**Познавательный досуг для детей средней группы**

**Тема: Знакомство дошкольников с организмом человека**

**Задачи.**

1. Дать детям представления о строении собственного тела, расширять представления о своем организме, о его строении.
2. Расширять знания дошкольников о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.
3. Воспитывать желание быть красивыми и здоровыми.

**Материалы:** схема тела человека, схема строения тела человека с внутренними органами, предметные картинки – продукты.

**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;

**Ход занятия.**

**Воспитатель.** Ребята, посмотрите друг на друга. Все вроде разные на вид, Но есть у каждого – руки, и ноги, и рот, Два уха, два глаза и нос. Но какими бы мы не были разными, все равно похожи своим телосложением. Ребята давайте вспомним еще раз, из каких частей состоит тело человека.

*Игра-показ «Тело человека»*

**Воспитатель.**

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, трудиться,

Воды из кружечки напиться.

На руке сидят мальчики

Очень дружные пальчики

Бегут по дорожке

Резвые ножки.

**Воспитатель.** Какие части туловища мы не назвали?

**Дети.** Плечи, 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. А сейчас мы отдохнем и опять играть начнем.

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.

И сейчас мы с вами сделаем настоящее личико.

*Игра «Лицо»*

*Лицо человека – дети в кругу. Один ребенок выбирает шесть детей. Они – два уха, рот, нос, два глаза.*

**Воспитатель.** Молодцы, ребята, красивые личики у вас получились. Садитесь и мы продолжим знакомиться с нашим организмом.

**Воспитатель.** Знать строение нашего тела, значит знать самих себя. Чем больше вы узнаете о себе, тем лучше. Вы знаете, что 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.

**Воспитатель.** Правильно. *(Показывает на схеме*). Сердце человека размером чуть больше его кулака. Сожмите свой кулачок, и мы увидим, у кого какое сердце. Ребята, знаете, как работает сердце? Оно работает и днем, и ночью без отдыха. Оно как насос перегоняет кровь по всему организму. 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. Это легкие у человека их два. *(Показывает на схеме).* Может ли человек прожить без дыхания? Давайте попробуем, на несколько секунд задержать дыхание. Не получается. Значит, человек не может жить без дыхания.

*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.

*Повторить 2 раза.*

**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. 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. Вот так выглядит желудок. *(Показывает на схеме орган – желудок).* В желудке пища переваривается и превращается в питательные вещества, полезные нашему телу. Из желудка пища попадает в кишечник. Есть в нашем организме еще много органов и один из них это почки. *(Педагог на схеме показывает орган – почки).* У человека две почки. Почки очищают кровь.

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?

**Воспитатель.** Витамины очень важны для здоровья. Их очень много, но самые главные – это витамины А, В, С, Д.

*Читает стих*

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.

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.

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