### «Мои верные помощники»

##### Конспект занятия по валеологии с элементами экспериментирования для детей старшего дошкольного возраста..

**Цель:**
**•** продолжать формировать элементарные представления о роли органов чувств: глаза, уши, нос в жизни человека;
**•** обсудить вопросы гигиены органов слуха, зрения, дыхания;
**•** работать над совершенствованием навыков постановки опытов и экспериментирования;
**•** продолжать формировать способность анализировать результаты наблюдений и экспериментов, опираясь на данные, полученные с помощью сенсорного восприятия;
**•** развивать быстроту мышления, творческое воображение;
**•** продолжить формирование интереса к познанию своего тела;
**•** воспитывать бережное и заботливое отношение к своему организму.

**Предварительная работа:**

- беседы об органах чувств у животных и человека;

- чтение художественной литературы: «Мойдодыр», «Доктор Айболит» К.И. Чуковского, «Неболейка» И.Семеновой;
         -сюжетно-ролевые игры  «Больница», «Кабинет окулиста».

**Материал и оборудование**:

**•** шарф для завязывания глаз, книга, «чудесный мешочек», набор мелких предметов;
**•** ширма, бумага, ножницы, 2 стакана с водой,
**•** поднос с ароматизированными предметами, салфетка.

**Ход занятия.**

**Инструктор по физ.культуре:** Дети, послушайте загадку:
Два братца через дорогу живут,
                                  А друг друга не видят                     (глаза)
**Инструктор**
 -Ребята, а зачем человеку глаза?
**Дети:**
-Чтобы видеть
**Инструктор:**
-Как бы мы жили, если бы у человека не было глаз?
**Дети:**
-Нам бы пришлось очень тяжело.
**Инструктор**
-Как называют человека, который не видит?
**Дети:**
-Слепой
**Инструктор:**
 -Как можно помочь этому человеку?
**Дети:**
-Помочь перейти дорогу, подать руку, предметы.

**Инструктор:**
-Послушайте стихотворение:

Разберемся вместе, дети, Для чего глаза на свете? И зачем у всех у нас На лице две пары глаз? Чтоб текла из них слеза? Ты закрой глаза ладошкой, Посиди совсем немножко, Где кроватка, где окно?Странно, скучно и обидно-Ничего вокруг не видно. Нужно помнить каждый час, Как важны глаза для нас!

Воспитатель предлагает детям выяснить с помощью эксперимента, зачем человеку глаза? Вызывает одного ребенка и завязывает ему глаза:
**Инструктор:**
- Скажи, что у меня в руках?
(ребенок не знает)
**Инструктор:**
- А что я делаю? (воспитатель делает 2-3 бесшумных действия.).
(Ребенок этих действий не видит и ничего о них сказать не может).
**Инструктор:**    Теперь сними шарф и скажи: зачем человеку глаза?
(ответ ребенка; его дополняют другие дети).
**Инструктор:**   Как бы мы жили, если бы у человека не было глаз?
**Дети:** Нам пришлось бы плохо.
**Инструктор:**  Природа заботливо оберегает глаза: они расположены в специальных углублениях — глазницах (домиках). Закрывает этот «дом» специальная «дверца» под названием — веко. А если появится опасность, веки по приказу мозга молниеносно захлопнутся. Только тогда, когда глаза прикрыты веками, они находятся в покое. Когда же глаза открыты, человек постоянно рассматривает то, что находится перед его глазами. Они движутся то влево, то вправо, то вверх, то вниз, как бы ощупывая изображение.
В процессе рассказа воспитатель предлагает разглядеть (потрогать) глазные впадины, веки, брови, ресницы, поводить глазами вправо, влево, вверх, вниз.
**Инструктор:** А сейчас давайте убедимся еще раз,  можно ли обойтись без глаз?
Мы с вами поиграем. Встанем беспорядочно в группе. Завяжем Сереже глаза и попросим пройти от двери до окна, обходя товарищей, даже если постарался запомнить их расположение.
**Инструктор:** А теперь Сережа выполнит другое задание: возьмет конфету и съест ее.
(Сережа легко выполняет задание).
**Инструктор:**  Видите, ходить по комнате не мог, а мимо рта не проносит.
Далее воспитатель проводит игру «Чудесный мешочек»
(ребенку завязывают глаза, он должен на ощупь отгадать предмет).
Игра повторяется 4-5 раз,  проводится стоя.
Затем воспитатель предлагает сесть на свои стульчики акцентирует внимание детей на следующем этапе занятия. Задает вопросы:
**Инструктор:**
**-** Чем мы слышим?
**Дети:**
-Ушами
**Инструктор:**
**-** Сколько ушей у человека?
**Дети:**
-Два

