

## Беседа: «Что я знаю о себе?»

**Цель:** Формирование у детей знаний о внутреннем строении человека.

**Задачи:** Закреплять знания детей об основных органах человеческого организма (мозг, сердце, легкие, желудок) их расположением и функциями. Формировать умения детей опытным путем подтверждать полученные знания (в ходе простых экспериментов). Вызвать у детей желание больше узнать о своем организме. Развивать мышление, мелкую и общую моторику. Воспитывать стремление вести здоровый образ жизни.

**Словарный работа:** объем легких, грудная клетка, внутренние (органы), перегоняет (кровь).

**Методические приемы:** беседа, вопросы к детям, использование наглядного материала, игровая деятельность.

**Материалы и оборудование:** плакат «Организм человека», карточки-игра «Повтори за мной», воздушные шарики на каждого ребёнка, банка с водой, соль, сахар, хлеб.

### Ход мероприятия:

**Воспитатель:** Дети, нам сегодня по почте пришло письмо от Нолика и Симки. Давайте прочитаем. (*читаем письмо*)

**Нолик:** Здравствуйте ребята! Со мной случилось недоразумение. Я поспорил с Симкой, какой орган в нашем организме главнее всего! Я говорю – мозг, Симка говорит – сердце. А тут ещё к нам подбежали другие Фиксики и стали называть остальные органы. Помогите мне, скажите какой орган самый главный?

**Воспитатель:** Как нам быть? Давайте им расскажем.

-Посмотрите, что вы видите на картинке?

**Дети:** Фигура человека.

**Воспитатель:** Правильно, фигура человека. Каждый человек должен знать строение своего тела, ведь это поможет ему быть здоровым. Вы уже знаете, из каких частей состоит тело человека. Но это то, что мы видим, а ведь внутри нашего тела много разных органов. Их мы не видим, но, благодаря им, мы живем, дышим, думаем, едим и многое другое, с некоторыми органами, вы уже знакомы, а вот как они работают, узнаем в специальной лаборатории.

Чтобы туда попасть, нам нужно сказать слова:

1,2, 3 повернись,

В лаборатории очутись.

Вот мы с вами оказались в лаборатории.

- Отгадайте загадку:

Он всё запоминает,

Смотреть, слушать, говорить,

Видеть помогает,

Работой всего нашего организма управляет. ( **Мозг**) (*картинка* )

**Воспитатель:** Посмотрите, пожалуйста на картинку, что вы видите?

(*Ответы детей*)

- На что он похож этот орган? (ответы детей 4-5 детей)

- Головной мозг является нашим центральным компьютером. Как вы это понимаете? (Ответы)

- Мозг как начальник над всеми органами, он все знает и за все отвечает. В него, как по проводам, приходят сигналы из внешнего мира, а он отдает приказы всему организму, как реагировать на эти сигналы. Мозг помогает человеку быть человеком. Думать. Ходить. Делать разную работу.

Наш мозг отдыхает ночью, когда мы спим. Но отдыхает не весь мозг, есть у него дежурные клеточки, которые работают даже ночью. Мозг очень хрупкий. Хорошо, что твердый череп надежно защищает мозг от повреждений. Но все-таки старайтесь не ударяться головой. От сильного удара бывает сотрясение мозга. Мозг очень важен.

- Хотите это проверить? Мы поиграем в игру «Покажи правильно».

- Какой можем сделать вывод? (**Мозг важный орган, он управляет нашим организмом**)

**Воспитатель:** Отгадайте загадку

День и ночь стучит оно,

Словно бы заведено.

Будет плохо, если вдруг

Прекратится этот стук. (**Сердце**) (картинка)

Обратите внимание на картинку и покажите, где в нашем организме располагается сердце.

Находится сердце в центре груди, почти посередине, а размером с кулак.

Сложите руку в кулак и приложите к центру груди, чуть левее. Его защищает грудная клетка. Вот примерно такого размера ваше сердце. А теперь сжимайте и слегка разжимайте кулак - так работает сердце: когда оно разжимается, то толкает кровь. А вы слышите стук сердца.

По всему телу течет кровь по разным сосудам. **Главная задача крови - доставить кислород во все органы нашего тела.** А перегоняет кровь, помогает ей двигаться очень важный орган - сердце. Оно как насос. Сердце работает постоянно, даже когда человек спит.

- Какого цвета наша кровь?- Как вы узнали об этом?- Когда у вас из ранки течет кровь, то взрослые спешат обработать ранку и остановить кровь. - У вас такое случалось? - При помощи каких средств можно остановить кровь? (Ответы детей). Это очень важно, так как терять кровь очень опасно. Сердце нужно беречь. Но если человек решит все время лежать и ничего не делать, чтобы поберечь сердце, то очень сильно ошибется и только навредит своему сердцу.- В чём будет выражаться вред?

Сердце нужно тренировать, заниматься физкультурой. Когда бегаешь, сердце быстрее работает. Стучит и качает кровь.

