Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

Детский сад комбинированного вида№22 муниципального образования

Усть- Лабинский район

***Познавательно - исследовательский проект***

***«Верные  помощники – органы чувств»***

***Подготовил:***

воспитатель

 Гаркушова Кристина Геннадьевна.

2015 год .

**Паспорт проекта**

**Тема проекта:** «Верные  помощники – органы чувств»

**Вид проекта:** познавательно- исследовательский

**Участники проекта*:*** дети старше-подготовительной к школе группы, родители, воспитатель.

***Сроки реализации проекта:***7 месяцев (октябрь - апрель).

Проблема: С помощью чего человек познает мир? Может ли человек прожить без органов чувств?Для чего человеку органы чувств?Какие органы чувств есть у человека?Нужно ли ухаживать за органами чувств?Нужно ли беречь органы чувств?

**Актуальность проекта.**«Здoровье  -  это главное жизненное благо», - так гласит народная мудрость. Результатом освоения культуры здоровья ребенка дошкольного возраста, становится такое личностное качество, как готовность самостоятельно решать элементарные задачи здорового образа жизни, задачи сохранения и укрепления здоровья. Изучение органов чувства входит в систему знаний ребенка дошкольного возраста. Восприятие окружающего нас мира происходит при помощи органов чувств.  Нельзя недооценивать охрану этих жизненно важных органов. Необходимо  привить правила  бережного к ним отношения, дать элементарные знания  об их строении, функциях, значении, развивать  их.

**Цель проекта:** При помощи специально подобранных  игр, упражнений, занятий развивать интерес детей к изучению своего организма, сохранению и укреплению здоровья; формировать знания  о строении  и функции органов чувств, их роли в жизни человека и животных.

**Задачи проекта:**

1.Изучить и проанализировать психолого-педагогическую и специальную литературу по проблеме исследования.

2. Выявить имеющиеся у детей знания и расширить их знания об органах чувств  человека и животных.

3. Научить детей элементарным способам сохранения здоровья органов чувств, воспитывать бережное и заботливое отношение к  своему организму.

4. Развивать восприятие детей.

5. Активизировать речь детей, обогащать словарный запас новыми словами и понятиями.

6. Привлечь родителей  к  поиску информации для детей об органах чувств  человека и животных, активизировать их  к  совместной  деятельности.

7. Способствовать формированию представлений у детей об органах чувств, их значении в жизни человека.

8. Развивать игровую, познавательную и самостоятельную деятельность у младших дошкольников; способствовать развитию уверенности в себе.

9. Закреплять умение отражать свои впечатления в продуктивных видах деятельности.

 10. Воспитывать бережное отношение к органам чувств, доброжелательное отношение к людям с ограниченными возможностями, развивать способности к сопереживанию.

11. Привлечь родителей к активному участию в реализации проекта.

**Объект исследования:** органы чувств человека.

 **Предмет исследования:** формы и методы, приёмы работы с детьми по валеологическому воспитанию.

 **Гипотеза проекта**: Изучение знаний о своем организме, о работе органов чувств,  т.к. через познание себя он может бережно относиться  к своему организму.  Элементарное ознакомление  детей со строением своего организма, с органами является лишь средством для понимания и ощущения неразрывной связи человека и природы.   Научить правилам ухода  за своим организмом, используя при этом специальные игры, упражнения, занятия. В дальнейшем   у детей:

- возникнет желание самостоятельно заботиться о своем здоровье;

- воспитается привычка к ведению здорового образа жизни;

- разовьется восприятие.

- повысится познавательный уровень.

**Ресурсы:**

**метариально-технические: ноу………**

***Методы исследования:***

- изучение литературы;

- экскурсии и  наблюдения;

- рассматривание картин и рисунков с изображениями  органов чувств ;

- беседы;

- дидактические игры и занятия;

- исследовательские эксперименты;

- зрительная, слуховая, тактильная  гимнастика, игровые упражнения;

- тестирование;

- использование ИКТ;

- анкетирование;

- художественное слово.

  **Этапы реализации проекта.**

1 этап – подготовительный (октябрь).

2 этап – деятельностный (ноябрь- март).

3 этап – заключительный (апрель).

**План реализации проекта:**

1. 1 **этап – подготовительный этап** .

Сроки: октябрь

Цель: изучение теории, практики по работе по данному направлению, выбор форм и методов, программного обеспечения.

|  |  |
| --- | --- |
| № п\п | Наименование мероприятия |
| 1. | Анкетирование родителей, опрос детей и педагогов |
| 2. | Изучение методической и теоретической литературы  |
| 3. | Анализ ресурсных условийСоставление плана работы:* разработка воспитателями перспективного планирования работы с детьми *(с учётом разных видов деятельности и указанием интеграции образовательных областей)*
* разработка воспитателями перспективного планирования в рамках сотрудничества с родителями.
* разработка плана работы с педагогами

Подбор и систематизация наглядно-дидактического материала, ЦОР  |

1. **Деятельностный .**

Сроки:

Цель: практическая реализация данных планов и пополнение ППРС.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п\п | Наименование мероприятия | Участники  |
|  | * Разработка конспектов занятий, экскурсий, бесед, викторин.
* Разработка сценариев праздников и развлечений с привлечением образовательного ресурса ДОУ.
*
 | Воспитатель. |
|  | **Работа с детьми** |  |
| 1. | Организованная образовательная деятельность: |
| 1.1. | по познавательному развитию (ознакомление с окружающим миром);* «Ах, эти чудные глаза!»,
* «Нос. Для чего он нужен»,
* «Язык мой – друг мой»,
* «Уши всякие важны»,
* «Кожа. Как за ней ухаживать» и другие
 | Ознакомление с предметным миром, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, физическая культура, безопасность собственной жизнедеятельности. | Воспитатель, физ. инструктор. |
| 1.2. | Образовательная деятельность в ходе режимных моментов: Чтение детям : А . Барто «(Кто как кричит»),Физ. озд.проц. «Умоем личико свое». | Ознакомление с миром природы, физическая культура. | Дети, воспитатель. |
| 1.2.1. | Совместная деятельность со взрослыми: |
| А)  | * Беседы
 |
| Б) | * Игры:
* настольно-печатные «Валеология»,
* сюжетно-ролевые «Больница».
 | * Формирование представлений и самом себе,физическая культура, безопасность собственной жизнедеятельности.
 | Дети, воспитатель. |
| В) | * Гимнастики:
* Гимнастика для глаз,
* Дыхательная гимнастика

Точечный массаж . | * Формирование навыков самообслуживания, развитие речи посредством движения.
 | Воспитатель, физ. инструктор, дети. |
| 1.2.2 | Предполагаемые продукты  деятельности: |
| 1. | * Разработка конспектов  занятий.
 | * Ознакомление с предметным и окружающим миром, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, физическая культура, безопасность собственной жизнедеятельности, формирование навыков самообслуживания.
 | Дети, воспитатель. |
| 2. | Оформление буклетов для родителей «Глаза. Как их сберечь», «Как ухаживать за ушами», «В океане звуков», «Чтобы нос дышал», «Одежда по сезону», «Пять дел перед сном», «Как вести себя за столом», «Полезная и вредная пища». | * Формировать потребность быть здоровым и вести здоровый образ жизни ,безопасность собственной жизнедеятельности, гигиенические навыки.
 | Родители, Воспитатель, дети. |
| 3. | Проведение выставки  детских рисунков «Моя семья», | * Изготовление коллективных работ.
 | Дети,родители. |
| 4. | Изготовление панно «Органы чувств». | * Формирование представлений о самом себе, о здоровом образе жизни, безопасность собственной жизнедеятельности.
 | Воспитатель. |
| 5. | Подбор упражнений зрительной, дыхательной, артикуляционной, пальчиковой  гимнастики, упражнений на межполушарное взаимодействие. | * Физическая культура, развитие двигательных навыков, безопасность собственной жизнедеятельности, формирование навыков самообслуживания.
 | Воспитатель, дети. |
| 6. | Составление и редактирование совместно с детьми мнемотаблиц по изучению органов чувств. | * Развитие двигательных навыков, формировать потребность быть здоровым и вести здоровый образ жизни.
 | Воспитатель, дети. |
| 7. | Обогащение предметно-развивающей среды:«Меткие ловишки» на развитие глазомера, «Массажные точки», «Звуки природы», «Тактильный коврик». | * Развивать способность к преодолению физических и психологических барьеров, формирование навыков самообслуживания.
 | Воспитатель, физ. инструктор, родители. |
| 8. | Подбор стихов, загадок, поговорок, пословиц   об органах чувств. | * Развитие связной речи, двух форм речевого общения- диалога и монолога.
 | Воспитатель, дети. |
| 9. | Оформление  презентаций, альбомов  по органам чувств человека . | * Формировать потребность быть здоровым и вести здоровый образ жизни ,безопасность собственной жизнедеятельности, гигиенические навыки.
 | Воспитатель. |
| 10. | Консультация для воспитателей «Формирование представлений у старших дошкольников о функциях органов чувств». | * Ознакомление с темой , Познание, физическая культура, безопасность .
 | Воспитатели. |
| 11. | Консультация для родителей : «Как помочь ребенку осознать себя». | * Ознакомление с темой , познание, физическая культура, безопасность .
 | Воспитатель, родители. |
| 12. | Беседа с детьми «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу». | * Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
 | Воспитатель, дети. |
| 13. | Проведение выставки  детских рисунков «Моя семья». | * Развитие мелкой моторики рук, сенсорных способностей, чувства ритма , цвета.
 | Воспитатель, дети, родители. |
| 1.2.3. | Самостоятельная деятельность детей  |
| А) | * Игры по инициативе детей
 |  |  |  |
| Б) | Самостоятельная исследовательская деятельность - самостоятельная деятельность в центрах, уголках развития:- игры - головоломки,- загадки,- мини-викторины,- пословицы и поговорки,- познавательные игры,- игры-драматизации,2. Чтение худ. литературы, том числечтение худ. литературы Кубани.3. Прогулки.4. Беседы о жизни и творчестве писателей-натуралистов, о связи литературы и вида искусства – книжной графики.6. Творческая деятельность в малой подгруппе (3-6 детей).7. Ситуативное общение и обучение в повседневных бытовых ситуациях. | * Ознакомление с предметным и окружающим миром, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, физическая культура, безопасность собственной жизнедеятельности, формирование навыков самообслуживания.
 | Дети. |
| В) | Индивидуальная деятельность (по запросу). | * Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Развивать способность к преодолению физических и психологических барьеров, формирование навыков самообслуживания.
 | Воспитатель, дети. |
| 1.2.4. | Работа с родителями |  |
|  | * Организация тематических выставок и т. д.
 |  |
| А) | * Пополнение предметно-развивающей среды, ЦОР.
 | * Формирование в процессе двигательной деятельности.
 | Воспитатель. |
| Б) | * Консультация « О здоровом образе жизни».
 | * Формировать потребность быть здоровым и вести здоровый образ жизни, безопасность собственной жизнедеятельности, гигиенические навыки.
 | Воспитатель, родители. |
| В) | Работа с педагогами |
| Г) | * Семинар-практикум «Мнемотаблица».
 |  | Воспитатели. |

3 этап – заключительный

Сроки: апрель.

