**НОД в старшей группе «Сердце-главный орган человека»**

Тема: «Сердце: здоровье и тренировка»

Цель: формировать умение определять расположение сердца в организме человека; дать понятия «пульс», «сердце»; познакомить со значением сердца в жизни человека, с правилами охраны и укрепления сердца.

Материалы к занятию.

Макет сердца, таблица -скелет, груша-спринцовка, прозрачные гибкие трубочки, слабый раствор марганцовки (кровь), бумажные сердечки ,человечки, шапочки.

 **ХОД ЗАНЯТИЯ**

**Организационная часть:**

**Воспитатель:**

Рано утром детский сад всех детей встречает

Там игрушки ждут ребят, в уголке скучают

Ты по доброму, очень весело улыбнись

Всем кто хмурится, своей радостью поделись

Вправо, влево повернись

И соседу улыбнись

Ребята , я очень рада видеть вас всех сегодня здоровыми и красивыми.

Посмотрите к нам сегодня пришли гости, давайте поздороваемся и подарим им свои улыбки. Молодцы!

-Посмотрите на этот плакат и скажите, что является опорой нашего организма?(скелет)

-А что приводит в движение скелет и наше тело?(мышцы)

-Какие должны быть наши мышцы? (крепкие, сильные)

-Да скелет не только служит опорой нашего организма, но ещё и защищает наши органы, которые находятся внутри нас.

 - Какие органы вы знаете?

- А какой орган в нашем организме самый главный? (сердце)

Стихотворение: Н.Кнушевицкая «Сердце»

 В груди у каждого из нас

 И день, и ночь, и всякий час

 Мотор стучит чудесный,

 Конечно, вам известный.

Моторчик наш, он не простой,

Он не железный, а живой.

Он тосковать умеет,

И любит, и  жалеет!

-Где находится сердце? А вы хотели бы посмотреть ,как оно выглядит.

( показать макет-сердца)

**Воспитатель:**Посмотрите, как выглядит сердце, На что оно похоже? А размером оно у нас такое же как это? по форме оно напоминает кулак.

-Сердце - это самый главный очень сложный и удивительный механизм. Оно очень сильное и крепкое. Ведь сердце выполняет очень важную работу. Когда оно сжимается - оно выталкивает кровь в сосуды. Кровеносные сосуды проходят по всему телу. Посмотрите на тыльную сторону ладошки. Видите синие полоски – как вы думаете, что это? это и есть кровеносные сосуды. По ним движется кровь.

**Воспитатель:**Как вы думаете, какого размера ваше сердце? Посмотрите на свой кулачок – вот такой величины ваше сердце. А вот какое сердце у меня. Посмотрите на мой кулачок и сравните его со своим. Что больше? Правильно мой кулачок больше, а это значит, что моё сердце больше чем ваше. Ваше сердце будет расти вместе с вами. Как вы думаете, когда вы спите, сердце работает или отдыхает вместе с вами? Несмотря на небольшой размер, наше сердце работает и днем, и ночью.

**Воспитатель:** И работает как насос. Чтобы понять, как это происходит.

   - я предлагаю вам пройти в ла-бо-ра-то-рию и посмотреть,  как сердце выталкивает кровь?

 (*на столе груши-спринцовки, стаканы  с подкрашенной в красный цвет  водой).*

Представьте, что Груша – это сердце, вода в стакане – это кровь, трубочки-сосуды. Сжали грушу и опустили трубочку в жидкость. Разжали кулачок. Кровь наполняет сердце, а затем оно сжимается, выталкивает кровь и движет кровь по нашему организму. Повторили еще раз. Такое движение никогда не останавливается, сердце работает без устали.

**Вывод**: (говорят дети) наше сердце сжимается, разжимается и движет кровь по нашему организму.

**мы закончили с вами свой эксперимент, предлагаю вам пройти в группу (сняли шапочки). Садитесь на свои стульчики.**

**-Когда вы ходите, играете, а вы слышите как бьются ваши сердца. ( нет )**

**-**Давайте послушаем как бьются ваши сердечки.
**(звучит аудиозапись биения сердца)**

А теперь разбейтесь на пары приложите ухо к груди и послушайте друг у друга
– Проговорите, как оно стучит.

– А как еще можно услышать биение сердца? А еще биение сердца можно определить по пульсу. Пульс-это удары сердца. На твоем теле есть места, где эти удары ощущаются. Давайте найдем их вместе.

