***Отдел образования Администрации Ковернинского района***

***МДОУ детский сад «Солнышко» д.Сёмино***

 

 **Автор:**

**Красильникова Надежда Ивановна,**

**Воспитатель II квалификационной**

 **категории**

**д.Сёмино**

**2014г**

**Введение.**

Что такое здравствуй?

Лучшее из слов,

Потому что «здравствуй»

Значит, будь здоров.

Правило запомни,

Знаешь - повтори:

Старшим это слово

Первым говори.

М. Дружинина.

 Насколько бы ни был богат человек, самым ценным и дорогим для него является здоровье. С возрастом эта ценность все больше возрастает. А в детстве ребенок об этом еще и не задумывается. Играя в разного рода компьютерные игры, которые плотно вошли в нашу жизнь, не всегда принося положительные моменты, у ребенка формируется такое понятие, что у него несколько жизней, как у героя игры. А в реальности жизнь дана нам одна, в течении нее мы поменяем не одну пару обуви, сменим не один комплект одежды, но ноги, руки, голова и т.д. даны нам одни на всю жизнь.

 Здоровый человек редко задумывается над тем, что такое здоровье. Кажется, что ты здоров и всегда будешь таким, и не стоит об этом беспокоиться. Между тем здоровье – это одна из главных ценностей человеческой жизни, источник радости.

 Хорошее здоровье, полученное в детстве, служит фундаментом для общего развития человека. Поэтому, обучение дошкольников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства, сохранение и укрепление здоровья – актуальная задача современного образования.

 Порой бывает трудно убедить ребенка, не есть снег, мыть руки перед едой, хорошо пережевывать пищу, а не заглатывать ее целиком, чистить зубы, не смотреть долго телевизор и т.д. Ребенку еще очень сложно установить взаимосвязь между болезнью и ее причинами. Медленность и долгая не очередность обратных связей – одна из главных причин негигиенического поведения людей, пренебрежения здоровым образом жизни. Ребенок не ощущает своего здоровья, не знает предела его резервов, уровня качества и заботу о нем откладывает на потом.

 Как бы много воспитатели и родители ни делали для здоровья наших детей, результат будет недостаточен, если к этому процессу не подключить самого ребенка. И пусть он еще мал. Он может многое сделать для себя самого, нужно только научить его этому.

 Мало научить ребенка чистить зубы утром и вечером, делать зарядку и есть здоровую пищу. Необходимо с раннего детства «пропитать» его знаниями о ценности здоровья, о любви к себе, к людям, к жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров. Ребенок должен знать, что такое здоровье и что такое болезнь. Необходимо объяснять детям, что здоровье – это одна из главных ценностей жизни, поэтому каждый должен думать о своем здоровье, знать свое тело, научиться заботиться о нем, не вредить своему организму.

 Вопрос об обучении ребенка сознательному отношению к своему здоровью – важная проблема. Для ее решения необходима работа со стороны взрослых по ознакомлению детей со своим телом, организмом, его возможностями и особенностями функционирования. При этом не предполагается подробное изучение с детьми курса анатомии и физиологии человека. Главная задача – поддержать имеющийся у детей интерес к собственному телу, его строению и функционированию, научить их помогать себе, бережно относится к своему организму и здоровью. Важно учить ребенка любить себя, свое тело, воспитывать в нем оптимистическое само – и мироощущение, что обеспечит более легкое, безболезненное вхождение ребенка в социум и, как следствие, высокую жизненную активность. В современной ситуации ребенка следует ставить в позицию субъекта, творца собственной жизни, хранителя своего здоровья.

 На колонне при входе к храму Апполона в г. Дельфах, которая в Греции, выбита надпись «познай себя». Эти слова были лозунгом целого философского учения, которое основывалось на воображении о том, что познание окружающего мира происходит через познание себя, своих возможностей и стремлений. Это учение древнегреческих философов сегодня можно трактовать так: для проникновения в тайны природы и окружающего мира большое значение имеет самопознание. Известный древнегреческий мыслитель Сократ считал, что люди, которые познают себя, делают много доброго и получают численные положительные результаты. И наоборот, тот кто себя не знает, испытывает много неприятностей и неудач

**Пояснительная записка.**

 Знания, которые дети получают в процессе данной программы, о человеческом организме соответствуют интеллектуальным возможностям детей среднего и старшего возраста, конкретности их мышления, большой опоре на наглядность, чувства, ощущения при изучении нового.

 Основная (информативная, теоретическая) часть программы включена в занятия область познание, ознакомление с окружающим. Это может быть как отдельное занятие или как часть его, так как данное направление программы переплетается с программой «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы.

 Все предлагаемое содержание занятий и игр направлено на привлечение внимания ребенка к своему телу, пробуждение интереса к дальнейшему самопознанию, усиление положительной мотивации к изучению себя и другого, понимание зависимости между состоянием организма и жизнью человека (т. е. нести в себе информативную, эмоциогенную и побудительную функции).

 Программа ознакомления с человеческим организмом включает в себя следующие компоненты:

**Ценностный** – формирование ценностного отношения к человеческой жизни, ответственности за свою жизнь, уважения к чужой жизни и здоровью, мотивационно-потребностной сферы;

**Гностический** – специально отобранный и адаптированный к восприятию средними и старшими дошкольниками объём медицинских знаний : анатомо-физиологических, санитарно-гигиенических;

**Развивающий** – формирование у ребенка активной позиции, направленной на саморазвитие (на здоровье, счастливую жизнь);

**Практический** – практическое осуществление и применение познанного.

 При этом содержание разделов строится на **принципах**:

 **научности** – предлагаемое содержание соответствует современному представлению об анатомо-физиологическом строении организма человека;

 **реалистичности и доступности** – предлагаемый объём представлений адаптирован к восприятию его детьми среднего и старшего дошкольного возраста и соответствует их возрастным возможностям усвоения знаний; не должно быть излишней упрощённости или усложнённости, перегруженности медицинскими терминами и анатомо-физиологическими подробностями (но без искажения сути процесса, деятельности);

 **ценностного отношения к жизни и здоровью** – весь материал должен внушать, доводить до сознания детей, что жизнь и здоровье – это огромная ценность и относиться к ней надо с умом, уважением и трепетом, что от состояния здоровья зависит вся жизнь человека, что здоровый образ жизни – необходимое условие человеческого существования;

 **деловитости и занимательности** – предлагаемый материал должен нести занимательное начало, быть игровым или с элементами игры, сюрприза; нести в себе деловую информацию, вызывать потребность в практической деятельности;

 **личностно ориентированного подхода и жизненной направленности** – основное внимание уделяется личностному развитию воспитанника, воспитанию направленности на сохранение долгой, здоровой, полноценной жизни, а не на болезнь и пессимизм;

 **развивающего обучения** – развивать личность творца собственной жизни;

 **исследовательского познания** – постановка ребенка в активную позицию исследователя.

**Основные положения построения педагогического процесса**:

1.Наличие различных видов деятельности и их взаимосвязь.

