**Как сохранить свое зрение?**

(с использованием ИКТ)

**Цель занятия:**
 - продолжать формировать элементарные представления о роли органа зрения как одного из основных органов чувств в жизни человека;
- научить детей элементарным способам сохранения зрения, выявить имеющиеся у детей и расширять знания детей о зрении людей и животных;
- подвести детей к пониманию того, как нелегко живется слепым людям, формировать гуманные чувства по отношению к инвалидам;
- продолжать формировать интерес 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;

- подготовка слайдов;

- сюжетно-ролевые игры "Больница", "Кабинет окулиста".
- рисование портретов.  **Материал и оборудование:**
- темная маска для глаз; картины с изображениями глаза человека; очки солнцезащитные и для коррекции зрения; рисунки с геометрическими фигурами; набор мелких предметов, бумага для рисования, карандаш, пиктограммы.
**Ход занятия.**
**Воспитатель.**Дети, посмотрите, сколько гостей сегодня к нам пожаловало, и все они смотрят на вас добрыми милыми глазами, и вы тоже посмотрите на них, улыбнитесь им и поздоровайтесь. (Дети здороваются с гостями). А теперь давайте немножко отдохнем и прочитаем стихотворение о нашем теле.
Есть на пальцах наших ногти,
На руках запястья, локти.
Темя, шея, плечи, грудь.

И животик не забудь.
Бедра, пятки, две стопы,
Голень и голеностоп.
Два колена и спина,
Но она всего одна.
Есть у нас на голове
Уха два и мочки две.
Брови, скулы и виски.

И глаза, что так близки.
Щеки, нос и две ноздри,
Губы, зубы – посмотри.
Подбородок под губой.

Вот что знаем мы с тобой!
Как много частей тела вы назвали, а теперь отгадайте мою загадку. Два брата через дорогу живут, а друг друга не видят. (Глаза). Правильно.  **Воспитатель.** Хотите больше узнать о своих глазах? Я сейчас превращусь в доктора и все вам расскажу о глазах. (Воспитатель надевает халат и медицинский колпак). Садитесь на стулья, и рассмотрим, как устроен наш глаз. Давайте посмотрим друг другу в глаза. Какие они? На что они похожи? (Рассматривание слайда с изображением глаза).
Глаза у нас круглые, похожи на шар, яблоки, (показ глазных яблочек), они так и называются глазные яблоки. Они двигаются влево-вправо, вверх-вниз, по кругу.
Вот эта часть у всех людей разного цвета. (Показ радужной оболочки). А почему она так называется? (Ответы детей). В центре радужной оболочки есть черная точка. Это зрачок. Если света много, то он маленький, а в темноте он становится большим. Посмотрите друг другу в глаза, какой сейчас зрачок? (Рассматривание друг у друга величины зрачка).
Природа заботливо оберегает глаза: они расположены в углублениях – глазницах-домиках. Закрывает этот «дом» специальная дверца под названием - веко. Когда появляется опасность для глаз, веки по приказу мозга быстро закрываются. Когда отдыхают, тоже закрываются.
На веках есть волоски и называются они ресницы, реснички-сестрички. Они защищают глаза от пыли, мусора, который может попасть в глаза. (Рассматривание ресничек друг у друга). Сверху над глазами есть еще защитники – это брови. Потечет пот со лба - его остановит бровь. Ветер понесет в глаза пыль - ее задержат реснички. (Показ и рассматривание бровей и ресничек).
Для чего нам нужны глаза? (Ответы детей). Когда наши глаза открыты, мы постоянно рассматриваем то, что находится перед глазами. Глазами мы видим весь мир, читаем книги, смотрим телевизор, видим разные предметы: их форму, величину, цвет. Посмотрите на эту картинку и скажите, что вы видите? (Рассматривание геометрических фигур разного цвета, формы и величины). Теперь закройте глаза, и все как - будто исчезло, одна чернота. (Для большей убедительности можно предложить детям закрыть глаза и рассказать, что они ощущают). Откройте глаза и все опять появится. Как бы мы жили, если бы у нас не было глаз?
**Игры "Узнай закрытыми глазами", "Узнай по голосу", "Пройди с закрытыми глазами".**
**Воспитатель.** Вы что-нибудь видели закрытыми глазами? А открытыми? Есть люди, которые ничего не видят или видят очень плохо, их называют слепыми и слабовидящими. Как думаете, им хорошо живется. (Ответы детей). Они не видят красоту природы, не видят вокруг себя ничего, у них постоянная ночь в глазах. Как думаете, а слепые люди умеют читать? (Ответы детей). Да, они умеют читать по особенным книжкам, они читают руками по выпуклым буквам. Как думаете, а зрение животных отличается от зрения людей? (Показ слайдов с глазами животных). Кто из птиц лучше всего видит? А кто видит в темноте или ночью? А у какого животного самые большие глаза? А у кого много глаз? А у кого глаза не двигаются? Да, звери, птицы, рыбы, насекомые отличаются от нас зрением, кто-то видит лучше нас, а кто-то хуже. Но глаза нужны всем.
Как думаете, а зрение, глаза нужно беречь? (Ответы детей). Чтобы глаза лучше видели, для них также как и рукам, ногам и всему нашему телу нужна гимнастика. Я хочу научить вас простым упражнениям, выполняя которые вы сможете надолго сохранить свои глаза здоровыми. (Проведение гимнастики для глаз).
- зажмурить сильно глаза и открыть (4раза);
- поморгать глазами (5сек.);
- посмотреть влево-вправо (по 4р.);
- снова поморгать глазами(5сек.);
- посмотреть вверх-вниз (по4р.);
- снова поморгать глазами;
- посмотреть на указательный палец перед собой, затем вдаль;
- снова поморгать глазами(5сек.);
- сложить ладошки домиком и положить на глаза (счет до 5 и обратно).
 Еще надо запомнить правила, как беречь глаза. Сейчас я их вам назову, а вы за мной повторите:
- читай и рисуй при хорошем освещении, при этом держи спину прямо и не наклоняйся низко к столу;
- устали глаза - сделай гимнастику для глаз;
- не смотри на солнце, сварку и другие яркие предметы без защитных очков из темного стекла;
- не смотри долго телевизор и не садись близко к экрану телевизора;
- не три глаза руками, если особенно они грязные;
- если в глаз что-нибудь попало, промой его водой, если мусор не вынимается, то срочно обращайся за помощью.
**Воспитатель.** А как вы думаете, глаза умеют говорить? (Ответы детей). Да, глаза
могут рассказать о многом. (Экспериментирование взгляда, настроения человека и его угадывание, использование пиктограмм).
Давайте теперь прочитаем нашим гостям стихи про глаза.
Глаза умеют говорить,
Кричать от счастья или плакать,
Глазами можно ободрить,
С ума свести, пуститься в драку...
Глаза одних сверкают солнцем,
Глаза других наполнены слезой...
Глаза способны отражать любое чувство,
Они всегда честны с тобой.
Когда узнать захочешь человека,
Смотри в глаза - в них зеркало души.
Они не станут врать, ведь не дано им это.
Глаза не врут - они всегда чисты!
Глаза откроют множество секретов,
Ты только повнимательней смотри.
И если на вопросы ищешь ты ответы,
Взгляни в глаза - в них зеркало души
Не знают устали глаза,
Что видят всюду, то внимают,
Пусть не коснется их слеза,
Лишь счастьем пусть они сияют.