**«Здоровое сердце каждому человеку».**

**Цель:** познакомить детей с работой сердца и органов кровообращения, добиваться общего понимания целостности человеческого организма, взаимосвязи образа жизни и здоровья человека. Побуждать детей прислушиваться в работе своего организма, почувствовать и понять его устройство, осознать значение активного образа жизни.

**Задачи:**

1. Воспитывать чувство ответственности за своё здоровье;
2. Развивать умение рассуждать, сопоставлять, делать выводы;
3. Закрепить представление о том, как заботиться о своём здоровье, избегать ситуаций, приносящих вред.

**Оборудование:** презентация к занятию; песня «Солнышко лучистое», фонендоскоп, тонометр, барабан с палочками, медицинский халат, два пазла из картона в виде сердца

**Ход занятия:**

***Дети входят в зал***

**Воспитатель:** Дети посмотрите, какой сегодня прекрасный день! У нас много гостей и у них у всех хорошее, радостное настроение. Давайте с ними поздороваемся.

(*дети здороваются с гостями*)

А вы знаете, что мы не просто поздоровались, а подарили друг другу частичку здоровья, потому что сказали «Здравствуйте!» – это значит здоровья желаю. Русская народная поговорка гласит: «Здороваться не будешь – здоровья не получишь».

А как вы думаете, что самое важное в жизни каждого человека?

*(ответы детей)*

**Воспитатель:** Совершенно верно, здоровье – это самое главное в жизни каждого из нас.

Ребята, а сейчас мы поговорим с вами об одном из наших органов. А о каком именно узнаете отгадав загадку.

Бьётся в клетке, будто птица,

День и ночь в неё стучится,

Не затихнет никогда.

Ну а если так случится –

Ждёт хозяина беда. (Сердце)

*(ответы детей)*

**Воспитатель:** Правильно. Ребята, а вы знаете где у нас находится сердце?

*(ответы детей)*

**Воспитатель:** Оно находиться в груди слева, размером чуть больше кулака. А защищено оно рёбрами. Давайте попробуем с вами какие они прочные.

*(дети пробуют ребра, говорят какие они)*

**Воспитатель:** сердце – чудо механизм, который работает сам по себе, без остановки много лет подряд. Сердце трудится, не переставая с самого рождения человека. Оно работает всегда, даже когда мы спим.

Ребята, наше сердце – это тоже мышца, поэтому физические упражнения укрепляют, делают его сильнее, также как и мышцы рук, ног, туловища. Сейчас мы дадим нагрузку нашему организму – выполним полезные упражнения для укрепления мышц. На зарядку становись.

*(дети делают под музыку «Солнышко лучистое» зарядку)*

Сердце как насос проталкивает кровь по сосудам.

Ребята, а как вы думаете для чего оно перегоняет кровь?

*(ответы детей)*

 Разносит органам кислород и питательные вещества.

**Воспитатель:** Сердце наш вечный двигатель.

Если остановится сердце, – человек умрет. Работу сердца можно определить по пульсу, услышать, как оно бьется.

А кто из вас знает где мы можем пощупать пульс?

*(Ответ детей)*

**Воспитатель**: Послушать пульс на запястье, на шее, на висках с помощью пальцев. Так же биение сердца можно услышать с помощью специальных медицинских приборов – фонендоскопа и тонометра.

**Воспитатель**: А теперь проведем с вами эксперимент.

Артем будет врачом, а Женя – пациентом и сравним как у нас бьется сердце в спокойном состоянии и после физических упражнений. А слушать биение сердца мы будем с помощью специального медицинского прибора – фонендоскопа.

А мы с вами приложим руку к сердцу и почувствуем, как оно бьется.

*(проводится эксперимент)*

**Воспитатель:** А теперь Женя пусть сделает 5 приседаний и попрыгает на двух ногах.

*(проводится дальше эксперимент)*

**Воспитатель:** Артем, а теперь попробуй с помощью барабана показать, как стучит сердце.

*(Артем показывает, как стучит сердце)*

**Воспитатель:** Вот так услышал Артем. А теперь давайте всеми послушаем как на самом деле бьется сердце.

*(слушают биение сердца)*

**Воспитатель:** Ребята, а теперь я вам хотела бы предложить немного поиграть. Давайте разделимся на две команды, и посмотрим кто из вас быстрее соберет пазл.

*Проводится эстафета – «Выложи сердце»*

**Воспитатель:** Сердце человека – очень важный орган. Его нужно беречь и укреплять. Как вы думаете, как надо укреплять и беречь сердце?

*(ответы детей)*

**Воспитатель:** Совершенно верно, необходимо много гулять на свежем воздухе, заниматься физкультурой, закалять свой организм.

**Воспитатель:** Сердце – солнце организма, а ритм сердца – ритм жизни. Научите, сердце гореть - и рядом с ним будет тепло каждому, научите верному ритму и будете здоровыми физически и морально.

Лучшие человеческие качества милосердие и сердечность связал народ с сердцем. Лучшие чувства – любовь, дружба, симпатия – идут от сердца!

**Сюрпризный момент вручение шариков в виде сердца.**