2. Разнообразие форм работы с детьми (индивидуальные, общегрупповые, подгрупповые).

3. «Сгущенность» познавательного материала.

4. Игровой характер работы с детьми.

5. Эмоциональная насыщенность педагогического процесса.

6. Связь теории с практикой: практические методы овладения навыками ухода за своим телом, наблюдение, самонаблюдение, экспериментирование.

7. Рациональное распределение учебного материала в соответствии с психофизиологическими особенностями, познавательными возможностями, изменением уровня работоспособности детей в различное время дня.

 Реализация данного материала может органично включаться в педагогический процесс: в занятия познавательного цикла, физкультурные занятия, физические упражнения, игры, труд, режимные процессы, свободную деятельность, развлечения, досуги и т. д.

 Основная (информативная) часть программы включена в занятия, которые предусмотрены по каждому разделу. Такая форма преподнесения материала обусловлена его объёмностью и новизной. Игровая организация детей помогает им легко войти в предлагаемую ситуацию и сохранить высокий познавательный интерес. Также по каждому разделу предусмотрен большой комплекс других мероприятий: дополнительные занятия для детей, проявивших повышенный интерес (индивидуально и в подгруппах), рассказы, познавательные, эвристические беседы, дидактические, сюжетно-ролевые, подвижные игры, чтение специально отобранной художественной литературы, трудовые поручения, продуктивная деятельность, различные праздники, досуги и т. д. При усвоении материала о человеческом организме предпочтение отдаётся поисково-экспериментальным, продуктивным, игровым, проблемным методам, наблюдению за собой и за другими, практическим методам овладения навыками ухода за своим телом.

 Воспитательно-образовательная работа проводится в тесном сотрудничестве членов педагогического коллектива: воспитателей, помощников воспитателей, музыкального руководителя, медсестры, руководства дошкольного образовательного учреждения и родителей.

**Цель** : формировать у ребенка мотивы самосохранения, воспитать привычку думать и заботиться о своем здоровье.

 **Задачи**:1. Вызвать у детей адекватные представления об организме человека (о строении собственного тела);

 2.Создать у ребенка целостное представление о своем теле;

 3. Научить «слушать» и «слышать» свой организм;

 4.Помочь осознать самоценность своей и ценность жизни другого человека;

 5.Формировать потребность в физическом и нравственном самосовершенствовании, в здоровом образе жизни;

 6.Прививать навыки профилактики и гигиены, развивать умение предвидеть возможные опасные для жизни последствия своих поступков для себя и своих сверстников.

 7.Развивать охранительное самосознание, оптимистическое миро- и самоощущение; воспитывать уважение к жизни другого человека, умение сочувствовать, сопереживать чужой боли.

**Учебно - тематический план обучения (старшая группа).**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел и темы | Всего минут | Теория | Практика |
|  | **Части тела** |  |  |  |
| 1 | Тело человека | 25 | 15 | 10 |
| 2 | Какими бывают люди? | 25 | 15 | 10 |
| 3 | Мы растем и развиваемся | 25 | 15 | 10 |
| 4 | Клетки тела человека | 25 | 15 | 10 |
| 5 | Голова и шея | 25 | 15 | 10 |
| 6 | Лицо | 25 | 15 | 10 |
| 7 | Руки – верхние конечности | 25 | 15 | 10 |
| 8 | Ноги – нижние конечности | 25 | 15 | 10 |
| 9 | Что такое плоскостопие | 25 | 15 | 10 |
| 10 | Туловище | 25 | 15 | 10 |
| 11 | Правильная осанка | 25 | 15 | 10 |
|  | **Органы чувств** |  |  |  |
| 12 | Глаза – орган зрения | 25 | 15 | 10 |
| 13 | Уши – орган слуха | 25 | 15 | 10 |
| 14 | Нос – орган обоняния | 25 | 15 | 10 |
| 15 | Язык – орган вкуса | 25 | 15 | 10 |
| 16 | Кожа – орган осязания | 25 | 15 | 10 |
|  | **Внутренние органы** |  |  |  |
| 17 | Скелет | 25 | 15 | 10 |
| 18 | Суставы или соединения костей | 25 | 15 | 10 |
| 19 | Мышцы | 25 | 15 | 10 |
| 20 | Мозг и нервная система | 25 | 15 | 10 |
| 21 | Сердце и кровеносная система | 25 | 15 | 10 |
| 22 | Легкие и органы дыхания | 25 | 15 | 10 |
| 23 | Желудок и система пищеварения | 25 | 15 | 10 |
|  | **Навыки здоровья** |  |  |  |
| 24 | Рот и зубы. | 25 | 15 | 10 |
| 25 | Как ухаживать за полостью рта | 25 | 15 | 10 |
| 26 | Кожа | 25 | 15 | 10 |
| 27 | Кожа и здоровье человека | 25 | 15 | 10 |
| 28 | Рациональное питание | 25 | 15 | 10 |
| 29 | Витамины нам необходимы | 25 | 15 | 10 |
| 30 | Равновесие | 25 | 15 | 10 |
| 31 | Какими бывают болезни | 25 | 15 | 10 |
| 32 | Первая помощь | 25 | 15 | 10 |
| 33 | Возможности человеческого организма | 25 | 15 | 10 |
| 34 | Природа и человек | 25 | 15 | 10 |
| 35 | Секрет долголетия | 25 | 15 | 10 |
| 36 | Надежные помощники – гигиена и спорт | 25 | 15 | 10 |
|  | Всего: | 900 | 540 | 360 |