Цель: подведение итогов работы, создание продуктов работы в данном направлении.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п\п | Наименование мероприятия | Участники  |
| 1. | Обобщить и систематизировать опыт работы по теме проекта и представить на педагогическом часе. | Воспитатель. |
| 2. | Создать презентацию по теме проекта. | Воспитатель. |
| 3. | Провести итоговое мероприятие (итоговое занятие, тематическая выставка, экскурсия в мини-музей группы, концерт и др.) | Воспитатель. |
| 4. | Познакомить родителей с результатами проектной деятельности в виде презентации. | Воспитатель. |
| 5. | Подготовить материал для публикации. | Воспитатель. |

**Заключение:**

В результате проведенной работы разработан перспективный тематический план, создана картотека игр, альбом, панно «Органы чувств», «Дерево здоровья»,  оформлена презентация, разработаны конспекты занятий, проведено итоговое занятие  «Верные помощники – органы чувств».

Дети  проявляют интерес к изучению своего организма, задают познавательные вопросы,  делятся своими познаниями дома.

**Перспектива  проекта:**

- продолжить работу по  формированию здорового образа жизни с детьми раннего возраста;

- адаптировать  собранный и полученный материал  для детей младшего и среднего дошкольного возраста;

- систематизировать и обобщить материал в авторскую программу.

Приложение

**Диагностические вопросы**

***для опроса детей*****по изучению знаний об органах чувств**

Цель: определение уровня знаний детей об органах чувств до и после изучения темы.

*Орган зрения:*

1.Что такое орган зрения и для чего он нужен?

2.Что такое веки (показать) и для чего они нужны?

3.Что такое ресницы, брови и для чего они нужны?

4.Какие части глаза ты еще знаешь? (глазное яблоко, радужная оболочка, зрачок).

5. Как уберечь зрение?  (делать зрительную гимнастику; проводить массаж; нельзя долго смотреть телевизор и сидеть за компьютером; правильно сидеть за столом; не тыкать глаза острыми предметами, умываться каждый день; при попадании инородного тела промыть чистой водой, потереть к носу , при необходимости обратиться к врачу).

*Орган слуха:*

1.  Какой орган является  органом слуха и для чего он нужен?

2.  Какие части уха ты знаешь?  (по атласу).

3. Для чего нужна барабанная перепонка?

4.  Как нужно ухаживать за ушами?

5.  Что вредно  и полезно для ушей? (по картинкам).

  - Нужно как можно громче включать музыку

 -  В холодную погоду надевать головной убор

 -  Слушать музыку через наушники

 -  Если музыка звучит громко, нужно уменьшить громкость

  - Зимой нужно ходить без шапки

  - Нужно мыть уши теплой водой с мылом каждый день

  - Ковыряться в ушах любыми предметами

 -   Не допускать попадания воды в уши

 -   Не сморкаться сильно

 -  Если уши заболели, нужно обратиться к врачу

 -  Каждое утро разминать ушную раковину

*Орган обоняния:*

1.  Какой орган является органом обоняния? (нос).

2.  Какую работу выполняет нос?  (различает запахи; задерживает вирусы, микробы, пыль; согревает воздух; увлажняет воздух влагой из носовой слизи, помогает дышать).

3.  Знаешь ли ты, как устроен нос?  (ноздри, носовые лабиринты, ворсинки).

4.  Для чего нужны ворсинки в носу?

5.  Как нужно ухаживать за носом? (промывать каждый день и при необходимости чистой водой; пользоваться носовым платком; не совать  в нос острые и мелкие предметы).

*Орган вкуса:*

1.    Какой орган является органом вкуса? (язык).

2.    Знаешь ли ты, как язык воспринимает вкус?  (вкусовые сосочки).

3.    Какой вкус пищи ты знаешь? (сладкий, кислый, соленый, горький).

4.    Какая пища вредная, а какая полезная?  (по картинкам).

5.    Как нужно ухаживать за языком и  зубами?  (чистить зубы и язык после завтрака и перед сном; полоскать рот после еды; не курить; не принимать горячую пищу; не брать в рот  несъедобные и грязные предметы).

*Орган осязания:*

1.    Какой орган является органом осязания? (кожа).

2.    Знаешь ли ты, как устроена кожа?  (по атласу).

3.    Как ты поступишь, если слегка поранишься?

4.    В каком месте тела наша кожа самая чувствительная? (на кончиках пальцев).

5.    Что надо делать, чтобы кожа была здоровой? (принимать водные процедуры; есть полезную и здоровую пищу; носить чистую одежду; не трогать бездомных кошек и собак).

**Методика диагностики.**

 Беседа; рассматривание анатомического атласа,  иллюстраций; разыгрывание ситуаций; карточки с изображением здоровой и вредной пищи, мнемотаблицы.

Подсчет баллов:

 - правильный ответ – 2 балла

 - неполный ответ – 1 балл

 - нет знаний – 0 баллов

                  - высокий уровень   -  от 35 до 50 баллов.

                       - средний уровень    -   от  17 до 34 баллов.

                  - низкий уровень      -  от 0 до 16 баллов.

**Результаты  диагностики.**

В исследовании принимало участие 14  детей.   Максимальное количество баллов, который мог бы набрать ребенок,  составляет 50 баллов.  В начале исследования  у  детей наблюдался низкий уровень конкретных знаний. Только двое детей имело знания высшего уровня. Это дети любознательные, с хорошей памятью, с ними и дома ведется работа по развитию детей.  К концу исследования   все дети успешно прошли низкий уровень. Значительно повысилось количество детей, преодолевших высокий уровень.  Радует то, что дети с интересом относятся к изучению своего организма. Со всеми детьми дальше продолжается работа по  формированию знаний об органах чувств, по  развитию  восприятия и сохранению и укреплению здоровья.

 **Заключение.**

В результате проведенной работы разработан перспективный тематический план, создана картотека игр, альбом, панно «Органы чувств», «Дерево здоровья»,  оформлена презентация, разработаны конспекты занятий, проведено итоговое занятие  «Верные помощники – органы чувств».

Дети  проявляют интерес к изучению своего организма, задают познавательные вопросы,  делятся своими познаниями дома.

**Перспектива  проекта.**

-   поделиться разработкой проекта с коллегами  детского сада, в интернет сообществах для дальнейшей его апробации и внесения замечаний и дополнений.

- продолжить работу по  формированию здорового образа жизни с детьми раннего возраста.

- адаптировать  собранный и полученный материал  для детей младшего дошкольного возраста.



**Конспект занятия «Для чего нам нужны глаза?».**

**Цель:**формировать у детей представление о значимости органов чувств для жизнедеятельности человека.

**Задачи:**

- побуждать детей к познанию органов чувств, знакомить с функциями, значением органов чувств;

- развивать зрительное, слуховое, тактильное, вкусовое, обонятельное восприятие, память, мышление;

- учить делать выводы на основе наблюдений, экспериментирования;

- развивать активную речь детей;

- воспитывать потребность быть здоровыми, желание соблюдать правила личной гигиены, заботиться о своем организме.

***Оборудование:***

- картинки органов чувств;

- презентация «Презентация о слепых людях», ноутбук и мультимедийное оборудование;

- баночки с лимоном, луком, чесноком, свежим огурцом;

- мелко нарезанные овощи и фрукты, продукты для игры «Узнай на вкус» (соленые, кислые, горькие, сладкие) ;

- «чудесный мешочек», в котором лежат игрушки разной формы;

- платок для завязывания глаз.

***Предварительная работа:***

- провести ознакомительные занятия по органам чувств;

- рассматривание анатомического атласа;

- знакомство с пословицами и поговорками об органах чувств.

***Ход занятия:***

**Воспитатель:** *Упражнение на психотренинг «С добрым утром! »*

С добрым утром, глазки! Вы проснулись?

*Указательными пальцами поглаживать глаза. Сделать из пальцев «бинокль» посмотреть в него.*

С добрым утром, ушки! Вы проснулись?

*Ладонями поглаживать уши. Приложить ладони к ушам «Чебурашка».*

С добрым утром, носик! Ты проснулся?

Трут нос

С добрым утром, ротик! Ты проснулся?

Открывают закрывают рот, играют язычком

С добрым утром, ручки! Вы проснулись?

Поглаживать то одну, то другую ручки. Хлопки в ладоши.

С добрым утром, ножки! Вы проснулись?

Поглаживание коленок. Потопать ногами.

С добрым утром, солнце! Я - проснулся! (проснулась)

Поднять руки вверх, посмотреть на солнце (посмотреть вверх)

**Воспитатель:** Как мы с Вами разбудили свое тело? Интересно, а зачем мы с Вами это сделали? Что будет, если какая - нибудь часть тела не проснется?

**Ответы детей:**

- ноги нам нужны для передвижения;

- руки для выполнения действий и ощущений;

- рот для приема пищи, речи, чтобы определять вкус продуктов;

- нос для дыхания и определения запахов;

- ушки чтобы слышать;

- глазки чтобы видеть.

**Воспитатель:**

Молодцы! А что значит видеть? Для чего нам надо зрение?

**Дети:** чтобы передвигаться, опознавать (познавать) предметы, ориентироваться в пространстве.

**Воспитатель:**

Знаете, я сегодня по телевизору услышала фразу «видеть без глаз». Как Вы думаете такое возможно? (ответы детей) И правда ли нам для того чтобы видеть нужны только глаза? Давайте узнаем это вместе? (Давайте)

Игра – эксперимент «Можно ли «видеть ушами? »

Ребенку завязываются глаза. Ставятся преграды и дети говорят, как и куда надо идти, чтобы добраться с одного место в другое.

**Воспитатель:**

*Подведение итога*: Удалось нам добраться от стула до стола? (да)

Так значит можно «видеть ушами»?

**Ответы детей:** человек может передвигаться в пространстве, ориентируясь по звуку.

**Игра «Где колокольчик? »** *Ребенку завязывают глаза, он по должен определить, откуда исходит звук.*

**Цель:**

**Воспитатель:**

Может ли человек ориентироваться по звуку? (ответы детей).

**Игра – эксперимент «Можно ли видеть ртом».**

*Детям с завязывают глаза, предлагают попробовать различные продукты и определить их на вкус (дети называют продукты).*

**Воспитатель:** Молодцы. Правильно смогли определить вкус и название продукта. Предлагаю другую игру. Необходимо по запаху определить продукты (лимона, лука, чеснока, свежего огурца).

**Игра – эксперимент «Можно ли видеть носом».**

*Детям предлагается понюхать и назвать что у соседа в руке.*

**Воспитатель:**

Молодцы, справились с заданием. Какой орган помог определить продукты? (ответ детей) .

**Воспитатель:**

Предлагаю провести новый эксперимент. Можно ли видеть руками?

