры. Давайте посмотрим на рисунок.

Слайд №5.

7. Схема кровообращения.

Красным цветом нарисованы артерии по ним кровь течет от сердца, а синим – вены по ним кровь возвращается к сердцу. Давайте сделаем макет, чтобы лучше понять, как кровь движется в нашем организме (воспитатель кладет на пол бумажные сердце и легкие).

- Это наше сердце и легкие. Из сердца кровь течет по артериям (выкладывает красные следы) раздает каждой клеточке питательные вещества и кислород и забирает у них углекислый газ. Насыщенная углекислым газом кровь по венам (сини следы) возвращается к сердцу.

- Как вы думаете, где кровь может взять новую порцию кислорода?

Правильно в легких потому, что мы вдыхаем кислород. Поэтому, вернувшись в сердце кровь, оно перекачивает сначала в легкие, где она отдает углекислый газ (мы его выдыхаем), забирает кислород и поступает опять в сердце. И начинается новое путешествие крови по нашему организму (предложить 2-3 детям пройти по следам путь крови). Получается как бы два круга кровообращения большой и маленький. Так, ни на миг не останавливаясь, трудится наше сердце.

Итог занятия.

- Теперь вы знаете, как работает сердце и как движется кровь в нашем организме, и почему важно иметь здоровое сердце. Давайте вспомним, что для этого нужно делать (дети называют правила здорового сердца).

- Что бы вы могли рассказать своим родным о сердце?

- Что бы посоветовали своим папам и мамам?

- Молодцы. Теперь все желающие могут «пройти» путь нашего кровообращения.

Рефлексия: (раздается спокойная музыка, дети закрывают глаза слушают музыку)

В конце занятия воспитатель дарит детям медальоны в форме сердца.

