**Программные задачи**

Дать детям представления о строении собственного тела, расширять представления о своем организме, о его строении.

Побуждать детей к высказыванию. Закреплять навык правильного построения и употребления сложноподчиненных предложений.

Расширять знания дошкольников о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.

Воспитывать желание быть красивыми и здоровыми.

**Словарная работа**

Уточнять и закреплять

Существительные: плечи, стопа, легкие, почки, кишечник, желудок, пищевод, организм, объем легких, грудная клетка.

Прилагательные: внутренние органы, важный орган.

Глаголы: очищают кровь, перегоняет кровь.

Методические приемы

беседа, вопросы к детям, использование наглядного материала, игры, заучивание, чтение, побуждение к ответам, поощрение.

**Материалы**

схема тела человека, схема строения тела человека с внутренними органами (на каждого ребенка, предметные картинки – продукты, игра «Часть – целое».

**Предварительная работа**

Рассматривание иллюстративного материала об организме человека, плакатов, схем; чтение энциклопедической литературы, загадывание загадок; беседы о строении тела, об организме, о пользе здорового питания; проведение упражнений, дидактических игр.

**Ход занятия**

Воспитатель.

Высокие, низкие, далекие, близкие,

Гиганты, гномы, малыши,

Слабыши и крепыши,

Блондины, брюнеты, шатены,

И всякие аборигены,

И папы, и мамы, и дети –

Роднее их не на свете.

Все вроде разные на вид,

Но есть у каждого – руки, и ноги, и рот,

Два уха, два глаза и нос.

Но какими бы мы ни были разными, все равно похожи своим

телосложением. Ребята давайте вспомним еще раз, из каких частей состоит тело

человека. Ребенок говорит слова и показывает названную часть туловища

на схеме «Тело человека».

Быть у каждого должна

Очень "умной" голова.

Я верчу ей как умею

Голова сидит на шее.

Животик, спинка, грудь,

Их вместе всех зовут – туловище.

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.

Воспитатель. Какие части туловища вы не назвали?

Дети. Плечи, таз, бедро, стопа.

Воспитатель. Молодцы хорошо вы знаете строение тела человека.

А можете ли вы на ощупь найти названную часть тела?

Игра «Найди на ощупь названную часть тела».

Дети становятся парами, одному ребенку из пары закрывают глаза, и он должен найти названную педагогом часть тела. Потом дети меняются местами.

Воспитатель. Хорошо и с этим заданием вы справились.

Воспитатель. Есть четыре помощника на службе у тебя,

Не замечая, их используешь шутя:

Глаза тебе даны, чтоб видеть,

А уши служат, чтобы слышать,

Язык во рту, чтоб вкус понять,

А носик – запах различать.

Игра «Часть и целое»

(Целое – лицо человека (в кругу). Части – лепестки (ухо, рот, нос, глаз, выкладывают в виде цветка) .

Воспитатель. А сейчас мы отдохнем и опять играть начнем.

Физминутка

Живут мальчики – веселые пальчики.

Озорные ножки ходят по дорожке.

Шея крутит головою,

Повторяйте все за мною.

Вправо, влево оборотик,

Покажите мне животик.

Наше тело подтянулось

И вперед слегка нагнулось.

Как березонька стройна

Стала ровною спина.

А теперь все подтянулись

И друг другу улыбнулись.

Воспитатель. Знать строение нашего тела, значит знать самих себя. Чем больше вы узнаете о себе, тем лучше. Внутри тела находятся органы, которые помогают человеку, расти и развиваться.

Ребята положите руку на грудную клетку, как я. Давайте тихонечко

посидим и прислушаемся к себе. Чувствуете, как внутри что-то стучит?

Дети. Да.

Воспитатель. Что же это такое?

Дети. Это сердце. Сердце очень важный орган.

Дети. Правильно. Увидеть его мы не можем, но можем услышать, если приложим руку к грудной клетке, как только что сделали.

Воспитатель. Как выглядит сердце?

(ребенок показывает на схеме орган – сердце)

Воспитатель. Сердце человека размером чуть больше его кулака. Сожмите свой кулачок, и мы увидим, у кого какое сердце.

Ребята расскажите, как работает сердце?

Дети. Сердце работает и днем, и ночью без отдыха. Оно как насос перегоняет кровь по всему организму.

Тук, тук, тук

Стучит сердечко,

Точно также,

Как мотор.