Игра – эксперимент «Можно ли видеть руками»

Детям предлагается на ощупь описать и назвать предмет (из«Чудесного мешочка»).

**Воспитатель:**

Мы хотели узнать, можно ли «видеть без глаз», получилось у нас это? (ответы детей) .

Какой орган нам помог? (ответы детей) .

**Воспитатель:**

Как ещё мы можем видеть? (ответы детей: с помощью слуха, обоняния, вкуса, осязания) .

**Воспитатель:**

Вам сложно было выполнять задания с закрытыми глазами? (ответы детей) .

**Воспитатель**:

Чтобы зрение было в порядке, сделаем гимнастику для глаз:

*Выполнение упражнений зрительной гимнастики «Веселая неделька»*

Всю неделю по порядку глазки делают зарядку.

В понедельник, как проснутся,

Глазки солнцу улыбнутся,

Вниз посмотрят на траву

И обратно в высоту.

(Посмотреть вверх-вниз, голова остается неподвижной, упражнение снимает глазное напряжение)

Во вторник часики-глаза

Отводят взгляд туда-сюда,

Ходят влево, ходят вправо,

Не устанут никогда.

(посмотреть влево, вправо; голова остается неподвижной, упражнение снимает глазное напряжение.)

В среду в жмурки мы играем,

Плотно глазки закрываем.

Жмуримся и открываем-

Так игру мы продолжаем.

(плотно закрыть глаза, досчитать до пяти и широко открыть глаза; упражнение снимает глазное напряжение.)

А в четверг мы смотрим вдаль,

На это времени не жаль.

Что вблизи и что вдали –

Глазки рассмотреть должны.

(смотреть прямо перед собой, поставить палец на расстояние 25-30 см от глаз, перевести взор на кончик пальца и смотреть на него, опустить руку; упражнение укрепляет мышцы глаз, совершенствует их координацию.)

В пятницу мы не зевали,

Глаза по кругу побежали.

Остановка! Им опять

В другую сторону бежать.

(смотреть вверх, вправо, вниз, влево и в обратном направлении; упражнение совершенствует сложные движения глаз.)

Хоть в субботу выходной,

Мы не ленимся с тобой.

Ищем взглядом уголки,

Чтобы бегали зрачки.

(Посмотреть в верхний правый угол окна, затем в нижний левый; перевести взгляд в верхний левый угол и нижний правый; упражнение совершенствует сложные движения глаз.)

В воскресенье будем спать,

А потом пойдем гулять,

Свежим воздухом дышать

(Закрыть веки, массировать их круговыми движениями пальцев: верхнее веко – от носа к наружному краю глаз; нижнее веко – от наружного края к носу; затем наоборот; упражнение расслабляет мышцы и улучшает кровообращение.)

Без гимнастики, друзья,

Нашим глазкам жить нельзя!

**Воспитатель:**

Как устроены глаза? (Работа с презентацией «Глаза – органы зрения»)

**Воспитатель:**

Подумайте, какие предметы могут нанести вред глазам? (Ответы детей: это острые предметы: иглы, ножницы, стекло могут поранить глаз). Если же такая беда случилась, нужно как можно скорее обратиться к доктору. Но у глаз еще и другие враги, хоть и не такие опасные, как острые предметы. Это – телевизор и компьютер. Когда мы слишком долго смотрим телевизор или играем на компьютере, наши глаза устают и зрение падает: мы видим все хуже и хуже. А еще зрение портится, если мы играем и читаем в темноте. Но и яркий свет вреден для глаз, поэтому в солнечный день глаза защищают. И тогда доктор выписывает специальные очки, которые нужно обязательно носить, чтобы зрение не стало еще хуже.

А знаете ли вы, что нравится глазам? (ответы детей: чистота, свет, морковь, черника) .

**Воспитатель:**

13 ноября отмечается Международный день слепых. Конечно, очень сложно не иметь возможности видеть, но люди без зрения могут жить такой же жизнью как и мы. У них есть подручные средства, которые им помогают.

Работа с презентацией о слепых людях.

**Воспитатель:**

Дети с нарушением зрения также как и мы очень любят сказки. Давайте вместе с Вами сделаем им подарки.

Дети вместе с педагогом изготавливают иллюстрации к сказке «Колобок» с помощью пластилинографии приемом барельеф.

**Воспитатель:**

Спасибо всем за работу, у вас получились замечательные иллюстрации. Как вы думаете они понравятся детям? (ответы детей) Что нового и интересного Вы сегодня для себя узнали? (дети рассказывают свои впечатления).

**Конспект занятия по валеологии «Ушки наши ушки».**

***Цель:*** Формирование представлений детей о значении слуха в жизни.

***Задачи:*** Образовательные: познакомить детей с причинами нарушения слуха; дать знания о способах предупреждения нарушения слуха. Учить бережно, относиться к своему здоровью, соблюдать правила гигиены.

***Оборудование:*** иллюстрации с изображением полезного и вредного для глаз и ушей, слуховой аппарат, картинки с изображением людей со слуховым аппаратом, ширма, стакан с водой, ложка, бумага для шуршания. Звуки окружающего.

Раздаточный материал: морская ракушка, карточки с предметами, фломастер красный.

 **Ход занятия.**

**Круг радости:** Мы солнцу скажем: «Здравствуй! »

Мы небу скажем: «Здравствуй! »

«Пусть утром будет ясным! »

- Природе скажем мы.

Пусть будет мир прекрасным!

И даже в день ненастный

Ему желаем счастья, любви и красоты!

**Воспитатель:** - Ребята, сегодня мы с вами будем учеными! Кто такие ученые? (Это люди, которые занимаются изучением какой-нибудь науки, они ставят опыты, проводят эксперименты.) Так вот, сегодня мы будем изучать себя, будем ставить опыты! И отправимся мы для этого в Институт Здоровья.

Прежде чем отправится в первую лабораторию, отгадайте загадку:

На ночь два оконца сами закрываются

А с восходом солнца сами открываются.

**Дети:** (Глаза)

**Воспитатель:** Что полезно, а что вредно для глаз?

**Дети:** Нельзя читать лёжа и в плохо освещённой комнате, смотреть на лампу, на яркое солнце. Нужно беречь глаза от острых предметов, не тереть глаза руками. Для глаз полезно смотреть на закат и восход солнца, умываться чистой водой.

**Воспитатель:** Для глаз полезен зелёный цвет: он успокаивает, а красный цвет, наоборот, утомляет. Повернитесь – посмотрите в глаза друг другу.

Проходим во вторую лабораторию.

Загадка про уши

Оля слушает в лесу,

Как кричат кукушки.

А для этого нужны. Нашей Оле.

(Ушки) .

**Воспитатель:** У всех людей по два уха расположены по обе стороны нашей головы. В отличие от глаз, наши уши постоянно открыты, а значит, они постоянно слышат, улавливают какие-то звуки, даже когда мы с вами спим. Поэтому уши одни из первых сообщают нам об опасности.

Ребята, как называется человек, который не слышит?

Дети: Глухой.

**Воспитатель:** Наш мир полон прекрасных звуков, стоит только прислушаться. Эти звуки приносят много радости. Но иногда бывает, что люди не слышат. Таких людей мы называем глухими. Мы никогда не должны смеяться над глухими людьми или плохо слышащими. Ведь они ужасно страдают.

Для таких людей есть слуховой аппарат, который помогает слышать. (Показ слухового аппарата)

 **Воспитатель:** Входим в следующую лабораторию.

- Проведем еще один эксперимент. (За ширмой наливаю воду из одного стакана в другой, мешаю ложкой в стакане, шуршу бумагой) (Дети)

**Воспитатель:** Уши помогают нам различать звуки, и даже если мы будем в полной темноте.

Как вы думаете, ребята, а уши надо беречь? А как?

Д: (мыть, не лазить в них острыми предметами, не слушать громкую музыку)

**Воспитатель:** Чтобы уши были здоровы и хорошо слышали, есть правила, которые нужно выполнять.

Ковырять в ушах

Не допускать попадания воды

Не использовать для чистки ушей неподходящие предметы (показ картинок)

**Воспитатель:** А теперь послушаем тишину. Кто больше услышит в ней звуков? (Музыка)

Педагог: Отчего могут болеть уши? Часто причиной боли в ухе, бывает случайно попавший какой – нибудь предмет. Дети засовывают что-нибудь себе или товарищам в уши. В результате простуды в ухе начинается боль. Неправильно сморкается, зажимает одну ноздрю. Когда сморкаешься, следует продувать обе ноздри одновременно. Много бывает разных причин, по которым болят уши. В любом случае, необходимо сразу обратиться к доктору ЛОРУ.

Самомассаж «Ушки мои ушки».

Звучит лёгкая, тихая музыка.

**Воспитатель:** - Подходи ко мне, дружок, и вставай скорей в кружок.

1 упр. - Ушки ты свои найди и скорей их покажи.

Дети находят свои ушки, показывают их взрослому (если мешают волосы, их закаливают вверх). Повторить 5-6 раз.

2. упр. - Ловко с ними мы играем, вот так хлопаем ушами.

Ребенок заводит ладони за уши и загибает их вперед сначала мизинцем, а потом всеми остальными пальцами. Прижав ушные раковины к голове, резко отпускает их. При этом ребенок должен ощутить хлопок.

3. упр. - А сейчас все тянем вниз. Ушко, ты не отвались!

Захватывает кончиками большого и указательного пальцев обе мочки ушей, с силой тянет их вниз, а затем отпускает. Повторить 5-6 раз.

4. упр. - А потом, а потом покрутили козелком.

Ребенок вводит большой палец в наружное слуховое отверстие, а указательным пальцем прижимает козелок - выступ ушной раковины спереди. Захватив, таким образом, козелок, он сдавливает и поворачивает его во все стороны в течение 20-30 секунд

5. упр. - Ушко, кажется, замерзло, отогреть его так можно.

Ребенок прикладывает к ушкам ладони и тщательно трет ими всю раковину. Повторить 5-6 раз.

6. упр. - Раз, два! Раз, два! Вот и кончилась игра.

**Воспитатель:** А раз кончилась игра, наступила тишина!

Дети расслабляются и слушают тишину. (Музыка)

**Воспитатель:** Считается, что если приложить морскую раковину к уху, то можно услышать звук морского шума.

И/у «Послушаем шум моря» - прикладывают морскую раковину и прислушиваются к звукам.

 **Воспитатель:** Ребята в народе говорят «В одно ухо влетело, в другое вылетело». Объясните, как вы понимаете эту поговорку.

**Ответы детей.**

**Физкультурная минутка:**

Есть в большом лесу избушка – наклоны с поворотом вокруг себя

Стоит задом наперед

В той избушке есть старушка – приседания с хлопками

Бабушка Яга живет.

Нос крючком – показ руками вперед себя

Глаза большие – круговые вращения руками в стороны

Словно искорки горят – сжимать и разжимать пальцы в кулак

Уши старые, глухие, - наклоны вправо влево с выставлением ладоней возле ушей

Но подслушать всё хотят.

