Конспект занятия

**Тема: « Великий труженик и волшебные реки».**

**Цель:**

* Познакомить детей с работой человеческого сердца, показать значение сердца для всего организма и разъяснить роль вен и артерий в работе сердечно – сосудистой системы.
* Научить находить пульс на запястье и считать удары своего сердца.
* Обучать правилам сохранения здорового сердца, вырабатывать сознательное отношение к здоровому образу жизни.
* Формировать любовь и сознательное отношение к выполнению физических упражнений для сохранения здорового сердца.
* Развивать умение логически мыслить, четко и ясно отвечать на поставленные вопросы, устанавливать логические связи.
* Развивать чувство ритма: определение метроритмических пульсаций.
* Обогащение словаря, умение правильно подбирать прилагательные.

**Оборудование**: Торс человека с сердцем и кровеносными сосудами - веной и артерией; муляж сердца; вырезанные из красной бумаги сердечки, фонендоскоп.

**Ход занятия:**

1. **Организационный момент. Приветствие.**
2. **1. Беседа с детьми.**

**Воспитатель:**- Сегодня мы с вами поговорим об очень важном органе нашего организма. А как он называется, вы узнаете, когда отгадаете загадку:

Холодное, но не космос,

Горячее, но не пламя,

Ему не хочется покоя.

Стучит он в груди тук-тук-тук.

**Воспитатель:**- Молодцы! Теперь мы знаем, что это сердце. Давайте послушаем, как бьются ваши сердечки. (Слушают, прислонившись ухом к спине друг друга)

- А как вы узнали, где нужно слушать биение?

- Проговорите, как оно стучит.

Песенка сердца – тук-тук-тук.

- А если вы волнуетесь? «тук-тук-тук-тук»

- Если вы испугались? «тук-тук-тук-тук-тук» Поэтому и говорят «выскочит сердце от испуга».

- А теперь попробуем прохлопать, как бьется наше сердечко (дети хлопают в ладоши).

- Биение сердца еще можно определить по пульсу (воспитатель показывает как найти пульс на запястье, дети находят его и считают удары сердца).

- Как врач узнает биение вашего сердца? Он слушает специальным аппаратом, который называется стетоскоп. Дать детям возможность прослушать биение сердца стетоскопом.

- Еще раз повторите, как называется этот прибор.

-Заглянём внутрь сердца и узнаем, как оно устроено.

**2.Строение сердца**

( Дети подходят к муляжу сердца, открываем его и рассматриваем).

Сердце разделено на 4 камеры: правое и левое предсердия, правый и левый желудочки.

-Ребята, как вы уже знаете, что кровь красного цвета, в её состав входят маленькие, разноцветные человечки- клеточки. Познакомимся с ними?

* Я – красная клеточка крови, переношу пищу и свежий воздух.
* Я – белая клеточка крови, защищаю вас от болезней, не пускаю в организм микробов и вирусы.
* Я – фиолетовая клеточка крови, защищаю человека от потери крови, заживляю ранку и останавливаю кровь.

**ФИЗКУЛЬТМИНУТКА.**

* Мы старались, мы учились
* И немного утомились.
* Сделать мы теперь должны
* Упражненье для спины

**(Вращение корпусом вправо и влево.)**

* Мы работаем руками
* Мы летим под облаками.
* Руки вниз и руки вверх
* Кто летит быстрее всех?

**( Дети имитируют движения крыльев.)**

* Чтобы ноги не болели.
* Раз – присели , два – присели ,
* Три, четыре, пять и шесть,
* Семь и восемь, девять, десять.

**( Приседания.)**

* Рядом со столом идём,
* **( Ходьба на месте.)**
* И садимся мы потом.

**( Дети садятся за столы.)**

**3.Игра «Какое бывает сердце».**

Цель: умение правильно подбирать слова**–**прилагательные, обозначающие определения (большое –маленькое, доброе –злое, любвеобильное, золотое, преданное, смелое, трусливое, горячее, холодное, пламенное, ледяное, ласковое и т.д.)

За каждый ответ ребенку дается бумажное сердечко.

**Воспитатель:**- Покажите, где находится сердце. Приложите к этому месту бумажное сердечко.

Размер сердца взрослого человека, малыша и старого человека разный. Сожмите кулачек. Вот такого размера ваше сердечко.

- А почему мы с вами его не видим как, например, рот, нос, глаза? Его защищает грудная клетка, мышцы, кожа. Нащупайте у себя грудную клетку – это наши ребра, они охраняют сердце (показать на торсе человека).

- Несмотря на небольшой размер нашего сердца, оно работает днем и ночью. Что случится, если оно перестанет биться?

- Мы должны сердце беречь, заботиться о его состоянии. Давайте вместе подумаем, какие правила надо соблюдать, чтобы сердце не болело и работало дольше. (Дети высказывают свои предположения, а воспитатель записывает). Вот мы и составили

**4. Правила здорового сердца.**

1. Не переутомляться

2. Спать днем

3. Вечером вовремя ложиться спать

4. Кушать полезную еду

5. Тренировать сердце (бегать, прыгать, выполнять физические упражнения, закаляться)

**Воспитатель:**- Сейчас мы с вами потренируем свое сердце. Вставайте и дайте попрыгаем и побегаем (прыжки и бег на месте).

- Молодцы, а теперь, проверти свой пульс. Какой он спокойный или учащенный?

- Давайте сделаем дыхательное упражнение, чтобы сердце успокоилось, и сядем на стульчики.

Наше сердце постоянно сокращается и расслабляется автоматически, человек не прилагает для этого никаких усилий.

Ребята, если вы поранились, что нужно сделать. ( Ответы детей.) При этом показываю бинт, вату, йод, зелёнку, которые помогают остановить кровь. А если кровотечение очень сильное, то необходимо закрыть рану, какой либо тканью и позвать на помощь.

Кровь течёт по венам и артериям – это « волшебные реки» в человеческом организме.

1. **Итог.**

**Воспитатель:** Ребята, с чем мы сегодня познакомились?(Ответы детей.)

- Когда сердце стучит быстрее, когда мы двигаемся или сидим?

- Какие клеточки крови, вы запомнили?

**Воспитатель:**- Теперь вы знаете, как работает сердце и как движется кровь в нашем организме, и почему важно иметь здоровое сердце. Давайте вспомним, что для этого нужно делать (дети называют правила здорового сердца).

**Молодцы!**