**Содержание программы 2 год обучения (старшая группа.)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Части тела** |  |
| Тело человека | Наше тело устроено так: сверху – голова, затем шея и туловище. У туловища есть верхние конечности – руки и нижние конечности – ноги. Все наше тело может выполнять разнообразные движения: играть, плавать, кувыркаться и т.д. Человек способен управлять своим телом. |
| Какими бывают люди | Землю населяет почти шесть миллиардов человек. И каждый житель нашей планеты чем-то непохож на остальных. Самое заметное отличие – это форма тела. |
| Мы растем и развиваемся | С возрастом меняется тело человека и его возможности с физической точки зрения. Учиться бережно и внимательно относится к младшим и старшим. |
| Клетки тела человека | Что такое клетка. Наш организм напоминает конструктор, только деталей в нем намного больше и они разные: клетки кожи, мышечная клетка, жировая клетка, нервная клетка. |
| Голова и шея | В голове человека находится мозг и сосредоточены все органы чувств: зрения (глаза), слуха (уши), обоняния (нос), вкуса (язык). Голова соединена с туловищем при помощи шеи, которая обеспечивает ей подвижность. |
| Лицо | По лицу человека можно узнать его возраст, пол, национальность и даже настроение. |
| Руки – верхние конечности | Показать зависимость между строением руки и выполняемыми ею функциями; фаланги пальцев; у большого пальца две фаланги, у остальных по три. Большой палец, так называется за большое значение для нас. Экспериментирование. |
| Ноги – нижние конечности | Ноги – это опора человеческого тела; строение ног, их основные функции; забота о своих ногах; значение ног для полноценной жизни. |
| Что такое плоскостопие | Познакомить детей с понятием «плоскостопие». Рассказать о причинах возникновения заболевания и способах профилактики. |
| Туловище | Туловище является хранилищем для внутренних органов человека. У туловища есть верхние конечности – руки и нижние конечности – ноги, сверху – шея и голова. |
| Правильная осанка | Походка человека и внешний вид зависят от его осанки. Осанка – это умение правильно держать свое тело при ходьбе, сидя за компьютером, в спортивных играх. При правильной осанке плечи развернуты, грудь слегка выдается вперед, живот втянут, а ноги выпрямлены. |
| **Органы чувств** |  |
| Глаза - орган зрения | Показать детям, какую роль играет зрение в жизни человека, рассказать об особенностях строения глаза и зрительного восприятия предметов и явлений. Чтение Е. и А. Андрюшина «Сказ про глаз» |
| Уши – орган слуха |  Строение органов слуха выполняемыми функциями; Причины нарушения слуха. Дидактическая игра: «Не пропусти свой звук». Правила ухода за ушами. |
| Нос – орган обоняния | Орган обоняния – нос, особенности его функционирования, его значением для жизни человека. Совместно с детьми разработать «правила здорового носа». |
| Язык – орган вкуса | Строение языка зоны в ощущении вкуса пищи, а также о значении слюны и о влиянии температуры пищи на обострение или притупление вкусовой чувствительности. |
| Кожа – орган осязания | Кожа покрывает все тело человека, но самая чувствительная кожа находится на руках. С помощью кожи рук мы можем узнать не только температуру предмета, но и качество (гладкий, шершавый, ребристый и т. д.) Дидактическая игра: «Отгадай букву на ощупь». |
| **Внутренние органы** |  |
| Скелет | У каждого человека есть кости. Они составляют очень изящную, легкую и подвижную конструкцию, которая называется скелет. Внутри скелета расположены внутренние органы, очень нежные и ранимые. Скелет защищает их от ударов и травм. Благодаря скелету тело стройное, а не похоже на бесформенную массу. |
| Суставы или соединения | Соединения костей нужны для того, чтобы мы могли двигаться. Наш организм совершает различные действия: качает головой, прыгает, лепит из пластилина и т. д. Для этого у нас разные соединения костей. |
| Мышцы | Кости приводятся в движение мышцами, благодаря которым человек может совершать различные движения. Мышцы – это наша сила и красота. |
| Мозг и нервная система | Дать детям представление о том, что мозг – самый важный орган человеческого организма. Познакомить с его строением, расположением, сего помощниками: нервными волокнами и спинным мозгом, с принципом работы, выполняемыми функциями. |
| Сердце и кровеносная система | Рассказать о работе сердца, его расположении, строении; показать значение сердца и крови для жизни человека и для слаженной работы всего организма; познакомить с деятельностью и выполняемыми функциями клеток крови. |
| Легкие и органы дыхания | Дыхание – одна из важнейших функций организма. Познакомить с дыхательными путями ( трахея, бронхи, легкие), с механизмом дыхания (вдоха – выдоха). |
| Желудок и система пищеварения | Познакомить детей с пищеварительным трактом, его отделами и выполняемыми функциями; учить понимать свой организм, его потребности; показать взаимосвязь между различными органами в человеческом организме: между сердечно-сосудистой системой и пищеварением. |
| **Навыки здоровья** |  |
| Рот и зубы | Ртом мы называем ротовую полость (губы, десны, зубы и др.) а также очертание и разрез губ. У взрослого человека 32 зуба. Сначала у маленьких детей вырастают молочные зубы. У них нет корней, и поэтому они легко выпадают. На месте молочных зубов вырастают постоянные зубы. Зубы выполняют очень важную работу – они пережевывают пищу.  |
| Как ухаживать за полостью рта | Здоровые зубы – это здоровье всего организма. Чтобы зубы были здоровы, за ними нужно ежедневно ухаживать. Зубы могут болеть. Больными они становятся, если ими грызут семечки и твердые орехи, перекусывают прочную нитку и проволоку, едят много конфет и шоколада. Вместе с детьми составляем «Правила здоровых зубов». |
| Кожа | Кожа – это самый большой орган нашего тела. Она защищает организм от вредных бактерий, солнца, воды и холода. Чем лучше кровь снабжает кожу питательными веществами и кислородом, тем надежнее наша защита. Наша кожа плотная, но при этом эластичная.  |
| Кожа и здоровье человека | Кожа дана человеку на всю жизнь. Только от самого человека зависит, будет его кожа здоровой (чистой, ухоженной, молодой) или больной (грязной, пораненной, старой). Тело нужно всегда содержать в чистоте |
| Рациональное питание | Познакомить детей с основами рационального питания. Закрепить знания о полезных веществах, содержащихся в различных продуктах. Учить осознанно относиться к своему питанию, отличать полезные для здоровья продукты от вредных. |
| Витамины нам необходимы | Рассказать что такое витамины, зачем они нам нужны. Из каких продуктов наш организм получает витамины. Уметь противостоять телевизионной рекламе, часто предлагающей не самые полезные для здоровья продукты. |
| Равновесие | Орган который помогает нам сохранять равновесие, находится в ухе. Расположен он очень глубоко, почти в самом центре черепа. На большой высоте и при качке у тебя может закружиться голова. Значит, наш орган равновесия не справляется с нагрузкой. |
| Какими бывают болезни | Различных вредных микробов и опасных инфекций на нашей Земле очень и очень много. Всевозможные болезни могли бы погубить всех людей на земном шаре, если бы наш организм не умел с ними бороться. В этом ты можешь ему помочь. |
| Первая помощь | Порезы, царапины и ссадины – вещь неприятная, но они бывают у каждого человека. Поэтому мы должны знать, что в этом случае следует делать. Для оказания первой помощи в каждом доме должна быть аптечка с перекисью водорода, йодом и зеленкой, а также ватой, бактерицидным пластырем и бинтами. |
| Возможности человеческого организма | Человеку многое подвластно в этом мире. С развитием техники стали доступны космос и океанские глубины, пещеры и вершины гор. Но не менее важно изучать не только то, что вокруг, но и то, что скрыто внутри нас – возможности человеческого организма. Заложенная в нас природой энергия неисчерпаема. Это и есть источник скрытых возможностей человека. Способность к творчеству – еще одна малоизученная тайна нашего организма. |
| Природа и человек | Природа создала на нашей планете леса, поля, моря и горы. Человек построил города, шоссейные дороги, заводы и нефтепроводы. Эти сооружения сделали жизнь людей легкой и удобной, но нанесли огромный вред окружающей среде: деревьев, дающих кислород для дыхания, становится все меньше. |
| Секрет долголетия | Ученые доказали, что наш организм может безотказно работать 150 лет! Так задумала человека природа. К сожалению, человек редко пользуется этим даром природы. Вредные привычки старят нас преждевременно. Чтобы прожить долгую и счастливую жизнь, нужно закаляться, правильно питаться, а главное – побольше бывать на свежем воздухе.  |
| Надежные помощники - гигиена и спорт | Обобщить изученный материал, выявить полноту, глубину, достоверность полученных представлений о человеческом организме, степень их осознанности. Воспитывать любовь к своему организму, поддерживать чувство удивления его возможностями. |