**Эксперимент:**

- Как можно это доказать? (ответы детей)

- Приложите ладонь к сердцу и прислушайтесь. А теперь выполним упражнения:

«Поможем нашему сердцу»

1. Тихо-тихо мы подышим, сердце мы свое услышим.

2. Сердцу нужен кислород, руки вверх потом вперед.

3. Чтобы быть здоровыми, надо спортом заниматься, вправо – влево наклоняться.

4. А теперь мы приседаем - сердцу сами помогаем.

5. Раз прыжок, два прыжок, мы потрудимся дружок.

Теперь снова приложите руку к сердцу. Что изменилось? Сердце забилося сильнее.

- Какой можно сделать вывод? (**сердце важный орган, оно работает всегда, его нужно тренировать**)

### **Картинка - Легкие**

*Воспитатель глубоко дышит.*

- Объясните, что я делаю? Какой орган помогает нам дышать? (Лёгкие)

- Что вы можете о нём рассказать? (рассказы 2-3 детей)

**Воспитатель:**

- Давайте попробуем на несколько секунд задержать дыхание.

- Покажи Алена, как ты это сделаешь?

- Не получается? Может у вас дети получится?

Дети: - Нет.

**Воспитатель:**

- Почему? Какой мы можем сделать из этого вывод? (Ответы детей)

**Воспитатель: - Значит, человек не может прожить без воздуха.** Задержав дыхание, воздух в легкие не попадает, и мы начинаем задыхаться.

**Опыт.** И сделаем мы это с помощью воздушного шарика (наберите как можно больше воздуха в лёгкие, а теперь, выдохните его в шарик за один раз) Если человек ведет здоровый образ жизни, правильно питается, занимается физкультурой, то и объем легких у него больше.

Посмотрите, как по-разному надулись ваши шарики. Сейчас мы будем надувать и сдувать шарики, вот так работают наши легкие, они постоянно трудятся, даже когда мы спим.

**Воспитатель: - Всегда ли мы дышим одинаково? ( Ответы детей)**

- Когда бегаем, как мы дышим?

- Когда мы спокойны или спим?

- Как вы думаете, что полезно нашим легким? (Ответы детей)

- Каждый в ответе за чистую окружающую среду, но случается, что недобросовестные люди на заводах и фабриках, выбрасывают в атмосферу вредные вещества, которые плохо сказываются на здоровье человека.

- Всем необходимо знать:

Очень полезно для здоровья легких делать специальные упражнения на дыхание.

Какой мы сделали вывод?( **Легкие важный орган, человек не может жить без воздуха, необходимо заботиться о легких, дышать чистым воздухом**)

**Воспитатель:** отгадайте следующую загадку

Висит мешочек небольшой

- То полный, то пустой.

В него вагончики бегут,

Пищу, жидкости везут.

Кипит работа целый день,

Нам помогать ему не лень.

Готовит пищу, нас питает,

А что не нужно – выгоняет.( **Желудок**) (картинка)

**Воспитатель:** На что похож желудок? (Ответы детей)

Желудок, как кастрюля внутри нас — туда попадает вся пища, и он ее переваривает. Пройдем в нашу лабораторию.

**ОПЫТ:** Берется банка с водой, соль, кусочки сахара и хлеба

Представьте, что банка желудок, вода – желудочный сок. Глядя на предметы, приготовленные на столе, как можно определить, что желудочный сок растворяет все, что попадает в желудок? (Ответы детей)

Опустим в «желудок» сахар, соль, кусочек хлеба. Что произошло с этими продуктами? (Ответы детей)

- Очень не любит желудок, когда мы наедаемся сверх меры, он не успевает справиться с большим количеством еды и у нас начинает болеть живот.

Напомним правила здорового питания: (Ответы детей)

**Воспитатель:** - Что относится к полезным продуктам. (Ответы детей)

**Воспитатель:** - Дети, но есть еще и вредная еда. Она вредит нашему здоровью. Назовите, пожалуйста, эти вредные продукты.

Дети: Чипсы, сухарики, лимонад, жевательные резинки, конфеты.

**Воспитатель:** - Как вы думаете, что происходит с нашим организмом, когда мы употребляем вредные продукты?

Дети: - Начинают болеть зубы, желудок, живот, начинается аллергия.

**Воспитатель:** - Были ли с вами такие случаи?

Какой мы можем сделать вывод? (**желудок важный орган, его надо беречь – правильно питаться, есть полезные продукты, не перегружать желудок**)

Наши эксперименты в лаборатории подошли к концу и нам пора возвращаться обратно в детский сад.

Для этого встанем в круг и скажем волшебные слова.

1,2,3, повернись

В детском саду очутись!

Проверить наши полученные знания поможет игра «На что это похоже предметы в волшебном мешочке?» (в мешочке – грецкий орех, 2 воздушных шарика, насос, кастрюлька)

Какой орган самый главный?

Дети: Все нам органы нужны, все нам органы важны!

Как мы сообщим Фиксикам о наших исследованиях? (Ответы детей)

**Воспитатель** Здоровье это ценность и богатство,

Здоровьем людям надо дорожить!

Есть правильно и спортом заниматься,

И закаляться, и с зарядкою дружить!