Если так стучит сердечко,

Значит, человек здоров.

Воспитатель. Да сердце важный орган.

А теперь замрем и прислушаемся к своему организму. Что еще вы чувствуете и слышите.

Дети. Мы слышим свое дыхание.

Воспитатель. У человека есть еще один важный орган, который, как и сердце работает без перерыва.

Что это за орган?

Дети. Это легкие у человека их два. (Показывают на схеме)

Воспитатель. Может ли человек прожить без дыхания?

Давайте попробуем, на несколько секунд задержать дыхание.

Не получается. Значит, человек не может жить без дыхания.

Ребята во время вдоха мы вдыхаем определенное количество воздуха.

У всех оно разное и зависит от объема легких. У взрослых он больше, а у детей меньше.

Хотите посмотреть какой объем легких у вас.

В этом нам поможет воздушный шарик. Наберите побольше воздуха

в легкие, а затем выдохните его в воздушный шарик и сразу зажмите.

(Дети выполняют задание)

Теперь мы знаем у кого какой объем легких.

Воспитатель. Чтобы организм человека хорошо работал, все должны питаться.

Каждый день человек употребляет пищу.

Из тарелки пища попадает в ложку и отправляется в рот. Отсюда

и начинается удивительное путешествие пищи.

Кто мне расскажет об этом путешествии.

Дети. Во рту есть зубы. Они измельчают и перетирают пищу на мелкие

кусочки. Слюна смачивает пищу, чтобы она легче прошла свой

дальнейший путь, по пищеводу в желудок.

Воспитатель. Верно. А как выглядит желудок?

(дети показывают на схеме орган – желудок)

Воспитатель. Правильно. В желудке пища переваривается и превращается в

питательные вещества, полезные нашему телу. Из желудка пища

попадает в кишечник, откуда в виде остатков естественным образом

выходит наружу.

Есть в нашем организме еще много органов и один из них это почки.

(ребенок на схеме показывает орган – почки)

Дети. У человека две почки.

Воспитатель. Для чего человеку нужны почки?

Дети. Почки очищают кровь.

Воспитатель. Правильно.

Сейчас я вам предлагаю сесть за стол и найти каждому органу

свое место.

Дети выкладывают органы внутри контура человека (сердце,

легкие, желудок, кишечник, почки) .

Воспитатель. Теперь вы видите, что человеческий организм очень сложный

и все в нем взаимосвязано.

Воспитатель. Кто знает, что нужно организму, чтобы человек был здоров,

рос и развивался.

Дети. Человек должен употреблять полезные продукты, в которых

содержатся разные витамины.

Воспитатель. Витамины очень важны для здоровья. Их очень много, но самые

главные – это витамины А, В, С, Д.

(Детям дается рисунок тела человека. Вокруг расположены буквы – обозначающие витамины, содержащиеся в продуктах. От каждого витамина к определенному органу проходит линия лабиринта) .

Воспитатель. Проведите дорожки лабиринта, и вы узнаете какой витамин,

больше влияет на тот или иной орган.

Дети проводят линии

Витамин А – зрение.

Витамин В – сердце.

Витамин С – органы дыхания.

Витамин D – скелет.

Воспитатель. Давайте сделаем витаминную таблицу. Отберем картинки с продуктами, в которых содержатся основные витамины необходимые организму человека.

В каких продуктах содержится витамин А?

(Дети выбирают нужные картинки)

В каких продуктах содержится витамин В?

(Дети выбирают нужные картинки)

В каких продуктах содержится витамин С?

(Дети выбирают нужные картинки)

В каких продуктах содержится витамин D?

(Дети выбирают нужные картинки)

Воспитатель. Расскажите еще раз, какие продукты необходимо употреблять

Дети. Помни истину простую –

Лучше видит только тот,

Кто жует морковь сырую

Или сок черничный пьет.

Очень важно спозаранку

Есть за завтраком овсянку.

Черный хлеб полезен нам,

И не только по утрам.

Рыбий жир всего полезней

Хоть противный – надо пить

Он спасает от болезней,

Без болезней – лучше жить!

От простуды и ангины

Помогают апельсины,

Ну а лучше съесть лимон

Хоть и очень кислый он.

Никогда не унываю

И улыбка на лице

Потому что принимаю

Витамины А, В, С, Д.

Воспитатель. Теперь вы всегда будете знать, какие продукты лучше всего употреблять.

И сегодня я вам принесла вкусную морковь.