**Ожидаемые результаты**:

**К концу 2 года обучения дети должны:**

**Знать:**

- название органов чувств, отдельных внутренних органов (сердце, легкие, желудок и пр.);

- некоторые особенности функционирования организма;

- правила охраны органов чувств (глаз, ушей, носа, кожи) и ухода за ними;

- правила сохранения здоровья внутренних органов;

- правила безопасного поведения на улице, дома, в детском саду (и выполнять их);

**Устанавливать связи**:

- между органом тела человека и выполняемыми им функциями;

- между отношением к своему организму и возможным заболеванием;

**Уметь:**

- содержать в чистоте свое тело, мыть руки перед едой, после прогулки, по мере загрязнения;

- анализировать свои поступки и поступки других людей с позиций нравственных норм (их пользы или вреда для здоровья человека);

- оказывать элементарную помощь другому человеку (предложить сесть, сообщить взрослым, позвонить в службу экстренной медицинской помощи и др.)

**Конспект занятия «Наши помощники»**

**Задачи:**

**Дать детям представления об органах чувств, как наших помощниках в познании окружающего мира.**

**Учить воспринимать объекты разными органами чувств.**

**Воспитывать опрятность, желание следить за своим внешним видом.**

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

**– Ребята, на прошлых занятиях мы с вами знакомились с предметами помощниками, которые были раньше и которые мы используем сейчас. Сейчас мы гладим электрическим утюгом, а скажите мне чем раньше гладили люди? (Дидактическая игра «Раньше и сейчас»).**

**Дети: Жаровым утюгом, а ещё раньше был такой инструмент рубель.**

**– Молодцы, помните. Сейчас мы мусор и пыль собираем пылесосом, а раньше чем?**

**Дети: Веником, метлой.**

**– Замечательно вы всё помните. Из этого следует, что предметы помощники у человека были не всегда одни и те же, с изменением жизни, развитием общества и конкретно человека, он придумывал и изобретал себе всё новых и более удобных помощников.**

**Но, давайте с вами подумаем, всегда ли это было так, и с чего всё началось (вывешивается иллюстрация с изображением первобытных людей). Ребята, посмотрите пожалуйста на этой картине изображены самые первые люди, которые жили на нашей земле, у не было ни пылесосов, ни стиральных машин, ни электрических утюгов, и многого другого , чем мы привыкли пользоваться в современной жизни. И жили они не в квартирах со всеми удобствами, а в пещере и грелись у костра, но всё-таки какие-то помощники у них уже были. Как вы думаете, что необходимо человеку, чтобы он выжил? (Ответы детей)**

**– Правильно, чтобы выжить живому существу необходимы еда, одежда, жилище. У первобытных людей первым развивалось осязание (чувствование кожей); они чувствовали прикосновение и боль, например, если наступали на острый предмет или пытались дотронуться до горящей ветки, т.е. узнавать и изучать окружающий мир им помогали помощники руки или точнее сказать орган осязания – кожа . У нас с вами есть эти помощники? Они нам помогают сегодня?**

**Дети: Да, чтобы определить мягкая или жёсткая ткань мы её должны потрогать (или как говорят, пощупать руками и т.д.). Чтобы определить, теплый ли чай, мы трогаем чашку рукой.**

**Дидактическая игра: «Чудесный мешочек»**

**Дети, не заглядывая в мешочек, опускают в него руку и пытаются определить, что в нём лежит. В мешочке лежат камешки, карандаши, кисточка, мягкая, резиновая и пластмассовая игрушки. Дети должны определить материал, из которого сделаны вещи.**

