Конспект образовательной деятельности на тему: Познай себя»

Данный материал будет полезен учителям начальных классов, воспитателям дошкольных учреждений, а также родителям при проведении бесед на формирование у ребенка ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление здоровья глаз, на расширение знаний и навыков по гигиенической культуре. Забота о зрении наших детей это первостепенная наша задача, ведь почти 90 % информации мы получаем непосредственно через глаза в старшей группе.

Обучающие, развивающие и воспитывающие задачи:

1. Дать детям представление о том, что глаза являются одним из самых основных органов чувств человека;
2. Познакомить детей со строением глаза.
3. Воспитывать чувство сострадания к незрячим людям, желание оказывать им помощь.
4. Привести к пониманию, что зрение необходимо беречь.
5. Продолжать формировать познавательный интерес к человеку.
6. Расширять пассивный словарь детей: «зрачок», «сетчатка», «радужная оболочка», «хрусталик».

Предварительная работа:

Чтение художественной литературы, разгадывание загадок по теме, рассматривание картинок по теме,разучивание гимнастики для глаз.

Ход образовательной деятельности:

В гости приходит кукла Маша в медицинском халате и предлагает детям отгадать загадки:

-На двух колах бочка,

На бочке - кочка,

А на кочке – лес (человек).

-Горшочек умен,

Семь дырочек в нем (голова).

Два Егорки

Живут возле горки,

Живут дружно,

А друг на друга не глядят (глаза).

-Два соседа – непоседы,

День на работе,

Ночь на отдыхе (глаза).

Воспитатель: Сегодня мы с вами поговорим о глазах. Глаза – это один из ценнейших органов чувств человека. Ребята, как вы думаете, почему?

Дети: С помощью глаз человек видит предметы, их цвета, размеры, форму, перемещение предметов. Глаза помогают человеку передвигаться в нужном направлении, ориентироваться в пространстве и во времени.

Воспитатель: Правильно ребята, благодаря глазам мы получаем почти всю информацию об окружающем мире. Хотите узнать тайну наших глаз?

Дети: Хотим.

Кукла Маша (достает фотоаппарат). Ребята, что это такое?

Дети: Фотоаппарат.

Кукла Маша: Посмотрите, я сейчас нажму на кнопку затвора. Что вы заметили? (Открылось маленькое отверстие).

Воспитатель: Да, через это отверстие проходят лучи света. Они попадают на пленку и рисуют на ней то, что мы фотографируем. Примерно так же устроен глаз. Посмотрите в глаза друг другу. Что видите?

Дети: Маленький цветной кружок, черную точку посредине.

Воспитатель: Этот кружок называется радужная оболочка. У одних, она коричневая, у кого то, она голубая. (Воспитатель предлагает детям посмотреть друг другу в глаза и определить цвет радужной оболочки).

А черная точка посредине это зрачок. Через него лучи света попадают внутрь глаза. И мы видим то, на что смотрим, что нам хочется увидеть. Ребята, посмотрите, что нам принесла кукла Маша.

Кукла Маша показывает плакат «строение глаза». Дети рассматривают и обсуждают его.

Воспитатель: Зрение – это способность видеть. Наш глаз похож на маленькое яблоко. Мы его не видим целиком, так как это яблоко надежно спрятано в глубокую норку – глазницу, а наружу выглядывает любопытный зрачок. Но прежде чем попасть в яблоко, свет должен пройти через маленькое увеличительное стеклышко. С его помощью мы видим четко и ясно. Недаром его назвали чистым, прозрачным словом – хрусталик. Дальше лучи собираются на сетчатке глаза, и по нервам, как по телефонным проводам, сигналы мчатся в мозг, где и возникает зрительное ощущение. Человек видит то, на что он смотрит. (Воспитатель показывает на плакате зрачок, хрусталик, радужную оболочку, сетчатку, мышцы глаза, зрительный нерв). А сейчас, мы проверим ваши глазки. Поиграем с пчелкой.

