НОД ПО ОБЖ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ «КАК ДВИЖУТСЯ ЧАСТИ ТЕЛА?»

 Цель:

 1.Познакомить детей с назначением мышц, костей, суставов.

 2.Показать роль мышц, костей, суставов в строении тела человека.

 3.Рассмотреть возможность движения различных частей тела.

 Материал:

 Карточки- мышечная система человека, костная система человека;

 Резиночки по количеству детей.

 Деревянный манекен с движущимися частями тела человека.

 Цветные карандаши, тетрадь2 по ОБЖ.

 Краткий ход:

 Первая часть. Рассказ воспитателя и рассматривание карточек на доске.

 -КОСТИ и МЫШЦЫ имеют важное значение, определяют форму тела человека;

 -все движения( бег,прыжки,ходьба,дыхание) возможны благодаря работе мышц;

 Представьте множество «резиночек», которые укорачиваются, удлиняются,

 Заставляют двигаться тело человека. Д/У «растягивание резиночек».

 -МЫШЦЫ прикреплены к КОСТЯМ; место, где кости соединяются друг с другом,

 Называют СУСТАВАМИ.

 -В нашем теле много костей: маленьких и больших. Самые крепкие- КОСТИ НОГ.

 Посередине спины находится ПОЗВОНОЧНИК, сверху он держит голову, а внизу-

 Бёдра. На позвоночник крепится ГРУДНАЯ КЛЕТКА, которая защищает сердце и

 Лёгкие. РУКИ отходят от плечей, как ветки дерева от ствола.

 Вторая часть. Рассматривание манекена и частей тела ребёнка.

 -показать на манекене и пощупать свои руки, ноги, почувствовать твёрдые кости;

 -сравнить руки и ноги- что длиннее и толще;

 -рассмотреть руку, согнуть и разогнуть пальцы;

 -найти посередине спины позвоночник.

 ФИЗКУЛЬТМИНУТКА «Выше руки, шире плечи, раз, два, три, дыши ровней –

 От зарядки станешь крепче, станешь крепче и сильней!»

 Обратить внимание детей на то, какие части тела движутся. Сгибание рук, ног,

 Повороты головы в разные стороны; наклоны туловища вперёд, в стороны,

 Встать на носки, сделать ласточку. Какие части тела движутся, где сгибаются?

 Где находятся суставы на ноге, на руке, предложить сосчитать их.

 Д/У «Сгибание и разгибание рук-ног на манекене».

 Третья часть. Работа в тетради.

 -что делают девочки и мальчики на рисунке;

 -обвести кружочками любого цвета подвижные части тела;

 -обрисовать свою ладошку, каждый палец;

 -обозначить чёрточками те места, где руки и пальцы сгибаются(суставы).

 Четвёртая часть. ТРЕНИНГ.

 Важнейшее значение для красоты тела и здоровья имеет осанка. Некоторые

 Не следят за собой, не держат спину прямо, сутулятся при чтении, рисовании,

 Ходят сгорбившись, шаркают ногами. Чтобы быть красивым и здоровым,

 Нужно с детства следить за своей осанкой. Поддерживать правильную осанку

 помогают занятия физкультурой и спортом. Показать картинки.

 ТРЕНИНГ. Предложить детям встать в круг, попросить всех выпрямиться и

 Продемонстрировать красивую осанку, запомнить это положение и всегда

 При ходьбе, и сидя следить, чтобы спина была прямая, а голова гордо поднята.

 Повторение речёвки «Спину правильно держу, с физкультурой я дружу,

 Марширую на парад, быть здоровым очень рад!». МОЛОДЦЫ!.