**– Молодцы ребята, делаем вывод, что у нас,, как и у первобытных людей, тоже руки или кожа остаются помощниками. (На доске выставляется карточка с изображением руки).**

**– У первобытных людей было много разных врагов. Даже ночью, устав до изнеможения, они не могли спать спокойно, опасаясь быть застигнутыми врасплох дикими животными. Тогда незаменимыми помощниками стали уши, т.е. начал развиваться и обострятся слух. Скажите пожалуйста, зачем человеку слух?**

**Дети: чтобы слушать людей, музыку, телевизор, если видишь, но не слышишь, то не поймёшь, о чём мультфильм, или кино и т.д.**

**– Для улавливания и различения звуков у человека (и многих животных) существует специальный орган – уши.**

**– Сколько у вас ушей?**

**Дети: Два, правое и левое ухо.**

**– В отличие от глаз, которые закрываются веками, наши уши постоянно воспринимают окружающие звуки. Представим себе такую ситуацию: вы сидите в парке на скамейке и читаете интересную книгу, а на вас хочет напасть злая собака. Она с лаем бежит к вам.**

**– Какие помощники первыми сообщат вам об опасности?**

**Дети: Уши. Мы можем не видеть, так как смотрим в книгу, но услышим что где-то лает собака.**

**– Уши даже спящего человека различают достаточно тихие звуки: шорох листвы, шаги и т.п. Именно уши «сообщают» мозгу о том, что приближается опасность. Кстати, у древних людей уши были подвижными; они улавливали разные звуки, поворачиваясь, как локаторы, по направлению источника звука. У современного человека тоже есть такие мышцы за ушами, но теперь они очень слабые, т.к. у нас изменились условия жизни.**

**Подвижная игра «Ау»**

**Дети встают в круг , водящий стоит в центре круга с закрытыми глазами. Все дети идут по кругу, держась за руки, и произносят слова: «Саша, ты сейчас в лесу мы кричим тебе: – ау!». Один из детей, на кого покажет воспитатель, тихим голосом произносит «Ау». Водящий должен по голосу определить, кто сказал «Ау» и где находится.**

**– Молодцы, ребята, хорошо играете, скажите пожалуйста, какие помощники помогали нам в этой игре?**

**Дети: Уши.**

**– Таким образом, уши в нашей современной жизни тоже являются помощниками человека. (Выставляется карточка с изображением уха).**

**– Всем нам знаком предмет-помощник, созданный человеком телефон. Скажите, могли бы люди пользоваться телефоном, если бы не было ушей, как органов слуха?**

**Дети: Нет. Человек просто не смог бы им пользоваться, или только бы писал СМС и ММС, если бы он умел читать и видеть, т.е. смотреть и рассматривать картинки.**

**Далее, если дети знакомы с сотовым телефоном, даже если не умеют читать, то от телефона можно перейти к другим помощникам – глазам, т.е. если бы у человека не было ушей, то он не смог бы разговаривать по телефону, но если у него есть помощники глаза – как орган зрения, тогда он может общаться по телефону с помощью картинок или букв, рассматривая их или читая. Если дети не знакомы с сотовым телефоном, тогда воспитатель говорит:**

**– Ребята, закройте пожалуйста глаза, я вам сейчас что-то покажу, все закрыли глаза? Вы видите, что я вам показываю? А почему вы не видите?**

**Дети: Мы не видим, потому что у нас закрыты глаза.**

**– Откройте глаза, и посмотрите. Теперь вы видите? (Ответы детей).**

**Открывают глаза и видят красивую картину с изображением улыбающихся детей.**

**– Как чудесно, что у нас есть такие помощники – глаза. Если бы их не было, мы бы не увидели и не смогли бы рассмотреть эту картину.**

**– Что вы чувствовали, когда закрыли глаза?**

**Дети: Было темно, хотелось открыть глаза, ничего не видно.**

**– А зачем человеку глаза? (Чтобы смотреть). Как бы мы жили, если у нас не было глаз?**

**Дети: Мы бы не смогли смотреть телевизор, читать книги, тяжело было бы идти по дороге, т.к. не видишь куда идёшь и т.д.**

**– Послушайте, я вам прочту стихотворение Н. Орловой «Ребятишкам про глаза»**

**Древним людям глаза тоже очень помогали, с помощью глаз люди сначала различали только свет и темноту, но постепенно научились различать многообразие красок окружающего мира. Значит у нас, как и у древних людей, есть помощники, глаза – органы зрения, которые помогают нам всё видеть. (Выставляется картинка с изображением глаза).**

**– Отгадайте, пожалуйста, загадку:**

**Есть всегда он у людей,**

**Есть всегда у кораблей. (Нос)**

**– Для чего первобытным людям нужен был нос?**

**Дети: для того, чтобы нюхать, чувствовать запахи. Запах дыма, животного или какой-то пищи. Значит нос им помогал определять запахи. А у нас с вами есть нос? (Да)**

**– А для чего он нам?**

**Дети: Что бы чувствовать запахи, чтобы дышать.**

**Проводится опыт. Дети закрывают глаза, сидя на стульчиках, а воспитатель в это время чистит апельсин. Спрашивает детей: чувствуют ли они какой-нибудь запах? И какой? Чем пахнет?**

**Дети: Чувствую запах апельсина.**

**– Правильно, заметьте, вы не видели, что я делаю, и не слышно было ничего, руками вы тоже ничего не трогали, а сразу сказали, что пахнет апельсином. Кто вам в этом помог?**

**Дети: Нос.**

**– Нос – это орган обоняния, он помогает нам чувствовать запахи. (Выставляется четвёртая карточка с изображением носа).**

**Примечание: На занятии или в свободное время можно прочитать стихи Ю.Прокопович «зачем носик малышам», Э. Мошковская «Мой замечательный нос» (см. Приложение)**

**– Ребята, а вам хотелось бы узнать, какой апельсин – кислый или сладкий? (Да)**

**– А какой помощник нам в этом поможет?**

**Дети: Язык.**

**Воспитатель раздаёт всем по маленькому кусочку апельсина, дети пробуют. Какого вкуса апельсин?**

**Дети: Кисло-сладкий.**

**– И снова никто из вас не ошибся! Надо же как хорошо вам помогают ваши помощники. Язык помогает ощутить вкус пищи. Различают сладкий, кислый, солёный и горький вкус. Вкусовые ощущения и пристрастия у вех людей разные: одним нравится вкус банана, а другим – яблока. Некоторые любят кислое, а другие – солёное. (Выставляется картинка с изображением языка)**