А под печкою кузнечики куют-куют-куют – удары кулачками по кругу перед собой

Словно песенку веселую поют-поют-поют

Хлоп – туда, хлоп – сюда - хлопки вправо, влево

Нет особого труда. - Прыжки на месте.

**Дидактическая игра:**

 «Полезное – вредное» (Работа с раздаточным материалом»

Предлагаю детям карточки с изображением вредных и полезных предметов, красным фломастером зачёркивают не нужные предметы, уточняю, почему тот или иной предмет вреден или полезен.

**Итог:** Что мы узнали нового? Что было интересным? Что сделали для здоровья?

 **Конспект занятия «Для чего человеку нос?».**

***Задачи:***

• Уточнить и закрепить знания детей о носе как органе дыхания.

• Продолжить знакомить детей с органом чувств – носом и его функциями.

• Расширить и уточнить знания детей о вредных и полезных факторах,

влияющих на работу носа.

• Обучать детей правильному физиологическому дыханию.

• Воспитывать гигиенические навыки и правила по уходу за носом.

***Оборудование:*** Модели:

-функции носа; горшочки, фрукты, чеснок, йогурт, белая меховая ткань.

**Ход занятия:**

Игра «Мороз – Красный нос».

**Воспитатель.** Красивый нос у Мороза? Некоторые так и считают, что нос – украшение на лице. Кто-то думает, что природа дала нам нос, чтобы задирать его кверху, когда важничаешь. Поважничаем и мы с вами (показывают). И в этом случае говорят «Ишь, ты, нос задрал». А теперь давайте погрустим

(показывают). В этом случае говорят «Ну чего же ты нос повесил? »

Посмотрите на носы друг друга. У всех носы разные. У кого-то прямой, у кого-то вздернутый кверху, но даже самый маленький носик, похожий на кнопку – очень важная часть лица.

Сегодня мы поговорим о том, для чего человеку нос. А вы как думаете? (ответы детей). Да нос нужен, чтобы дышать, но правильно дышит тот, кто делает глубокий вдох и спокойный равномерный выдох через нос.

Подышим: вдох – выдох (3-4 раза) .

Для чего человеку нос?

**Дети.** Нос нужен, чтобы дышать.

**Воспитатель.** Выберите соответствующую модель (дети выбирают карточку с изображением функции дыхания). Итак, нос нужен чтобы дышать.

Дети, что мы вдыхаем?

**Дети.** Мы вдыхаем воздух.

**Воспитатель**. Мы делаем вдох и втягиваем ноздрями воздух. Но вместе с воздухом в нос залетают пылинки, а на них, как на самолетиках, летят микробы.

О том, что в воздухе содержится пыль, попробуем убедиться сами. В группе у нас чисто (почему? - каждый день вытираем пыль). Но с подноса мы не вытирали пыль несколько дней. Проведите белой меховой тканью по подносу. Что мы видим на ворсинках меха? (Ответы детей) .

Да, это пыль, которая находится в воздухе. В носу есть крохотные реснички, которые все время колеблются. Возьмите зеркало и посмотрите. К этим ресничкам, как мухи к липкой ленте, прилипают на лету пылинки. Нос, как пылесос, очищает воздух от пыли и микробов. Какую модель выбираем? (дети выбирают карточку с изображением данной функции). Что делает нос с воздухом с помощью ресничек?

**Дети.** С помощью ресничек нос очищает воздух.

Воспитатель. Дети, какое сей час время года? Вы боитесь мороза?

***Физминутка.*** Не боимся мы мороза

И себя мы бережем

Без массажа от простуды

На прогулку не пойдем.

Тогда самое время сделать массаж лица для профилактики простудных заболеваний.

***«Белый мельник»***

Белый, белый мельник (пальцами по лбу от середины к вискам)

Сел на облака

Из мешка посыпалась (постукивая пальцами по щекам)

Белая мука.

Радуются дети, (сжав пальцы в кулак, большим пальцем

Лепят колобки. растирать крылья носа)

Веселятся санки (раздвинуть указательный и средний пальцы,

Лыжи и коньки массажировать точки ушных раковин) .

Каким воздухом мы дышим зимой на улице? (холодным). Внутри носа много сосудов, по которым течет горячая кровь, поэтому внутри носа жарко. Холодный воздух в носу согревается и становится (теплым). Нос, как огонь, согревает холодный воздух. (дети выбирают соответствующую модель) .

После игр со снегом, катания на санках, лыжах надо восстановить дыхание.

Дыхательная гимнастика.

**Воспитатель.** А вы знаете, что нос помогает языку различать вкус еды? Хотите в этом убедиться? Зажмите нос пальцами и попробуйте определить йогурт. А теперь, попробуйте определить вкус йогурта, не зажимая нос. Какой йогурт?

Нос помогает языку различать вкус йогурта. Какую выбираем модель? (выбирают карточку с изображением соответствующей функции носа) .

А вы помните чудесный горшочек из сказки Г. Х. Андерсена «Свинопас»? В чем чудо горшочка? (Принцесса по запаху из горшочка угадывала, какие блюда будут к обеду в ее королевстве). Я тоже приготовила несколько чудесных горшочков. Вы сможете по запаху определить какой продукт в горшочке и назвать аромат этого продукта?

**Дети.** В горшочке апельсин – апельсиновый аромат,

лимон – лимонный аромат,

чеснок – чесночный аромат.

**Воспитатель.** А теперь я называю продукт – а вы аромат (яблоко – яблочный и т. д.)

Запах дыма о чем говорит? – что-то горит. Неприятный запах испорченных продуктов? – это есть нельзя. Запахи предупреждают об опасности.

Дети, для чего мы в группе используем запахи? (для лечения). Лечение запахами – аромотерапия (аромо- запах, терапия – лечение). Как в нашей группе используем ароматы? (моют полы с маслом пихты, в спальне лежат мешочки с травами, носим оромомедальоны) .

Итак, для чего используют запахи? (Ответы). Запахи лечат.

Так для чего нужен нос?

**Дети.** Нос нужен узнавать запахи. (выбирают модель) .

***Пальчиковая гимнастика (кольца)***.

Какие запахи различает нос?

Запах хлеба, запах меда,

Запах лука, запах роз

Различать поможет нос.

Из-за двери раздается: «А-а-а-ап-чхи! »

**Воспитатель.** Ой, где-то притаился враг носа – насморк. Чем опасен насморк?

**Дети.** (ответы с опорой на модели)

- нос не дышит;

- нос не очищает воздух от пыли;

- нос не согревает воздух;

- нос не различает вкус пищи;

- нос не различает запахи.

Дети, какое правило надо соблюдать при чихании, кашле, насморке? (Ответы). Если появился насморк, то его необходимо лечить. Расскажите, как вы лечите насморк. (Закапываем капли, делаем массаж, промываем нос, проводим ингаляции, дышим аромозапахами и т. д.) . Что надо делать, чтобы не было насморка? (Закаляться, заниматься спортом, проветривать комнату, гулять на свежем воздухе, дышать через нос и т. д.)

(Раздается стук двери). Дети, а насморк-то испугался и убежал.

**Итог.**

**Воспитатель**. Сегодня мы выяснили: для чего нос, чем опасен насморк, как его лечить, что нужно делать, чтобы не заболеть.

А хорошо ли дышит ваш нос?

***Упражнение на речевое дыхание «Как хорошо пахнет цветок»*** (вдох через нос, длительный ротовой выдох) «Как хорошо… Как хорошо пахнет… Как хорошо пахнет цветок».

**Конспект занятия «Для чего нужен язык?».**

***Программные задачи:***

1) рассмотреть внешний вид языка;

2) сформировать представление о том, что он выполняет много разных функций;

3) развивать у детей логическое мышление;

4) совершенствовать навыки экспериментирования и способность к коллективному труду;

5) тренировать умение понимать и выполнять словесные указания педагога.

6) Обогащать и активизировать словарь.

***Материалы и оборудование:***

У каждого ребенка : небольшое зеркало, стакан с водой.

На каждую пару детей: 3 чашки с растворами, имеющими кислый, сладкий и соленый вкус (чашки не подписаны) ;6-8 ватных палочек; 2 кусочка хлеба; небольшие ломтики любых овощей и фруктов, в середину которых воткнута зубочистка или специальная палочка (до работы овощи закрыты салфеткой, чтобы дети их не видели, емкость для использованных ватных палочек, поднос.

***Методы обучения:*** экспериментирование, игра ТРИЗ, разъяснение, инструктаж.

**Ход занятия:**

 Дети сидят за столами. Поскольку планируется самообследование языка и ротовой полости, то перед занятием для соблюдения гигиенических норм дети моют руки с мылом.

**Воспитатель:** Ребята, сегодня мы с вами будем учеными. Я вас приглашаю в настоящую экспериментальную лабораторию. Сейчас я вам всем дам специальный пропуск, без которого нельзя попасть в нашу лабораторию.

(детям одеваем подготовленные бейджики). Готовы к экспериментам? (ответы детей). Сегодня мы будем изучать язык. Кто знает, где он находится? (ответы)

**Воспитатель:** Как вы думаете, для чего он нужен (выслушиваем ответы детей и не делаем попытки их углубить и конкретизировать. Эта задача будет решена в ходе занятия.)

**Воспитатель:** Хорошо. Молодцы. Давайте сначала рассмотрим свой язык.

Блок1- внешний вид языка.

**Воспитатель:** Перед вами лежит зеркало; возьмите его. Высуньте язык и хорошо рассмотрите его. Найдите то место, где язык кончается; там он острый и тонкий. Это место называется «кончик». Нашли? Дальше идет «спинка». Что вы на ней видите? (Продолжая рассматривать, дети делятся своими впечатлениями. Они увидят цвет, шершавую поверхность, белый налет и т. д.) .

**Воспитатель:** Если рассмотрели спинку. Давайте поднимем язык, прижмем его кончик к верхним зубам и посмотрим, что есть под языком. (Дети видят крупные кровеносные сосуды, уздечку- тонкую пленку, поднимающуюся от дна ротовой полости к языку. Педагог выслушивает их отдельные высказывания) .

**Воспитатель :** Какого цвета язык (розового). Почему? Он розовый, потому что здесь имеется очень много кровеносных сосудов. Под языком сосуды толстые и хорошо заметны. В самом языке они очень тонкие. Без микроскопа их не увидишь. Но кровь по ним бежит и придает языку розовый цвет.

Воспитатель: Сравните кожу, покрывающую язык в разных местах. Где она потолще, а где – тоньше? (на спинке толще. А на нижней поверхности - тоньше.) Как вы думаете, почему так происходит? (ответы детей). Правильно. Спинка контактирует с пищей, которая бывает холодной, горячей, мягкой или твердой; если бы слизистая оболочка была нежной, тонкой, она бы легко повреждалась пищей.

**Воспитатель:** Есть ли в языке кости? Обследуйте его пальчиками. (вывод детей: нет) Проверьте, может ли язык двигаться? (вывод: да). А теперь сделаем с ним разные упражнения. Смотрите в зеркало и делайте: «вкусное варенье», «змейка», «чашечка», «трубочка» и т. д. (дети выполняют) .