**Инструктор** рассказывает:
У всех людей по два уха и расположены они по обе стороны нашей головы.
В отличие от глаз, которые закрываются веками, наши уши постоянно открыты, а значит, они постоянно слышат, улавливают какие-то звуки, даже когда человек спит. Поэтому уши одни из первых могут сообщить нам об опасности. Первобытного человека опасность подстерегала на каждом шагу, поэтому его уши могли двигаться, как локаторы.  У современных людей уши двигаться не могут, но тоже очень хорошо слышат разные звуки: кто как кричит и разговаривает, как  шумит море,  деревья, шуршит листва и т.д.
**Инструктор:**
**-** Как называют человека, который не слышит?
**Дети:**
**-** Глухой
**Инструктор:**
**-**Как ему можно помочь?
 **Дети:**
**-**Врачи выписывают слуховые аппараты, можно написать на листочке.
**Инструктор:**
**-**Для чего еще нужны человеку уши?
**Дети:**
**-**Для того, чтобы научиться говорить.
Затем **Инструктор** предлагает объяснить поговорку: «В одно ухо влетело, а из другого вылетело».
Потом проводит  игру «Услышь меня».  (Выбирается ребенок,  которому предлагаются различной громкости слова. Сначала ребенок должен услышать их двумя ушами, затем одним ухом, потом попробовать услышать их двумя закрытыми ушами.)  Игра повторяется 2-3 раза.
Детям предлагается еще одна игра на анализ слуховых раздражителей.
**Инструктор:**
**-** А теперь послушаем тишину.  Кто больше услышит в ней звуков?
(Дети замолкают и слушают звуки на улице, раздающиеся в здании, участке детского сада).
Вывод:  Какие хорошие у вас уши.
**Инструктор:** Мы с вами знаем, что звуки бывают разными. Попробуйте определить, что я сейчас буду делать.
 (Спрятав руки за ширму, воспитатель производит действия, сопровождающиеся звуковыми явлениями: переливает воду из одной банки в другую, шелестит бумагой, стучит ложками, мешает чайной ложкой в стакане, разрывает бумагу).
 Дети должны каждый раз определить источник звука.
После игр воспитатель проводит с детьми физкультминутку, стоя в кругу:

Есть в большом лесу избушка
                   Стоит задом наперед
(наклоны с поворотом вокруг себя)
В той избушке есть старушка
Бабушка Яга живет,
(приседания с хлопками)
Нос крючком,
(показ руками вперед себя)
Глаза большие,
(круговые вращения рук в стороны)
Словно искорки горят,
(сжимание и разжигание пальцев в кулаки)
Уши старые, глухие,
Но подслушать все хотят.
(наклоны вправо, влево с выставлением ладоней возле ушей)
А под печкою кузнечики куют-куют-куют,
Словно песенку веселую поют-поют-поют,
(удары кулачками по кругу перед собой)
Хлоп - туда, хлоп - сюда,
(хлопки вправо, влево с поворотом)
Нет особого труда.
         (прыжки на месте, руки на поясе)
Потом дети садятся на свои стульчики.
**Инструктор** задает вопрос:
-Что на лице у нас одно?
**Дети:**
-Нос
**Инструктор:**
**-** Для чего человеку нужен нос?
**Дети:**
**-**Чтобы дышать, нюхать запахи.
**Инструктор:**  Послушайте, пожалуйста, стихотворение.

**«Зачем носик малышам?»** Ю.Прокопович

Есть прямые носики, Есть носики - курносики... Очень нужен всякий нос Раз уж он к лицу прирос. Жарким летом на лужочке Носик нюхает цветочки. На полянке — землянику, В грядке — спелую клубнику. В огороде чует нос Где чеснок и лук подрос. В доме может так случиться, Носик тоже пригодится: Он найдет в шкафу варенье, Где конфеты и печенье, Где в буфете шоколадки Или сок, в бутылке сладкий. Апельсины кто принес? Все пронюхает наш нос. Даже помнит он каков Запах маминых духов, Нос не должен быть простужен, Нос здоровый всем нам нужен, Чтобы сон, когда придет, Тихо спать, закрывши рот. Еще можно пожелать: Пальцем в нос не залезать. Днем на солнце не сидеть-Носик может обгореть. А зимой, в большой мороз Не высовывать свой нос! Ну, теперь понятно вам, Зачем носик малышам?

Далее **Инструктор** рассказывает про нос:
- Некоторые считают, что нос - это только украшение лица. Другие думают, что природа дала нам нос, чтобы задирать его кверху. Есть даже выражения: «Ишь, ты, нос задрал!» или «Ну, что, ты, нос повесил?» Это шутка. На самом деле даже самый маленький нос весьма важная часть тела. Носом мы дышим. А еще нос помогает почувствовать и различать запахи. Вот это мы сейчас с вами и проверим.
**Инструктор** проводит игру «Определи по запаху».
На большом подносе на тарелочках лежат ароматизированные предметы (фрукты, овощи). **Инструктор** завязывает ребенку глаза платком и подносит к носу любую тарелочку. Ребенок должен определить по запаху, что лежит в этой тарелочке.
После игры раздается стук в дверь. В группу входит Незнайка:
-  Здравствуйте, ребята!  А что вы здесь делаете?
(ответ детей)
**Незнайка:**    А давайте с вами поиграем. Я знаю игру, которая называется
«Покажи части тела».
Дети встают в круг. Незнайка сначала называет и показывает части тела правильно, затем - неправильно, следя за реакцией и внимательностью детей.
Незнайка показывает такие части тела:  руки, ноги, голова, шея, уши, нос, глаза, рот, щеки, веки, ресницы, брови, подбородок, лоб, волосы и т. д.
После игры Незнайка хвалит детей и прощается.
**Инструктор** подводит итог занятия.

Литература:

* Парциальная программа «Я- человек» С. А. Козловой.
* Журнал «Дошкольное воспитание» N3, 2000 r.
* «Естественно - научные наблюдения и эксперименты в детском саду. Человек.»

А.И. Ивановой.