**– Но не всё стоит пробовать на вкус. Гуляя в лесу, например, можно ли пробовать грибы или незнакомые ягоды. (Ответы детей). Скажите, что ещё нельзя пробовать на вкус?**

**Дети: Нельзя без разрешения взрослых пробовать лекарства и незнакомые продукты.**

**– Молодцы! А теперь давайте посмотрим на наши карточки. Сколько их? Перечислим всех наших помощников: кожа рук – орган осязания, ухо – орган слуха, глаза – орган зрения, нос – орган обоняния и язык – орган вкуса. Вот мы с вами и познакомились с нашими первыми помощниками – а называются они органы чувств.**

**У первобытных людей не было ещё предметов помощников, которые могли бы облегчить им труд, но у них были замечательные помощники – органы чувств, которые помогали им выжить и жить. Чтобы наши помощники нам всегда помогали, мы должны беречь их, и ухаживать за ними. Кто может сказать, как нужно ухаживать за кожей? За ушами? За глазами ? за носом? За языком? (Ответы детей)**

**В заключение можно прочитать стихотворение С.Маршака. (См. Приложение)**

**Конспект занятия «Руки – наши помощники».**

**Цели:**

**Познакомить детей с нашими помощниками – руками, как органом осязания и, как частью человеческого организма.**

**Дать детям представление о значении кожи (рук) для человека.**

**Воспитывать опрятность, желание содержать свое тело (руки) в чистоте.**

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

**– Давайте вспомним какие у нас с вами есть помощники. (Вывешиваются иллюстрации с изображением глаза, уха, руки, носа и языка, с прошлого занятия)**

**Дети: Глаза – орган зрения, помогают нам смотреть, уши – орган слуха, помогают нам слушать, нос – орган обоняния, помогает нам чувствовать запахи, язык – орган вкуса, помогает нам различать пищу по вкусу, и руки, кожа – орган осязания – помогают нам на ощупь определить форму, качество, температуру предмета.**

**– Молодцы ребята! Сегодня мы с вами поговорим о наших помощниках – руках, как органах осязания. Рассмотрим наши руки. Вот эта часть (показываю) называется кистью. Как вы думаете почему? (Она напоминает кисть художника, с её помощью мы можем рисовать, писать, она похожа и на кисть винограда и ягоды – «пальцы»)**

**– А сколько пальцев у нас на руке?**

**Дети: На каждой руке по пять пальцев. Каждый палец имеет название: большой, указательный, средний, безымянный, мизинец (называют и показывают).**

**– Пальчики у нас все разные, поэтому и названия все имеют разные. Что есть еще на наших пальчиках?**

**Дети: ногти.**

**– Правильно, какие они?**

**Дети: Широкие, длинные, гладкие, постоянно растут.**

**– Хорошо. А как мы ухаживаем за ними? Что нужно делать если они постоянно растут? (Подстригаем ногти и чистим под ними, чтобы там не поселились микробы).**

**– Ребята, где находятся наши руки, по отношению к туловищу?**

**Дети: Сбоку от туловища, растут от плеч.**

**– Молодцы! Давайте посмотрим строение руки на этой картине (показывается иллюстрация с изображением руки).**

**– Кто знает как называется эта часть руки? (Показ)**

**Дети: Локоть.**

**– Правильно, он находится на середине руки, в этом месте наша рука сгибается.**

**– Что вы можете сказать, из чего сделаны наши руки?**

**Дети: Внутри находится кость, мышцы, сосуды, по которым течёт кровь, сверху – кожа и волосы.**

**– Хорошо. Скажите пожалуйста, для чего нам нужна кость?**

**Дети: Чтобы наша рука держала форму, была сильной и твёрдой и т.д. Без костей наше тело напоминало бы мешок.**

**– Для чего нам нужны мышцы?**

**Дети: Мышцы двигают рукой, сгибают и разгибают её. С их помощью мы можем что-то поднимать и держать в руках, т.е. мышцы двигают нашими руками.**

**– Молодцы! Вы уже сказали, что наши руки покрыты кожей с волосками. А зачем нам кожа?**

**Дети: Кожа наш защитник, она защищает руки от грязи, микробов и даже от холода, когда нам холодно волоски на нашей коже встают.**

**– Ребята, а как мы должны заботится о наших руках?**

**Дети: Мыть руки, подстригать ногти, в холодную погоду одевать варежки. Чтобы наши руки были сильными и ловкими, мы должны их тренировать, т.е. делать зарядку.**

**Пальчиковая гимнастика**

**Вот помощники мои их как хочешь поверни.**

**Раз, два, три, четыре, пять, не сидится им опять.**

**Постучали, повертели и работать расхотели.**

**Этот пальчик хочет спать**

**Этот пальчик прыг в кровать,**

**Этот рядом прикорнул,**

**Этот пальчик уж уснул.**

**А другой давненько спит,**

**Кто у нас ещё шумит?**

**Тише, тише, не шумите,**

**Пальчики не разбудите.**

**Утро ясное придет,**

**Солнце красное взойдет,**

**Станут птички распевать,**

**Станут пальчики вставать.**

**Просыпайся детвора**

**В детский сад идти пора.**

**– Ребята, посмотрите какой у меня есть чудесный мешочек, а вам хотелось бы узнать, что в нём лежит?**

**Дети: Да.**

**– Какие помощники нам в этом помогут?**

**– Уши.**

**– Потрясём мешок (мешок звенит), непонятно что в нём, что-то гремит, а что сказать нельзя.**

**– Нос.**

**Воспитатель даёт детям понюхать мешок.**

**Дети: Резкого запаха нет, вроде бы ничем не пахнет.**

**– Глаза.**

**– Помочь не могут, т.к. мешок завязан, а через него ничего не видно.**

**– Язык.**

**– Не помогает, потому что из мешка ничего доставать нельзя, а мешок пробовать на вкус бесполезно. Остались помощники только руки. Воспитатель вызывает детей по одному, несколько человек, дети засовывают руку в мешок, и щупая рукой, пальцами, точнее – органами осязания, игрушки, находящиеся в мешке. Сначала должны сказать, что это такое а потом достать и показать всем. (В мешке находятся: машинка, мяч, кубик, игрушка – рыбка.)**