Блок 2- язык воспринимает вкус пищи.

**Воспитатель :** Проверим, может ли язык определять вкус пищи. Сядьте лицом друг к другу. Те, кто сидит слева, будут учеными, кто справа-испытуемыми. Проверим, поняли ли вы задание. Поднимите руку, кто будет ученым? Кто испытуемым? Правильно. Слушайте внимательно. Задание сложное. Испытуемый ничего не делает; он просто высовывает язык. Ученый проводит опыт. Перед вами стоят три раствора. Они имеют разный вкус. Ученый берет ватную палочку, опускает в раствор и прикладывает его к кончику языка испытуемого. Испытуемый должен узнать, какой вкус имеет раствор. Кто захочет, может попробовать приложить раствор и к другим частям языка: к спинке, к боковой поверхности. Потом палочку кладете на тарелочку. И для другого раствора берете новую палочку. Надо проверить все три раствора. Итак, Ученые, работайте: берите палочку, опускайте ее в раствор, прикасайтесь к языку испытуемого. Не забудьте: одну и ту же палочку нельзя использовать два раза. (дети приступают к опыту. Работа идет медленно. Педагог не мешает самостоятельности детей, не отвлекает их разговорами, но реагирует на отдельные высказывания и помогает тем, кто испытывает затруднения.

**Воспитатель:** Поменяемся ролями. Испытуемые станут учеными, а ученые - испытуемыми. (опыт повторяется) .

В: Итак, какой вкус имели растворы?

-Какая часть языка лучше ощущает вкус?

-Кто скажет, для чего нужен язык (ответы, Правильно.

**Воспитатель:** Ребята, мы с вами так работали, что наверное вы устали? Давайте немного отдохнем: (проводится физминутка)

Блок 3- язык участвует в образовании речи.

Воспитатель: Посмотрим, зачем еще нужен язык. Высуньте языки и попробуйте сказать слово «каша», (дети пробуют). Языки не прячьте. Скажите «ворона», «машина», «мы пошли гулять». Получилось? (нет). Значит, зачем еще нужен язык? (ответы) .

**Воспитатель:** Правильно, язык нужен для того, чтобы разговаривать. Язык-это словесная речь человека. Язык бывает разным: книжным, разговорным, простонародным. Вот послушайте, несколько толкований о языке:

Держать язык за зубами—не говорить лишнего, помолчать.

Длинный язык - так говорят о болтуне, о том кто много болтает.

Злые языки-сплетники, клеветники.

На язык остер - умеет говорить.

Кто тебя за язык тянул? - зачем сказал?

Язык проглотил - молчит.

Язык без костей - так говорят о том, кто много говорит.

Язык хорошо подвешен -умеет хорошо и красиво говорить.

Воспитатель: А в народе сочиняли много разных пословиц и поговорок о языке.Помните мы с вами о них говорили? Кто вспомнит?

• Язык без костей.

• Язык до Киева доведёт.

• Язык мой - враг мой.

• Язык мягок: что хочет, то и лопочет.

• Язык от лжи не краснеет, он и без того красный.

• Язык у сплетницы длиннее лестницы.

• Языком не спеши, а делом не ленись.

**Воспитатель:** Молодцы, вот сколько пословиц вспомнили!

Блок 4- язык участвует в жевании.

Продолжаем наши опыты. Следующий опыт. Каждый возьмите по кусочку хлеба, жуйте его и следите, что делает язык. (дети выполняют задание) Что он делает? (Перемешивает пищу, подкладывает ее на зубы, помогает глотанию.) Вот еще что-то новое вы узнали о языке: он помогает жеванию.

Блок 5- игра «Угадай на вкус»

Давайте поиграем в игру «Угадай на вкус». Сидящие справа будут испытуемыми, слева – учеными. Испытуемые должны закрыть глаз и не открывать их. Пока не закончится эксперимент. Ученые приподнимают салфетку. Берут палочку с наколотой на нее пищей и водят по языку испытуемых. Испытуемые должны угадать название пищи. Подглядывать нельзя. Если узнаете можно съесть. (Дети играют, затем меняются ролями)

**Воспитатель:** Молодцы вы правильно все узнавали.

**Воспитатель:** Ребята, давайте подведем итог наших экспериментов. Для чего же нам нужен язык? (при ответах на доску выставляются соответствующие картинки). Молодцы! Вы были настоящими учеными, мне понравилось как вы работали в нашей лаборатории.

Воспитатель: А сейчас я вам предлагаю стать великими художниками. Только рисунок будем выполнять не красками, а с помощью фруктов и овощей. Мы с вами «нарисуем» необычный волшебный рисунок. Подойдите ко мне и вам все объясню. (дети выполняют творческое задание)

**Воспитатель:** Молодцы, ребята и художники вы тоже очень замечательные! Какая красота у вас получилась!

 **Конспект занятия «Как кожа помогает человеку?».**

***Программные задачи:*** Развивать представления детей о коже (кожа есть у каждого человека, она гладкая, эластичная, имеет рисунок) ; её основные функции (при помощи кожи человек чувствует тепло, холод, боль; кожа защищает организм от перегревания и переохлаждения; через поры кожи человек выделяет лишнюю влагу, кожа защищает внутренние органы от попадания микробов) ; познавательную деятельность детей; умение принимать проблемно- познавательную задачу, использовать обследовательские действия для решения, устанавливать связи, сравнивать; Воспитывать желание узнавать о себе, стремление содержать своё тело в чистоте.

***Оборудование:*** стихотворение Г. Остера «Вредные привычки».

**Ход занятия:**

**1.** Воспитатель читает стихотворение Г. Остера «Вредные привычки».

Никогда не мойте руки,

Шею, уши и лицо.

Это глупое занятие,

Не приводит не к чему.

Вновь испачкаются руки,

Шея, уши и лицо.

Так зачем же тратить силы,

Время попусту терять….

**Воспитатель:** Прав ли автор стихотворения и почему?

**Дети:** Нет автор не прав. Руки, шею уши и лицо мыть надо всегда.

**Воспитатель**: А чем покрыты части тела, которые назвал автор?

**Дети:** кожей.

**2.** **Воспитатель:** Кожа есть у каждого человека, она гладкая, эластичная, имеет рисунок. При помощи кожи человек чувствует тепло, холод, боль; кожа защищает организм от перегревания и переохлаждения, через поры кожи человек выделяет лишнюю влагу. Кожа защищает внутренние органы от попадания микробов.

**3.** Воспитатель предлагает рассмотреть сюжетные картинки: ребёнок облизывает ссадину, ходит в грязной рубашке, мальчик в чужой обуви.

**Дети:** внимательно рассмотрели картинки что делают дети. Правильно ли они поступают? и Почему?

Дети: Нельзя облизывать ссадину, потому-то могут попасть микробы, ее нужно обрабатывать йодом.

- рубашку нельзя носить грязную, потому-то она прикасается к коже и кожа может чесаться.

-а обувь надо носить только свою, от чужой обуви может появиться болезнь кожи «грибок».

**Воспитатель:** А сейчас я вам загадаю загадку:

Наше тело покрывает,

От ненастья защищает,

Будем чаще её мыть,

Чтобы нам красивей быть.

**Воспитатель:** Дети давайте сейчас мы составим правила «Что нельзя делать, чтобы не повредить кожу».

**Ответы детей:** - Нельзя выдавливать прыщи;

- Облизывать ссадины и порезы;

-ходить в грязном белье;

- надевать чужую обувь.

**Воспитатель:** Что может случиться, если мы пренебрежем этими правилами.

**Дети:** Наша кожа может заболеть разными болезнями.

***3. Физминутка.***

***Игра:*** «Чем помогает кожа».

Дети по кругу передают «волшебную палочку» и говорят: «моя кожа нежная, чистая и помогает мне»(чувствовать тепло, холод, почувствовать боль, защищает от микробов, она у меня здоровая, розовая) .

**Итог:**

**Воспитатель:** Дети что вы увидели?

**Ответы детей:** на коже есть волоски, узор на коже, цвет розовый, она гладкая, эластичная, кожа чувствует холод и тепло.

В результате обследования дети поняли, как кожа помогает человеку. У детей появилось желание узнавать о себе и стремиться содержать своё тело в чистоте.

Конспект занятия «Город пяти чувств».

***Программные задачи:***

1. создавать условия для развития представлений детей об органах чувств как помощниках человека в познании окружающего мира;

2. формировать умение воспринимать объекты и явления окружающего мира с помощью разных анализаторов (органов чувств) ;

3. стимулировать детей к описанию предметов, с опорой на схему, с называнием основных свойств (размер, форма, твердость/мягкость) ;

4. способствовать развитию любознательности, поддерживать проявления самостоятельности.

***Оборудование:*** магнитофон, аудиозапись, фрукты, коробочка с предметами.

**Ход занятия:**

Доброе утро солнцу и птицам, доброе утро улыбчивым лицам!

Пусть каждый день начинается весело, пусть доброе утро длится до вечера!

Воспитатель приглашает детей встать в круг.

**Воспитатель:** Дорогие ребята, сегодня мы с вами отправимся в город пяти чувств. Давайте вспомним, какие органы чувств мы знаем, а помогут нам в этом загадки:

Видеть папу, видеть маму,

Видеть небо и леса

Помогают нам (глаза)

Запах хлеба, запах меда,

Запах лука, запах роз

Различать поможет (нос)

Есть у зайца на макушке,

У тебя, твоей подружки,

Бывают слушки и неслушки

Что же это? Наши (ушки)

Чтоб попробовать компот,

Есть у человека (рот)

Мягкое и твердое, острое, тупое,

Горячее, холодное, мокрое, сухое…

Разобраться в этом сложно.

Нам поможет наша (кожа)

1 улица «Зрение»

Разберемся вместе, дети,

Для чего глаза на свете?

Ты закрой глаза ладошкой,

Посиди совсем немножко.

Сразу сделалось темно.

Где ребятки? Где окно?

Страшно, скучно и обидно –

Ничего вокруг не видно.

(Н. Орлова «Ребятишкам про глаза»)

Подводит детей к выводу: глаза нужны человеку для того, чтобы видеть (маму, красивые цветы, друг друга) .

-Глаза - это один из ценнейших органов чувств человека. А чтобы наши глаза хорошо видели их надо беречь. Вы знаете правила по охране зрения? (Дети перечисляют правила)

• Нельзя тереть глаза грязными руками.

• Нужно беречь глаза от колющих и режущих предметов.

• Нельзя близко и долго смотреть телевизор.

• Нельзя долго играть в компьютерные игры

• Нужно тренировать глаза, делать упражнения, смотреть вдаль.

**Воспитатель:** Молодцы, правила вы хорошо знаете. А сейчас я научу вас делать для глаз специальную гимнастику*. (Проводится комплекс зрительной гимнастики):*

Закрываем мы глаза, вот какие чудеса.

(закрывают оба глаза)

Наши глазки отдыхают, упражненья выполняют.

(продолжают стоять с закрытыми глазами)

А теперь мы их откроем, через речку мост построим.

(открывают глаза, взглядом рисуют мост)

Нарисуем букву «О», получается легко.

(глазами рисуют букву «О»)

Вверх поднимем, глянем вниз.

(поднимают глаза вверх, вниз)

Вправо, влево повернем.

(смотрят глазами вправо, влево)

Заниматься вновь начнем.

2 улица «Слух»

Раздаются звуки: щебет птиц, журчанье ручейка (аудиозапись) .

**Воспитатель:** Ребята, что это? Как вы думаете? Что вы услышали?

**Дети:** журчит ручеек, водичка льется, птицы поют и т. д.

**Воспитатель:** А как вы узнали? С помощью чего?

Воспитатель подводит детей к выводу: уши нам нужны для того, чтобы слышать разные звуки (голос мамы, пение птиц, музыку) .

**Дети:** С помощью ушей.

- Слух для человека - это большая ценность. Чтобы уши были здоровыми, хорошо слышали все звуки, надо за ними ухаживать, беречь их.

Воспитатель предлагает детям закрыть плотно уши ладонями, потом открыть и сравнить, когда лучше слышно.

**Дети:** Лучше слышно, когда уши открыты.

Игра: "Угадай-ка" (использование мультимедийной презентации)

3 улица «Обоняние»

**Воспитатель:** Ребята, вы ничего не ощущаете? Что-то изменилось.

**Дети:** Появился запах.

**Воспитатель:** Как вы узнали, что чем-то запахло? С помощью чего?

**Дети:** С помощью носа.

Воспитатель читает детям стихотворение:

Есть прямые носики,

Есть носики-курносики… .

Очень нужен всякий нос,

Раз уж он к лицу прирос.

(Ю. Прокопович «Зачем носик малышам? »)

Вывод: нос человеку нужен для того, чтобы различать запахи (вкусного пирога, первой зеленой травки, маминых духов) .

**Воспитатель:** Ребята, а вы часто болеете? Болеть это хорошо или плохо?

**Дети:** Болеть плохо.

**Воспитатель:** Хотите, я научу вас гимнастике для носа, которая поможет вам меньше болеть?

*Массаж носа «Улитка»* (по китайской методике) - повышает иммунитет к заболеванию верхних дыхательных путей.

От крылечка до калитки

Три часа ползти улитке,

Три часа ползти подружке,

На себе таща избушку. Дети указательными пальцами гладят крылья носа сверху-вниз и наоборот

Дыхательная гимнастика… .?

Нос не должен быть простужен,

Нос здоровым всем нам нужен.

(Ю. Прокопович «Зачем носик малышам? »)

4 улица «Вкус»

**Воспитатель:** Я хочу вас угостить. Я буду угощать вас фруктами, потому что они вкусные и полезные, а какими, вы должны догадаться сами.

Воспитатель предлагает детям закрыть глаза и узнать фрукт на вкус.

**Воспитатель:** Что помогло вам узнать, какой фрукт вы съели?

**Дети:** Рот, язык.

Ребята, а вы знаете, что язык помогает не только определять продукты на вкус, но и правильно произносить звуки.

**Воспитатель:** Для того чтобы язык был чувствительным, и правильно произносил звуки давайте научим его выполнять специальные упражнения.

*Выполняется артикуляционная гимнастика:*

*"Улыбка"* Губы и зубы сомкнуты. Растянуть разомкнутые губы и произнести длительно звук И.

*"Бублик"* Округлить губы, удерживать под счет до десяти.

"Покусывание кончика языка"

*"Часы"* Приоткрыть рот, коснуться кончиком языка уголка рта и медленно двигать языком влево - вправо.

*"Лошадка"* Поцокать языком.

"Подуть на кончик языка"

Молодцы.

5 улица «Осязание»

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите какая у меня есть чудесная коробочка, а вам хотелось бы узнать, что в ней лежит? Как мы можем это узнать, не заглядывая внутрь?

Выслушивает предложения детей, подводит детей к выводу: узнать, какой предмет спрятан внутри можно с помощью рук (ощупывая то, что лежит внутри). А давайте сначала разомнем наши пальчики специальной гимнастикой.

**Пальчиковая гимнастика**

Мы очень хорошо потренировали свои пальчики.

Какие помощники нам в этом помогут?

Давайте сейчас по очереди возьмем предмет из коробочки и угадаем что это.

**Воспитатель:** В этом ящике что-то лежит. Как мы можем это узнать, не заглядывая внутрь?

3 этап

Итоговый

Воспитатель обращает внимание детей на магнитную доску

Дети с воспитателем еще раз рассматривают схематичные изображения, называют органы чувств.

Обращает внимание детей на то, что листы бумаги по форме напоминают лепестки.

Затем вместе с детьми на магнитную доску прикрепляются лепестки «Цветок ощущений».

**Вместе с детьми подводится итог:** Мы слушали, смотрели, нюхали, трогали, пробовали на вкус. У человека есть специальные органы, которые ему помогают познавать мир: уши, глаза, нос, рот, руки (кожа). Эти органы нужно беречь, так как они очень важны для человека, как для цветка важен каждый лепесток, так и для человека важны все органы чувств.

***Консультация для воспитателей на тему: «Формирование представлений у старших дошкольников о функциях органов чувств».***

Знакомство с органами чувств, забота о них включена в систему формирования здорового образа жизни детей. Ведь с помощью органов чувств ребенок многое узнает об окружающем мире, о живой и неживой природе, о себе самом, а, узнав, будет заботится о своем здоровье. Вся информация поступает к ребенку через органы чувств, каждый орган получает специфический для него вид информации. В реальном мире разные предметы обладают разными свойствами и видами информации. В процессе включения всех органов чувств в восприятие могут раскрываться индивидуальные способности ребенка и умение воспринимать окружающий мир полно, ярко, разнообразно.

Задачи при знакомстве детей с органами чувств:

1. Формировать представления детей об элементарном строении, функциях и защите организма, органов чувств.

Дети дошкольного возраста с интересом относятся к познанию своего организма, к тому, как устроено наше тело, благодаря чему мы двигаемся, как дышим, что помогает нам познавать окружающий мир. При ознакомление старших дошкольников с органами чувств выделяются следующие под темы:

Смотреть на мир и видеть- большое счастье и это счастье человеку дают глаза. С помощью глаз человек видеть предметы, их перемещение и цвет. Глаза помогают ему ориентироваться в обстановке и передвигаться в нужном направлении.

- Глаза (как устроены глаза; определение зрением цвета, формы, размера предметов; для чего нужны брови, ресницы, веки, зрачок, слезы; комплексы упражнений для отдыха глаз; какие витамины укрепляют зрение; почему люди носят очки, какие меры безопасности нужно соблюдать для сохранения хорошего зрения, эксперименты "Светло-темно№, "Разноцветные стеклышки") .

Дети нюхают цветы, пробуют пищу и трогают предметы руками. Ведь только так можно распознать запах, вкус и многое другое. Мы знакомимся с окружающим нас миром с помощью чувств : обоняния, вкуса, осязания. Чтобы расти и правильно развиваться, надо есть, и нам нужна самая разнообразная еда.

- Язык (какую работу выполняет язык; для чего нужны вкусовые сосочки и как они определяют вкус пищи; как правильно ухаживать за ротовой полостью; какая пища полезна и вредна; для чего нужны витамины; какие пословицы и поговорки про язык придумал народ) .

у человеческого носа сложные и многообразные функции: дыхательная, очистительная, увлажняющая, теплообменная, информационная, обонятельная и др.

-Нос (как устроен нос; для чего в носу волосы; запахи полезные и вредные; вредные привычки; как правильно ухаживать за носом) .

Человек рождается и живет в мире разнообразных звуков. Едва родившись, он оглашает мир своим криком. С первых секунд жизни новорожденный должен быть готов к восприятию и отражению колоссального потока звуковых раздражителей. Звуки окружающего мира влияют на психофизическое состояние человека, как на уровень сознания, так и на бессознательном уровне.

-Уши (как мы слышим; для чего нужны уши; сколько ушей у человека; что такое барабанная перепонка, улитка, слуховой нерв; как правильно ухаживать за ушами; какие меры безопасности нужно соблюдать для сохранения хорошего слуха) .

Кожа - самый большой орган человека, ее общий вес достигает 2кг, а площадь- 1, 5-2кв. м.

-Кожа (для чего нужна кожа; какова чувствительность кожи на разных участках тела; какие упражнения развивают тактильное восприятие; как нужно ухаживать за кожей; зачем нужен витамин Д) .

2. Углубить представления старших дошкольников об общих признаках живых существ: чувствительности, дыхании, зрении, питании, росте. вызвать у детей радость от сознания себя частью живой природы, единения с ней. Развивать и углублять интерес к природе -живой и неживой.

- При изучении каждого органа чувств можно проводить сравнение с органами чувств животных (отличие и сходство).

3. Воспитывать толерантное отношение и уважение к физическим различиям между людьми, бережно относиться как к своим органа чувств, так и к органам чувств окружающих, основываясь на знаниях о строении, работе и гигиене органов чувств.

-В процесс игр "Узнай с закрытыми глазами", "Пройди с закрытыми глазами", "Пойми меня", "Услышь меня" можно показать как нелегко живется слепым, глухонемым людям, чтобы дети с детства стремились оказывать помощь людям с ограниченными возможностями, воспитывать сострадание.

4. Формировать понятие о здоровом образе жизни, показывать значимость здорового жизни для каждого из нас.

-Использовать весь арсенал здоровьесберегающих технологий: утреннюю гимнастику, подвижные игры, физкультурные занятия, физкультминутки, дыхательную, зрительную, пальчиковую, корригирующую гимнастики, релаксацию, прогулки, закаливающие процедуры. Воспитывать в детях желание быть здоровыми примерами героев из сказок, пословицами на ознакомление с организмом человека, на воспитание культурно-гигиенических навыков, на сохранение здоровья.

5. Использовать игры для развития органов чувств.

-Дидактические игры и упражнения на развитие слухового восприятия: "Определи, что слышится" (набор разных звуков живой и неживой природы) ;"Шумящие коробочки" (найти тихие и громкие шумы различных материалов) ; "Далеко-близко"9узнай голоса на расстоянии) .

-Д/и и упражнения на развитие зрительного восприятия : "Что изменилось? ", "Найди ошибку", "Найди отличия", "Запомни и нарисуй" и т. д.

-Д/и и упражнения на развития обоняния: "Определи предмет по запаху", "Вспомни как они пахнут"(по картинкам, и т. д.

-Д/и на развитие тактильной чувствительности: "Поймай киску", "Чудесный мешочек", "Определи на ощупь", "Узнай парную фигуру".

Знакомство с органами чувств проводится на занятиях, в играх, во время режимных моментов, в повседневной деятельности детей.

