**Конспект занятия по ознакомлению с окружающим**

«Телевизор, компьютер и здоровье»

Цель:

 - формировать представление детей о вредном воздействии телевизора и компъютера на здоровье.

- уточнить знания детей о строении и функциональном назначении органа зрения – глаза.

Материал:

1. Иллюстрации: «Строение глаза», «Работа за компьютером», «Просмотр телепередач по телевизору»

2. Кукла Буратино

3. Бабочки для игры

4. «Гимнастика для глаз»

Ход занятия

Организационный момент

Пришёл Буратино. Он сообщает детям, что должен встретиться сегодня с Мальвиной, но у него плохое самочувствие. У него болит голова и «режет» глаза.

Воспитатель: «Дети, как вы думаете, чем занимается Буратино в свободное время от занятий? От чего могут болеть глаза?» (ответы детей).

Воспитатель: «Всё это признаки утомления».

Буратино очень долго играет в компъютерные игры и смотрит телевизор.

Давайте, предложим Буратино познакомиться с органом зрения – глазом.

Воспитатель загадывает загадку:

Два Егорки живут возле горки

Живут дружно, а друг на друга не глядят. (глаза)

Воспитатель: «Сегодня мы с вами поговорим о глазах. Глаза – это один из ценнейших органов чувств человека. Как вы думаете, почему? (ответы детей)

Воспитатель: «Посмотрите друг другу в глаза, что вы видите? (ответы детей)

 Этот кружок называется радужная оболочка. У одних она коричневая, у других – зелёная, у кого-то голубая. А чёрная точка – это зрачок. Через него лучи света попадают внутрь глаза. И мы с вами видим, что нам хочется увидеть. Зрение – это способность видеть. Наш глаз похож на маленькое яблоко. Мы его не видим целиком, так как это яблоко надёжно спрятано в глубокую норку – глазницу, а наружу выглядывает любопытный зрачок.

Воспитатель: Дети, что бывает с людьми, которые плохо видят, или не видят совсем?

 С ними происходят разные несчастья.

Игра «Поймай бабочку». Ребёнок ловит бабочку сначала с открытыми, а потом с закрытыми глазами.

Воспитатель: Люди, которые плохо видят, не могут разглядеть бабочку и не могут её поймать. Дети, о наших глазах нужно заботиться, потому что с ними случаются разные беды. Вот и Буратино, если бы заботился о своих глазах, то не переутомился бы,у него было бы всегда хорошее настроение. Научим Буратино заботится о своих глазах? Для этого поиграем в игру «Хорошо – плохо». Воспитатель показывает иллюстрации. Дети, если мальчик поступает правильно – хлопают в ладоши, а если – плохо, то закрывают глаза руками. В ходе игры воспитатель объясняет детям, почему хорошо и почему плохо.

Рефлексия: В конце занятия дети подводят итог, что

 - играть в компьюторные игры нужно совсем не долго, 7-10 минут

 - расстояние от глаз до монитора 50-70 см.

 - телевизор нужно смотреть всего 25-30 мин.

 - расстояние до экрана телевизора должно быть 3 метра.

- после просмотра телепередач и игр на компьюторе – делать гимнастику для глаз.

Буратино благодарит детей и весело убегает на встречу с Мальвиной.