**– Молодцы, ребята! Все игрушки определили правильно. А кто может объяснить, как же нам помогли руки?**

**Дети: Трогали предметы, определяли – гладкие они или шероховатые, есть ли у них уголочки, и т.д.**

**– Правильно, ребята. Вот эта способность рук, а точнее кожи , узнавать предметы на ощупь называется осязание.**

**– Ребята, а в вашей жизни были такие случаи, когда вам другие помощники не могли помочь, а руки помогали?**

**Дети: В темноте найти выключатель, или какой-то предмет, застегнуть верхнюю пуговицу, когда рядом нет зеркала, определить: что находится в кармане и т.д.**

**– Вот оказывается руки какие помощники!**

**Чтение стихотворения детьми С.Михалкова «Пятерня»**

**Две руки у меня**

**И на каждой пятерня!**

**Выручаешь ты меня**

**С ней не надо расставаться**

**Пятерня всегда со мной**

**Если надо причесаться –**

**Причешусь я пятернёй!**

**Но, пожалуй, мой дружок,**

**Всё же лучше гребешок.**

**Пятерня, пятерня**

**Выручаешь ты меня!**

**Если надо мне сморкаться –**

**Пятерня всегда со мной.**

**Но не лучше ли дружок,**

**Если всё-таки в платок.**

**Пятерня, пятерня**

**Выручаешь ты меня!**

**Если надо будет драться –**

**Буду драться пятернёй –**

**С ней не надо расставаться –**

**Пятерня всегда со мной.**

**Ну, а если милый друг,**

**И тебя ударят вдруг ,**

**Сколько пальцев на руке –**

**Столько их и в кулаке.**

**Пятерня, пятерня**

**Для чего ж ты у меня?**

**Для того, чтобы не драться**

**А лопату в руки брать,**

**Чтобы в пальцы не сморкаться,**

**А здороваться, прощаться,**

**И с друзьями в мяч играть.**

**– В этом стихотворении мы видим, что рука нам может заменить некоторые предметы –помощники. Ребята, скажите пожалуйста, а какие ещё предметы можно заменить рукой?**

**Дети: Совок – мама из мешка накладывает муку, ребёнок копается в песке; чашку – из ключика пить воду; корзиночку – собрать ягоды в руку; ножницы – рвать бумагу. (Если дети затрудняются ответить, помочь им прийти к этим выводам)**

**– Оказывается руки у нас большие помощники и наверное многие вещи мы без них просто не смогли бы сделать. Поэтому мы должны заботиться о них: содержать в чистоте, в тепле и учить их делать ещё больше различных действий.**

**– Мы сегодня с вами говорили о том , как много наши руки умеют делать, а что бы вам хотелось, чтобы ваши руки научились делать? (Ответы детей)**

**– А вы знаете о том, что люди которые не слышат, разговаривают с помощью рук, то есть с помощью жестов. Они объясняют друг другу с помощью рук, что они хотели бы сказать – это называется сурдопереводом. Давайте и мы с вами поиграем в игру, в которой водящий по жестам наших рук и движениям должен будет определить, что мы хотим сказать. При этом мы не должны ничего говорить.**

**Подвижная игра «Дедушка Мазай»**

**Играющие говорят слова:**

**Дедушка Мазай, возьми нас на работу.**

**Мазай: А что вы умеете делать?**

**– Мы не скажем, а покажем.**

**А где были мы не скажем. (Показывают какое-то действие, например колоть дрова, мыть посуду и т.д.)**

**Игра проводится несколько раз по желанию детей.**

**Приложение**

**Методика выявления представлений детей старшего дошкольного возраста о человеческом организме (разработана С.Е. Шукшиной)**

 Предлагаемая методика направлена на выявление содержания детских представлений о человеческом организме и имеет комплексный характер. В нее вошли серии вопросов по основным разделам программы и небольшой круг вопросов социально – нравственной и здоровьесберегающей направленности. По возможности в вопросы включаются небольшие практические задания. Это позволяет ребёнку прислушаться к себе, ощутить, почувствовать своё тело, свой организм.

 Методика предполагает индивидуальный опрос, который способствует установлению более полных и точных представлений об анатомо-физиологических особенностях организма человека, о способах ухода за своим телом, профилактике болезней.

 Целесообразно использовать дополнительные вопросы, уточнения, примеры, что поможет полнее раскрыть смысл основного вопроса и сориентировать ребёнка в случае возникшего затруднения при ответе.

**Методика проведения индивидуального опроса.**

 1-й этап. Ребенку предлагается рассмотреть книгу на тему строения организма человека (ориентированную на дошкольный возраст) или специальный набор карточек. Взрослый ничего не объясняет, но даёт предварительную установку, что это иллюстративный материал о том, как устроен человек. После просмотра иллюстраций ребёнок должен рассказать, каково строение его тела. Это способствует активизации психических процессов перед началом опроса.

 2-й этап. Проводится беседа по предложенным вопросам. Ответы детей точно фиксируются. При необходимости задаются уточняющие, проблемные вопросы. Позиция взрослого по отношению к ребёнку: «Я не понимаю, я не знаю, я спрашиваю тебя, объясни мне». Оказавшись в позиции «учителя», объясняющего, дошкольник еще раз все переосмысливает, вычленяет основные, важные, на его взгляд, факты, аргументирует свои представления, ищет доказательства их истинности. Все это сопровождается усилением мыслительной деятельности, активизацией внимания, памяти, воображения.

 3-й этап. Полученные результаты анализируются: проводится количественная и качественная обработка отдельных методик (по разделам, по сериям вопросов); делается общий вывод; дается общее заключение об имеющихся у детей старшего дошкольного возраста представлениях о строении и функциональных особенностях организма человека, способах безопасного (здорового, нравственного) поведения.