Физминутка: «Пчелка».

Воспитатель: Как вы думаете, для чего нам нужны веки, брови, ресницы?

(Ответы детей).

Воспитатель: Правильно, и для красоты, и для удобства. Потечет со лба пот, его остановит густая изгородь бровей. Но если вдруг несколько пылинок сядет на роговицу, их тотчас слизнет непрерывно моргающее веко. Если же в опасной близости, от глаза появится какой – нибудь предмет, веки захлопнутся сами раньше, чем мы об этом подумаем. Посмотрите. (Воспитатель неожиданно взмахивает перед глазами детей ленточкой).

Что случилось с вашими глазами? (Дети рассказывают о реакции своих глаз).

Несмотря на то что глаза способны сами себя защитить, если о них плохо заботиться, с ними случаются всякие беды. А какие беды, вы поможете ответить. Кукла Маша предлагает поиграть в игру: «Хорошо – плохо». Она достает рисунки с изображением детей в различных ситуациях. (Или сама проигрывает эти ситуации).

Воспитатель: Давайте, сравним эти картинки и скажем, где ребенок поступает правильно, бережет глаза, а где нет. Если вы считаете, что то что изображено на рисунке хорошо для глаз, хлопайте в ладоши, а есои плохо, то закрывайте глаза руками.

Воспитатель использует карточки:

1. Ребенок трет грязными руками глаза.
2. Ребенок вытирает чистым платком глаза.
3. Ребенок читает за столом в хорошо освещенной комнате.
4. Ребенок смотрит телевизор или играет на компьютере, сидя близко к экрану.
5. Ребенок читает в транспорте.
6. Ребенок читает лежа в постели.
7. Ребенок держит ножницы и карандаши острием вверх.

Воспитатель: На земле есть люди, которые ничего не видят, они лишены зрения. Как вы думаете, легко ли жить таким людям? Почему?

Дети: Трудно, они не получают информацию об окружающем мире.

Воспитатель: Ребята, если мы увидим слепого человека, как мы можем помочь ему? (Ответы детей).

Воспитатель: Наше государство заботится о таких людях. Для слепых построены школы, где их учат читать с помощью пальцев, обучают собак – поводырей, которые помогают человеку ориентироваться на улице.

Проводится игра, которая позволяет каждому ребенку понять, как трудно в этом мире жить, не видя ничего.(Ребенок с завязанными глазами должен определить на ощупь незнакомый предмет).

Воспитатель: «Ребята, а вы знаете, какие продукты наиболее полезны для глаз? » (Ответы детей).

Воспитатель: «А еще очень полезны для глаз укроп, шиповник, рябина, тыква, черная смородина, петрушка, капуста, лимоны, печень, сливочное масло, рыба, молоко и т. д. ».

Из набора картинок «Продукты» дети выбирают наиболее полезные для глаз.

Воспитатель: А теперь давайте, еще раз повторим и запомним правила по охране зрения.

1. Не трите глаза грязными руками.
2. Умывайтесь ежедневно с мылом.
3. Не смотрите близко телевизор, не играйте в компьютерные игры.
4. Не читайте, не рисуйте лежа в постели.
5. Оберегайте глаза от попадания в них едких и опасных жидкостей.
6. Берегите глаза от колющих и режущих предметов.
7. Ешьте продукты с витаминами.
8. Гуляйте на свежем воздухе.

Воспитатель: Глаза – наши незаменимые помощники. Они могут рассказать доктору, что человек болен и ему нужна помощь. У больного человекам меняется цвет глаз. Недаром говорят, что глаза – зеркало души. И в этом зеркале можно увидеть не только болезни, но и характер человека: добрый он или злой, хитрый или простодушный, правду он говорит или нет. С их помощью мы видим окружающее, любуемся природой, узнаем друг друга. Поэтому берегите глаза.

Итог образовательной деятельности.