-Сначала найдем пульс у себя на шее. Приложите к ней кончики пальцев вот здесь.(пульс прослушивается кончиками пальцев с обеих сторон шеи чуть ниже угла нижней челюсти.) (воспитатель индивидуально помогает детям находить пульс).
-Пульс прощупывается на запястье. Положите два пальца одной руки на запястье другой. Найдите у себя пульс. Что вы чувствуете? (ТОЛЧКИ). Так бьется ваше сердце.
(Существует аппарат– фонендоскоп, через который можно услышать удары сердца. )

-Как вы думаете, сердце всегда бьется одинаково?

Давайте посмотрим, как будет биться сердце, после того, как мы потанцуем.

  **Физкультминутка**

- Послушайте снова пульс. Положите руки на грудь. Как теперь оно бьется? Что изменилось? (сильно, быстро). Это потому что мы дали физическую нагрузку. Что нужно сделать, чтобы сердце успокоилось и стало биться ровно и спокойно.

- Давайте сделаем дыхательную гимнастику.

**Воспитатель:** Тук-тук стучит сердечко, точно также как мотор. Если так стучит сердечко, значит человек здоров. Мы должны его беречь, заботиться о его состоянии.

А как вы думаете, что нужно делать чтобы ваше сердце было здоровым (ответы детей).

. Кушать полезную еду, правильно питаться.

. Тренировать сердце (бегать, прыгать, закаляться)

 . Заниматься спортом, физкультурой

- О своем сердце нужно заботится всю жизнь. Когда ваше сердце устанет, что вы ему можете предложить? (отдохнуть)

-А как отдохнуть. Правильно расслабиться, поиграть в спокойные игры, просто спокойно посидеть, погулять на свежем воздухе, спать днем, вечером вовремя ложиться спать, сделать дыхательную гимнастику.

-Вы думаете сердцу нравиться когда вы боитесь, плачете? (ответы детей) Да это грустно - всегда, и конечно же не нравиться сердцу. А чем будем радовать сердечко? Будем улыбаться, смеяться и со всеми дружить. Имей доброе сердце и хорошее настроение.

**Итог занятия:**

-Что нового мы сегодня узнали? Какое задание вам понравилось больше всех?

-А сейчас подойдите к столу, выберите сердечко с тем настроением, которое осталось у вас после занятия. ( с улыбкой – у кого все получилось, и не вызвало затруднений, без улыбки – кому сегодня было трудно, не все получалось.) Выбрали, а теперь приклейте свои сердечки вот к этим человечкам. (обратить внимание на того ребёнка, кто выбрал грустное сердечко).

- Спасибо, ребята, мне было очень интересно с вами работать.

 Самоанализ по познавательно-исследовательскому развитию

 «Уроки-здоровья» старшая группа

 Тема: «Сердце: здоровье и тренировка»

Цель: формировать умение определять расположение сердца в организме человека; дать понятия «пульс», «сердце»; познакомить со значением сердца в жизни человека, с правилами охраны и укрепления сердца.

 Мною были поставлены следующие задачи:

• Познакомить детей с работой человеческого сердца, показать значение сердца для всего организма;

• Обучать правилам сохранения здорового сердца;

 • Развивать умение логически мыслить, четко и ясно отвечать на поставленные вопросы.

Образовательную деятельность в старшей группе выстроила с учетом возрастных и психологических особенностей детей 5-6 лет.

С детьми была проведена предварительная работа: рассматривание атласа «Тело человека», чтение и заучивание стихов об органах человека, рассматривание познавательной литературы и картин, беседы по их содержанию.

Для реализации каждой задачи были подобраны приёмы:

- словесный, -наглядный, -практический

Данное занятие относится к разделу «Знакомство с организмом: о том, что внутри». Является продолжением формирования у детей представлений об организме человека.

Дети были активны на протяжении всей ОД, старались проявлять открытость, выполняли задание чётко и ясно, способность вести диалог на уровне группы, делать выводы, но выражать свои мысли развернуто и аргументировано им пока сложно, поэтому часто ответы носят однозначный характер.

На занятии использовались различные формы организации коллективной деятельности (совместная деятельность детей и воспитателя, работа в парах). Организована и индивидуальная деятельность детей (нахождение пульса). Считаю, что были созданы все условия для этой работы.

 Содержание занятия логично, последовательно, способствует активизации познавательной деятельности детей. В каждом моменте организации деятельности детей использовались вопросы поискового характера, вопросы на сообразительность и логическое мышление.

На занятии были использованы здоровьесберегающие технологии: физминутка, дыхательная гимнастика. Длительность занятия и нагрузка на детей соответствует нормам и возрасту детей. Я считаю, что поставленные мною программные задачи в ходе организации ОД были решены. Я довольна детьми. Спасибо за внимание!