 Обработка полученных данных проводится на основании разработанных критериев и показателей сформированности представлений о человеческом организме, которые включают в себя:

 - наличие знаний о человеческом организме: научность (соответствие истинным медицинским знаниям); полнота (в пределах предложенной программы); глубина (понимание сути того или иного физиологического процесса или явления);

 - отношение к своему организму:

 а) желание помогать своему организму, вести здоровый образ жизни, отдавать приоритет в сохранении здоровья профилактике и гигиене, физкультуре и спорту;

б) готовность помогать другим людям (своим товарищам, близким и незнакомым), оказание внимания, сочувствия окружающим, способность к моральному поступку ( оказание помощи инвалиду, старым людям и др.);

 - применение знаний о человеческом организме в повседневной жизни: сформированность привычек гигиенического поведения; умение предвидеть возможные альтернативы поведения в разных условиях, конкретной ситуации, умение предвосхищать возможный результат поступков как для себя, так и для окружающих.

 Первая серия вопросов (1-2) помогает выявить уровень знаний дошкольников о внешнем и внутреннем строении тела человека.

 Следующая серия вопросов (3-21) имеет целью выяснить знания дошкольников о внутреннем анатомо-физиологическом строении человеческого организма: об опорно-двигательном аппарате (3-5), о системе кровообращения (6-11), о дыхании (12-14), о пищеварительном тракте (15-17), о нервной системе (18-20), о тождественности внешнего и внутреннего «устройства» людей (21).

 Вопросы 22-25 позволяют определить отношение дошкольников к своему организму; знание способов ухода за ним и правил здорового образа жизни; отношение к людям с ограниченными возможностями.

 Вопросы 26-27 направлены на выявление интереса к проблеме и установление ведущей мотивации этого интереса.

**Диагностическая методика**

1. Как ты думаешь, из чего ты «сделан», из чего состоит твоё тело?
2. Представь себе, что у тебя есть волшебная подзорная труба, которую можно приставить к животику и посмотреть, что там находится. Как ты думаешь, что можно там увидеть?
3. Что такое твёрдое, прочное находится внутри твоего тела, защищает твой организм?
4. Интересно, если бы внутри тебя не «сидел» скелет, а взял и убежал, не оставив ни одной косточки:

 а) твоё тело осталось таким же или стало другим?

 б) ты смог бы жить без скелета? Почему

 5. Что за «силачи» находятся в твоём теле и заставляют двигаться твой скелет? Что могут делать твои мышцы?

 6. Что за неутомимый мастер стучит у тебя внутри?

 7. Для чего нужно сердце?

 8. Смог бы ты жить, если бы твоё сердце захотело отдохнуть и перестало работать? Почему?

9. Для чего нужна кровь?

10. Скажи, в каком состоянии находится кровь внутри тебя: она неподвижна или постоянно движется:

 а) когда ты ходишь, бегаешь?

 б) когда ты сидишь?

 в) когда ты лежишь (спишь)?

11. Что заставляет кровь двигаться?

12. Зачем мы дышим?

13. Что может с тобой случиться, если ты перестанешь, не сможешь дышать? Почему?

14. Куда попадает воздух после того, как ты вдохнул его носом? (Сделай глубокий вдох и задержи дыхание. Прислушайся к себе. Покажи то место, куда попал воздух.)

15. Для чего нужно принимать пищу?

16. Куда попадает пища и что с ней происходит после того, как ты положил её в рот?

17. Куда исчезает съедаемая за день пища?

18. Что находится у тебя в голове? Покажи, где находится мозг.

19. Для чего тебе нужен мозг, что он может делать, чем и как тебе помогает?

20. Как ты думаешь, нужна ли нам боль? Боль помогает нам жить или мешает? Что было бы с нами, если бы мы не чувствовали боли?

21. Как ты думаешь, строение всех людей одинаково или все внутри устроены по-разному?

22. Почему люди болеют?

23. Как ты думаешь, ты должен помогать своему организму? Чем и как ты ему помогаешь?

24. Что ты должен делать, как себя вести, чтобы:

 а) быть здоровым и никогда не болеть?

 б) не сделать больно другим людям, не стать причиной их болезни?

25. Что это за люди-инвалиды? Как и чем мы им можем помочь?

26. Тебе интересно узнать, как ты устроен, из чего «сделан», что у тебя внутри, как работает твой организм, твоё тело?

27. Зачем тебе это нужно?

 а) чтобы все знать;

 б) чтобы помогать своему организму и никогда не болеть.

**Дидактические игры**

***Угадай, кто позвал***?

Цели: тренировать органы слуха и активизировать внимание и слуховую память детей.

Ведущий, стоя спиной к детям, должен определить по голосу, кто его позвал. В случае правильного ответа место ведущего занимает ребенок, чей голос был определен.

***Найди пару***

Цель: подбирать пару к предмету по тактильным ощущениям (с завязанными глазами).

Оборудование: пуговицы, кубики, яблоки, карандаши, мелкие предметы.

Выбрав себе предмет, ребенок должен с завязанными глазами выбрать из кучки точно такой же. В конце игры ведущий просит объяснить, что помогло ребенку правильно определить на ощупь разные материалы.

***Умею – не умею***.

Цели: акцентировать внимание детей на своих умениях и физических возможностях своего организма; воспитывать чувство собственного достоинства.

Оборудование: мяч.

Ведущий бросает мяч и произносит: «Я умею» или «Я не умею». Ребенок, поймав мяч, продолжает фразу, объяснив, почему он не умеет или умеет. Например: «Я умею бегать, так как у меня есть ноги. Я не умею летать, потому что у меня нет крыльев».

***Найди опасные предметы***.

Цели: помочь детям запомнить предметы, опасные для жизни и здоровья; помочь самостоятельно сделать выводы о последствиях неосторожного обращения сними.

Оборудование: нож, ножницы, иголка, утюг, картинки с изображеним различных предметов.

В квартире остаются Андрюша и Наташа. Их родители ушли на работу. Давайте расскажем малышам, какими предметами нельзя им пользоваться, чтобы не случилось беды. Дети повторяют правила безопасности:

-все острые, колющие, режущие предметы обязательно надо класть на место;

-нельзя включать электроприборы, они могут ударить током или стать причиной пожара;

- ни в коем случае нельзя пробовать лекарства – это яд;

- нельзя трогать стиральные порошки, средства для мытья посуды, соду, и другие моющие, чистящие средства;

- опасно одному выходить на балкон.

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |