Конспект интегрированного занятия в подготовительной группе по познавательному развитию «В стране Легких, или Путешествие воздушных человечков».

**Цель:**

* Дать детям представление о том, дыхание – это одна из важнейших функций организма.

**Задачи:**

* Образовательные:

- показать роль дыхания для жизни человека.

- познакомить с дыхательным путем, с механизмом дыхания (вдох-выдох).

* Развивающие:

- развивать память, внимание, любознательность.

* Воспитательные:

- вызвать у детей желание заботиться о своем здоровье.  
**Методы и приемы:**

* Здоровьесберегающие технологи: дыхательная гимнастика.
* ИКТ.
* Педагогические технологии: личностно-ориентированная, исследовательские, игровые.
* Наглядные: показ, демонстрация.
* Словесные: беседа, вопрос-ответ.
* Игровые: игровые упражнения.
* Практические: упражнения.

**Материал к занятию:**

Плакат «Дыхательная система», воздушные шары, карточка с изображением воздушных шариков, схема органов дыхания, схема носоглотки.

**Обогащение словаря:**

Гортань трахея, бронхи, диафрагма, дыхательная система.

**Ход НОД**

*Воспитатель* - Ребята, добрый волшебник принес нам замечательные воздушные шарики. Но шарики эти не простые. Они приоткроют нам тайну, отгадку к которой мы с вами должны найти. Давайте надуем эти шарики (*дети надувают шары*).  
*Воспитатель* - Ребята, что находится внутри шариков? (воздух).  
*Воспитатель* - Шарики легкие или тяжелые?

*Дети* - Легкие. Воздух легкий.  
*Воспитатель* - А как воздух попал в шарики?

*Дети* - Мы их надули.  
*Воспитатель* - А разве у вас внутри есть воздух? Откуда вы его взяли?

*Дети* - Мы его вдохнули. Мы дышим воздухом.  
*Воспитатель* - А мы можем не дышать?

*Дети -* Какое - то время можем, но совсем немножко. Дышим мы постоянно.  
*Воспитатель* - Что произойдет, если мы не будем дышать? (дети высказывают все возможные гипотезы).   
**Опыт.**

Попробуйте глубоко вдохнуть, закрыть рот и нос. Что вы чувствуете? Почему мы не смогли долго находиться без воздуха? Ответы детей.  
*Воспитатель* - Правильно, каждая клеточка нашего организма взбунтовалась - пришлите нам воздух, а то мы погибнем. Мы дышим, вдыхаем воздух, в котором очень много газа? Как он называется? (кислород) Но откуда начинается путешествие этого газа по нашему организму?

*Воспитатель -* отгадайте **загадку:**

Вот гора, а у горы две глубокие норы,  
 В этих норах воздух бродит, то заходит, то выходит.

*Дети -* Нос.   
*Выставляется картинка носа и схема носоглотки.*

*Воспитатель* - Оказывается, нос нужен не только для красоты. Он играет одну из важных ролей в дыхании человека. Какую? (ответы детей).

*Плакат «Дыхательная система».*

*Воспитатель* - Воздух проникает в нос, там он очищается благодаря большому количеству волосков, согревается и теплый поступает в гортань, в трахею, воздушный тоннель, из которого попадает в бронхи и легкие. А как нужно правильно дышать? (через нос). Обратите внимание на то, как воздух входит в нос, доходит до легких и выходит.

Дети дышат под текст стихотворения*.*

Носик воздух набирает,

В носоглотку отправляет.

Дышат легкие мои

Воздухом Земли.

*Воспитатель* - Что произойдет, если дышать через рот? (Выслушиваются все ответы детей).

*Воспитатель* - Катя, покажи еще раз на плакате, как воздух попадает в легкие?  
  
**Опыт.**

Поднести ладонь ко рту. Тихо, медленно подышать через открытый рот на ладонь. Вопрос: «Какой воздух выходит из нас - теплый или холодный?»

*Воспитатель* - Мы все живые люди и тепло находится внутри нас. Чтобы сохранять свое тепло, быть здоровым, не простывать - лучше дышать через нос. А знаете ли вы, откуда кровь берет кислород? (высказывание детей).

*Воспитатель* - Она берет его из легких. *(плакат)*. Когда мы дышим, легкие, как воздушный шарик, наполняются воздухом и увеличиваются.(*карточка с изображением* *шариков).* Мы берем из воздуха кислород, без которого жить нельзя, и выдыхаем углекислый газ и лишнюю воду.

**Дыхательная гимнастика «Воздушный шарик».**

*Воспитатель* - Благодаря легким мы дышим, они работают днем и ночью, всю нашу жизнь. Легкие находятся в грудной клетке вместе со своим соседом – сердцем. Покажите на себе грудную клетку. В этой клетке есть мышцы, именно они ,опускаясь и поднимаясь, заставляют легкие дышать. Легкие всегда рады гостям – воздушным человечкам, хотя и не позволяют им долго задерживаться в этой удивительной стране. Легкие – наш помощник и друг, а о друзьях надо заботиться.

**Правила здоровых легких:**

* *Дышать свежим воздухом;*
* *Не простужаться;*
* *Полезно петь;*
* *Не находиться рядом с курящими людьми.*

*Воспитатель* - Сегодня мы научимся делать упражнения, полезные для легких:

***«Мороз».*** Стоя, ноги на ширине плеч, руки в стороны на уровне плеч. Руки скрестить перед грудью, обхватить грудную клетку - сильный выдох. (3-5 раз).

***«Дровосек».*** Стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены вниз, пальцы сцеплены в замок. Руки поднять вверх, медленный вдох. Наклон вперед, опустить руки между коленями и сделать сильный выдох со звуком ээээээх (3-5 раз).

*Воспитатель* - Хорошо поработали, все молодцы.