***Консультация для родителей : «Как помочь ребенку осознать себя».***

 Порой бывает трудно убедить ребенка не есть снег, мыть руки, хорошо пережевывать пищу, а не заглатывать её целиком, застегивать пуговицы на пальто и т.д. Врачи дают много полезных советов о том, как проявлять заботу о здоровье ребенка.

Но как бы много мы не делали для здоровья наших детей, результат будет недостаточен, пока мы не подключим к этому процессу самого ребенка. И пусть вас не волнует, что он еще мал. Он может многое сделать для себя самого. Нужно только научить его этому.

Прежде всего важно, чтобы ребенок осознавал свою принадлежность к человеческому роду, а это значит, что он не только будет знать о своих возможностях и способностях, но и сможет управлять своим телом, чувствами и поступками.
 А знает ли ребенок о своих органах чувств, их роли в его жизни и способах охраны их?

С ранних лет ребенка каждая мама и бабушка играли с ним в «Сороку-ворону»: «сорока-ворона кашку варила, деток кормила…» и, загибая пальчики, говорили: «этому дала, этому дала, а этому не дала»,просили малыша показать глазки, ротик, носик, а вместе с Красной Шапочкой спрашивали у Волка: «Бабушка, зачем тебе такие большие уши?» И, конечно же, к шести годам ребенок уже может ответить на вопросы об органах чувств. Хотя вопрос об их назначении не всегда оказывается простым. Зачем человеку язык? Малыши говорят: «Чтобы показывать», а на вопрос «Зачем человеку нос?»-отвечают: «Чтобы вытирать».

Задача взрослых- привить ребенку гигиенические навыки и помогать соблюдать правила гигиены каждодневно, чтобы они стали для ребенка обязательными и привычными.

Можно, не вдаваясь в глубины анатомии и физиологии человека рассказать детям об устройстве органов чувств и частей тела. Если же ребенок проявит особый интерес к этой теме, можно почитать ему книгу Г.Юдина «Главное чудо света».

А вот на прогулке в лесу, во дворе или дома, когда  пришли друзья вашего ребенка, по возможности, хорошо бы организовать с ними шутливые игры: попрыгай, побегай, не разгибая колен, стань маленьким, низкого роста, стань большим, достань веточку на дереве и т.д. Выполняя эти упражнения, ребенок сможет понять, зачем нужны локоть, колено, пальцы на ногах.

Очень полезно поговорить с ним о людях, которые в силу каких-то причин лишились отдельных частей тела, органов чувств. Не бойтесь этих разговоров, они помогут воспитанию гуманного отношения к людям с ОВР, сочувствия, сопереживания, желания помочь. Эти беседы полезны и для обоснованного разговора о важности беречь себя, о мерах безопасности дома и на улице.

Ребенку постарше можно рассказать о назначении и функционировании внутренних органов: о сердце, легких, желудке. Эти жизненно важные органы не видны, но человек их чувствует.

«Побегай, попрыгай, а теперь послушай, как бьется твое сердечко, как ты дышишь. А куда девается пища, которую ты глотаешь?» Такие знания способствуют тому, что ребенок прислушивается к себе и понимает, что с ним происходит. Правда, здесь есть опасность переусердствовать, и тогда дети, в силу своей впечатлительности, будут избегать каких-то движений, действий, боясь навредить себе. Здесь следует помнить золотое правило педагогики: «Не забывай о чувстве меры»

Детям интересно сравнивать человека с животными. Чем мы похожи, чем отличаемся? Глаза есть и у человека, и у животных- этим мы похожи. Но есть и отличия: как по внешнему виду, так и по возможностям: глаза орла более дальнозоркие, а кошка может видеть в темноте. Зато глаза человека распознают оттенки цветов.

Очень важным органом у человека и животных является ухо. Оно служит для улавливания и различения звуков. Уши- большие труженики, они работают всегда, даже когда мы спим. А вот у древних людей уши могли двигаться в разные стороны- опасность подстерегала их со всех сторон и нужно было быть всегда начеку. Летучие мыши, дельфины, киты считаются «чемпионами»слуха. А ёжик слышит так хорошо, что ни одно насекомое не проползет мимо него.  Сравнивая органы чувств животных и человека, главное- подвести детей к одной очень важной мысли: хотя животные и превосходят человека в возможностях их органов чувств, но человек умеет думать, и поэтому он изобрел такие приборы, которые помогают ему видеть, как кошка, в темноте или слышать, как ёжик.

Так ребенок убеждается в том, что он способен быть сильным, умелым, может управлять собой и помогать себе.

А для того, чтобы он был крепким и здоровым, необходимо правильно расходовать его потенциал, ведь организм человека требует смены деятельности, чередования труда и отдыха. Поищите вместе с вашим ребенком ответы на вопросы: зачем нужен сон, почему человек даже в течение дня должен отдыхать, почему это важно для организма маленького ребенка.

 ***Гимнастики***

***Зрительная гимнастика:***

 **«Глазкам нужно отдохнуть»**

(Ребята закрывают глаза)

«Нужно глубоко вздохнуть»

(Глубокий вдох. Глаза все так же закрыты)

«Глаза по кругу побегут.»

(Глаза открыты. Движение зрачком по кругу по часовой и против часовой стрелки)

«Много-много раз моргнут»

(Частое моргание глазами)

«Глазкам стало хорошо»

(Легкое касание кончиками пальцев закрытых глаз)

«Увидят мои глазки все!»

(Глаза распахнуты. На лице широкая улыбка)

**Бабочка**

Спал цветок

*(Закрыть глаза, расслабиться, помассировать веки, слегка надавливая на них по часовой стрелке и против нее.)*

И вдруг проснулся,

*(Поморгать глазами.)*

Больше спать не захотел,

*(Руки поднять вверх (вдох). Посмотреть на руки.)*

Встрепенулся, потянулся,

*(Руки согнуты в стороны (выдох).*

Взвился вверх и полетел.

*(Потрясти кистями, посмотреть вправо-влево.)*

**МОСТИК**

Закрываем мы глаза, вот какие чудеса

*(Закрывают оба глаза)*

Наши глазки отдыхают, упражненья выполняют

*(Продолжают стоять с закрытыми глазами)*

А теперь мы их откроем, через речку мост построим.

*(Открывают глаза, взглядом рисуют мост)*

Нарисуем букву «О», получается легко

*(Глазами рисуют букву «О»)*

Вверх поднимем, глянем вниз

*(Глаза поднимают вверх, опускают вниз)*

Вправо, влево повернем

*(Глазами двигают вправо-влево)*

Заниматься вновь начнем.

*(Глазами смотрят вверх-вниз)*

**СТРЕКОЗА**

Вот какая стрекоза- как горошины глаза.

*(Пальцами делают очки.)*

Влево- вправо, назад- вперед-

*(Глазами смотрят вправо- влево.)*

Ну, совсем как вертолет.

*(Круговые движения глаз)*

Мы летаем высоко.

*(Смотрят вверх.)*

Мы летаем низко.

*(Смотрят вниз.)*

Мы летаем далеко.

*(Смотрят вперед.)*

Мы летаем близко.

*(Смотрят вниз.)*

**Белка**
Белка дятла поджидала,- (*Резко перемещать взгляд вправо - влево)*
Гостя вкусно угощала:
- Ну-ка, дятел, посмотри *-(Перемещать взгляд вверх - вниз)*Вот орехи: раз, два, три! -
Пообедал дятел с белкой *(Помигать глазами)*И пошел играть в горелки*.*

**Массаж ушей**

Дети проговаривают чистоговорку.

Жу-жу-жу- я летаю и жужжу

Жи-жи-жи — мне цветочек покажи.

(проводят пальцами по краю ушных раковин)

Же-же-же — василек растет в меже.

Жу-жу-жу — про цветы всем расскажу.

(Тянем ушные раковины вверх и вниз)

***Загадки:***

**Один говорит,**

**Двое глядят,**

**Да двое слушают.**

**(Язык, глаза, уши** человека**)**

**Живет мой братец за горой,**

**Да не встретится со мной.**

**(Глаза)**

**Если б не было его,**

**Не сказал бы ничего.**

**(Язык)**

**Всю жизнь ходят в обгонку,**

**Да обогнать друг друга не могут.**

**(Ноги)**

**Всегда во рту,**

**Да не проглотишь.**

**(Язык)**

**Деревяшка везет,**

**Костяшка сечет,**

**Мокрый Мартын заворачивает.**

**(Ложка, зубы, язык)**

**Двое ходят,**

**Двое смотрят,**

**Двое помогают,**

**Один водит и приказывает.**

Всегда во рту,
Да не проглотишь. (Язык)

Всегда он в работе, когда говорим,
А отдыхает, когда мы молчим. (Язык)

Видеть папу, видеть маму,
Видеть небо и леса
Помогают нам…(глаза)

Запах хлеба, запах меда,
Запах лука, запах роз
Различить поможет…(нос)

Есть у зайца на макушке,
У тебя, твоей подружки,
Бывают слушки и неслушки.
Что же это? Наши…(ушки)

 На ночь два оконца
Сами закрываются,
А с восходом солнца
Сами открываются. (Глаза)

Маша слушает в лесу, как кричат кукушки,
А для этого нужны нашей Маше: (ушки)

Вот гора, а у горы
Две глубокие норы.
В этих норах воздух бродит:
То заходит, то выходит. (Нос)

Твои помощники, взгляни,
Десяток дружных братцев.
Как славно жить, когда они
Работы не боятся.   (Пальцы)

***Игры и упражнения:***

**Игра "Узнай по голосу"**
Все встают в круг, водящий ребенок - в центре. Дети, взявшись за руки, идут по кругу и говорят:
Алеша (Саша, Маша и т.д.),
Ты стоишь в кругу,
Мы зовем тебя: "Ау!".
Глаза закрывай,
Кто позвал тебя, узнай!
*Водящий закрывает глаза. Один из играющих называет его имя. Водящий должен определить по голосу, кто его позвал.*

**Игра "Узнай по запаху"**
Детям предлагается с закрытыми глазами  определить по запаху, что находится в баночках (Шоколад, апельсин, лук, лимон).

***Потешка***

Водичка, водичка, умой мое личико,

Чтобы глазки блестели,

Чтобы щечки горели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок.

**Игра «Угадай по звуку»**

 Воспитатель из-за ширмы извлекает звуки из различных музыкальных инструментов     (металлофоне,  барабан, колокольчик, бубен и т.д.). Дети отгадывают, что звучит.

**Игры для развития тактильных ощущений.**

**Игра «Кисточки»**

Взрослый предлагает ребенку рассмотреть и потрогать кисточки: мягкую большую – для нанесения макияжа и клеевую жесткую. Затем начинает гладить (щекотать) кисточкой тыльную сторону руки. Ладонь, каждый пальчик, комментируя действия: «Глажу мягкой кисточкой. Щекочу жесткой кисточкой».

**Игра** **«Веревочки»**

Взрослый предлагает ребенку брать в руки (или вкладывает в его руки) различные веревочки (пояски от халатов, грубые хозяйственные веревки, гладкие или рельефные шнуры для штор). Протягивая веревку через руки ребенка, фиксирует его внимание на удержании веревки в кулаке, комментирует свои действия. При многократном выполнении упражнения стимулирует ребенка к совершению самостоятельных действий.

**Игра** **«Поиграем с тестом»**

Взрослый подготавливает тесто из муки и соли в пропорции (1/1). Раскрашивает его с помощью любого природного красителя. Предлагает потрогать тесто руками, похлопать, погладить его, отщипнуть кусочек. Все кусочки, которые удается отщипнуть ребенку, выкладываются на тарелку. Варианты предлагаемых действий: разминать тесто руками, вдавливать кулак, палец в тесто, раскатывать кусок тесто руками.

Аналогичное упражнение можно провести с желе, глиной, пластилином, пластиком.

**Игра** **«Сухие материалы»**

Взрослый предлагает ребенку рассмотреть и потрогать рис, насыпанный в глубокую миску или коробку, закопать ручки в рисе, просыпает его на металлический поднос, фиксируя внимание ребенка на звуке; предлагает подставить ручки под струю риса, брать рис из коробки и сыпать его на поднос, руку, в чашку и др. Аналогичное упражнение можно провести с песком; мукой; фасолью, макаронами, опилками.

**Игра «Веселый массаж».**

Взрослый выдавливает крем на левую руку ребенка. Поглаживая и похлопывая ее от локтя до кончиков пальцев и в обратном направлении, размазывает крем, действуя правой рукой малыша. Затем меняет руки. Все движения сопровождаются словами:

С горки - бух!  (движение от локтя к пальцам руки) На горку - ух! (движение от кончика пальцев до локтя). По мере возможностей необходимо побуждать ребенка к самостоятельным действиям.

**Игра «Поймай игрушку»**

***Цель*:**определение места прикосновения к телу.

***Оборудование*:**мягкая игрушка «киска» («мокрая» рыбка, колючий ежик и пр.).

***Содержание*:**ребенок закрывает глаза. Педагог касается разных частей тела ребенка игрушкой («киской») и просит его определить, где «киска».

**Игра «Чудесный мешочек»**

***Цель*:**нахождение знакомых предметов на ощупь.

***Оборудование*:**непрозрачный мешочек и предметы разной формы, величины, фактуры (игрушки, геометрические фигуры и тела, пластмассовые буквы и цифры и др.).

**Игра «Узнай фигуру».**

***Цель*:**нахождение геометрической фигуры на ощупь по зрительно-воспринимаемому образцу.

***Оборудование*:**непрозрачный мешочек; два набора плоскостных и объемных геометрических фигур (кубики, конусы, цилиндры, овалы, квадраты, треугольники и т.д.).

***Содержание*:**в непрозрачном мешочке лежит набор геометрических фигур. Второй такой же набор находится на столе перед ребенком. Ребенку предлагается на ощупь найти в мешочке такую же фигуру, как та, на которую указал педагог. Педагогу следует учитывать, что «тактильная среда» предполагает развитие тактильной чувствительности не только рук, но и других частей тела, в том числе и ног.

**Сенсорная тропа для ног**

***Цель*:**развитие тактильной чувствительности ступней ног.

***Оборудование*:**«сенсорная тропа» - дорожка из ковролина, на которой с помощью липучек закреплены отличающиеся по фактуре «кочки»: мешочки из тонкой, но прочной ткани с разными наполнителями (тряпочки, кусочки кожи, поролона, мелкие камушки, горох и т.д.) или расположены следы правой и левой ног, вырезанные из различной ткани.

**Игра «Волшебный сосуд»**

(В банке с водой находятся предметы: гладкий камень, кусочек наждачной бумаги, кусочек тряпки, ежик-игрушка. Дети опускают руку и на ощупь определяют предмет). Проводится беседа с детьми о том, как нужно беречь кожу: не загорать долго на солнце, не обжигать, не давить прыщи, пользоваться кремами для тела, для рук, для лица, носить чистое белье, не одевать чужую одежду и обувь, мыться теплой водой с мылом).

***Беседа с детьми «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу»***

*Цель:*

Научить ребёнка заботиться о своём здоровье.

*Беседа о витаминах:*

- Вчера Кукла–мама рассказывала, что ее дети стали чаще болеть, им не хватает витаминов. Витамины очень нужны детям для укрепления организма. Её дети их очень любят. Витамины очень полезные.
- А вы, ребята, пробовали витамины? Конечно, витамины есть не только в таблетках, но и во многих продуктах. А в каких продуктах есть витамины? Нужно есть больше овощей и фруктов. В них много витаминов А, В, С, Д.

В каких продуктах они содержатся и для чего нужны.

Витамин А - морковь, рыба, сладкий перец, яйца, петрушка. Важно для зрения.
Витамин В - мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох (для сердца).
Витамин С - цитрусовые, капуста, лук, редис, смородина (от простуды).
Витамин Д - солнце, рыбий жир (для косточек).

(Для лучшего запоминания использовать художественное слово).

Никогда не унываю
И улыбка на лице,
Потому что принимаю
Витамины А, Б, С.

Очень важно спозаранку,
Есть за завтраком овсянку.

Черный хлеб полезен нам
И не только по утрам.

Помни истину простую
Лучше видит только тот,
Кто жует морковь сырую,
Или сок морковный пьёт.

От простуды и ангины
Помогают апельсины.
И неплохо есть лимон
Хоть и очень кислый он.

- Я зачитаю четверостишия о продуктах. Если в них говорится о полезных вещах, то вы все вместе говорите: «Правильно, правильно, совершенно верно!». А если о том, что для здоровья вредно, вы молчите.

1. Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок,
И тогда ты точно будешь очень строен и высок.

2. Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить
Ешь конфеты, жуй ирис, строен, стань как кипарис.

3. Чтобы правильно питаться, вы запомните совет:
Ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу мед и виноград.

4. Нет полезнее продуктов - вкусных овощей и фруктов.
И Сереже и Ирине всем полезны витамины.

5. Наша Люба булки ела и ужасно растолстела.
Хочет в гости к нам прийти, в дверь не может проползти.

6. Если хочешь быть здоровым, правильно питайся,
Ешь побольше витаминов, с болезнями не знайся.

- Молодцы, обязательно скажу вашим мамам, что вы умеете выбирать полезные продукты.
- Ребята, я предлагаю вам стать «садовниками здоровья», давайте вырастим чудо-дерево (на столе карточки с продуктами, дети выбирают нужные, вешают их на дерево).
- Почему на дереве выросла морковь?
- Чем полезно молоко?
- Какой витамин в свекле?
- Какие овощи и фрукты защищают от вредных микробов?
- Мы запомним навсегда, для здоровья нам нужна витаминная еда.

**Использование игровых ситуаций в повседневной жизни в формировании понятий о здоровом образе жизни.**

**Здоровье** - это счастье! Это когда ты весел и все у тебя получается. Здоровье нужно всем - и детям, и взрослым, и даже животным. В формировании понятий о здоровом образе жизни.

- Что нужно делать, чтобы быть здоровым? Нужно хотеть и уметь заботиться о здоровье. Если не следить за своим здоровьем, можно его потерять.

Понятие о здоровом образе жизни включает в себя много аспектов.

Это**, во-первых, соблюдение режима дня.** В детском саду режим соблюдается, а вот дома не всегда (беседа с детьми о режиме дома и в детском саду).

**Во-вторых, это культурно-гигиенические навыки.**

- Дети должны уметь правильно умываться.

-Для чего это надо делать? Чтобы быть чистым, хорошо выглядеть, чтобы было приятно, и кожа была здоровой, чтобы быть закаленным, чтобы смыть микробы.

(Для закрепления навыков используем художественное слово). Например, отрывки из сказки Чуковского "Мойдодыр" и т.п.

Мойся мыло! Не ленись!

Не выскальзывай, не злись!

Ты зачем опять упало?

Буду мыть тебя сначала!

**О микробах**:

Они очень маленькие и живые (рисунок).

Они попадают в организм и вызывают болезни.

Они живут на грязных руках.

Они боятся мыла.

**Микроб** - ужасно вредное животное,

Коварное и главное щекотное.

Такое вот животное в живот

Залезет - и спокойно там живет.

Залезет шалопай, и где захочется

Гуляет по больному и щекочется.

Он горд, что столько от него хлопот:

И насморк, и чихание, и пот.

Вы, дети, мыли руки перед ужином?

Ой, братец лис, ты выглядишь простуженным

Постой-ка, у тебя горячий лоб

Наверное, в тебе сидит микроб!

Вместе с детьми рассматриваем ситуации защиты от микробов и делайте **вывод**, который дети должны хорошо усвоить: **не есть и не пить на улице; всегда мыть руки с мылом, вернувшись с улицы, перед едой, после туалета.**

**-**Что мы делаем, чтобы защитить себя от микробов? (есть только мытые овощи и фрукты; когда чихаешь или кашляешь, закрывать рот и нос платком; есть только из чистой посуды).

- Посчитайте, сколько раз в день вы моете руки руки?

**В-третьих, это гимнастика, физзанятия, закаливание и подвижные игры.**

- Если человек будет заниматься спортом, он проживет дольше.

- Почему так говорят: "Береги здоровье смолоду".

По утрам зарядку делай

Будешь сильным,

Будешь смелым.

Прогоню остатки сна

Одеяло в сторону,

Мне гимнастика нужна

Помогает здорово.

Чтобы нам не болеть

И не простужаться

Мы зарядкой с тобой

Будем заниматься

- Полезно полоскать горло, обтираться полотенцем, чаще играть в подвижные игры.

**В-четвертых, культура питания.**

- обыгрывание ситуации "В гости к Мишутке" и "Винни-Пух в гостях у Кролика",

- рассматривание и обсуждение картинок к играм: "Осторожно, вирус", "Будь здоров!"

**Отсюда вывод:**

**Нельзя**

- пробовать все подряд

- есть и пить на улице

- есть немытое

- есть грязными руками

- давать кусать

- гладить животных во время еды

- есть много сладкого.

**Нужно есть больше овощей и фруктов.**

В них много витаминов А, В, С, Д.

- В каких продуктах они содержатся и для чего нужны.

Витамин А - морковь, рыба, сладкий перец, яйца, петрушка. Важно для зрения.

Витамин В - мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох (для сердца).

Витамин С - цитрусовые, капуста, лук, редис, смородина (от простуды).

Витамин Д - солнце, рыбий жир (для косточек).

Для лучшего запоминания использовать художественное слово.

Никогда не унываю

И улыбка на лице,

Потому что принимаю

Витамины А, Б, С.

Очень важно спозаранку,

Есть за завтраком овсянку.

Черный хлеб полезен нам

И не только по утрам.

Помни истину простую

Лучше видит только тот,

Кто жует морковь сырую,

Или сок морковный пьёт.

От простуды и ангины помогают апельсины.

Ну, а лучше съесть лимон

Хоть и очень кислый он.