Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно - эстетическому развитию детей дошкольного возраста № 11 « Родничок» (МБДОУ д/ с №11)

Конспект урока по ОБЖ

«Как мы устроены»

подготовила

воспитатель I категории

Курякова Татьяна Владимировна

г.Зеленогорск

2012г.

**Задачи:**

- дать детям представление о строении собственного тела, основным его назначением и расположением его внутренних органов, вызвать интерес к изучению своего организма;

- формировать представление о том, как органы чувств помогают нам знакомиться с окружающим миром;

- расширять знания детей о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания;

- совершенствовать умение делать выводы на основе наблюдений, развивать активную речь детей;

- воспитывать желание быть красивыми и здоровыми.

**Методические приёмы:**

**-** беседа;

- вопросы к детям;

- использование наглядного материала;

- игры;

-заучивание;

- побуждение к ответам;

- поощрение.

**Материалы:**

-схема человека;

- схема строения тела человека с внутренними органами (на каждого ребёнка);

- схематическое изображение органов чувств;

- развивающая игра «Здоровье и витамины;

- воздушные шары (по количеству детей);

- фрукты.

**Предварительная работа:**

- рассматривание иллюстративного материала об организме человека, плакатов, схем;

- чтение энциклопедической и художественной литературы, загадывание загадок;

- беседы о строении тела, об организме, о пользе здорового питания;

- проведение упражнений, дидактических игр.

**Ход занятия:**

- Ребята, что нового вы заметили в центре здоровья? (коробка - подарок)

- Верно. Это обезьянка Чи-Чи прислала вам подарок. А что в нём, вы должны догадаться. (Каждый ребёнок на ощупь определяет содержимое мешочка в подарке).

- С помощью чего вы узнавали, что находится в мешочке? (рук). Правильно, с помощью рук (вывешивается схема руки). А когда вы доставали фрукты, что вам помогало видеть их? (глаза)

- Совершенно верно, глаза (вывешивается схема глаза). Так значит, глаза и руки – наши помощники? А теперь закройте глаза. Видите ли вы что- нибудь? Плохо без глаз?

- Ребята, есть люди, которые совсем не видят. Поэтому у них хорошо развиты слух, обоняние и вкус. А вы сможете с закрытыми глазами определить фрукты по запаху? (нюхают предлагаемые фрукты, называют их).

- Как вы узнавали, чем пахнет? (нюхали).

- Чем? (носом)

- Значит, у вас есть ещё один помощник? (вывешивается схема носа).

- А сейчас я предлагаю вам снова закрыть глаза и определить, какой фрукт попал к вам в рот (пробуют, называют).

- Что можно сказать о яблоке? )кислое, сладкое, сочное, твёрдое…).

- О банане? (сладкий, мягкий).

- Как вы узнали, что за фрукт попал к вам в рот? (определяли на вкус).

- Вкус мы определяем с помощью чего? (языка).

- Правильно, языка. Вот ещё один наш помощник (вывешивается схема языка).

- Очень полезные, вкусные продукты прислала нам обезьянка. Мы смогли их и потрогать, и рассмотреть, и понюхать, и попробовать. Всех помощников мы назвали? (уши).

- Как нам помогают уши? (с помощью ушей мы слышим звуки, различаем их).

- Молодцы! (вывешивается схема уха). Вот видите, сколько у нас «помощников»:

Глаза даны, чтоб видеть,

А уши служат, чтобы слышать,

Язык во рту, чтоб вкус понять,

А носик – запах различать.

- А все вместе они помогают нам знакомиться с окружающим миром. Я предлагаю вам поиграть. Вы хорошо знаете строение своего тела? Становитесь в круг. Я буду называть часть тела, а вы с закрытыми глазами будете показывать на себе (руки, ноги, голова, туловище, шея, грудь, живот, коленки, плечи, таз, локти, стопа, пальцы).

- Молодцы, хорошо знаете строение своего тела. А сейчас мы поговорим об органах, которые находятся внутри тела. Они помогают нам расти и развиваться.

- Ребята, положите руку на грудь, как я. Давайте тихонечко посидим и прислушаемся к себе. Чувствуете, как внутри что-то стучит? Что это такое?

- Да, сердце. Сердце – очень важный орган. Сердце человека размером чуть больше его кулаку. Сожмите свой кулачок и мы увидим, у кого какое сердце.

- Ребята, а кто знает как работает сердце? (перегоняет как насос кровь по всему организму, работает днём и ночью без отдыха).

- Как выглядит сердце? Покажите его на схеме.

- А теперь замрём и ещё раз прислушаемся к своему организму. Что вы ещё чувствуете и слышите? (мы слышим своё дыхание).

- У человека есть ещё один важный орган, который работает как и сердце без перерыва. Что это за орган? (лёгкие). Сколько их у человека? (два). Какую роль выполняют лёгкие в организме? Может ли человек прожить без дыхания? Давайте попробуем на несколько секунд задержать дыхание. Не получается? Значит, человек не может жить без дыхания?

- Вы знаете, ребята, лёгкие работают, как мешки – гармошки. Они растягиваются с помощью мышц грудной клетки. Обхватите ладонями обеих рук свои бока повыше пояса и глубоко вдохните воздух. Почувствовали, как расширяются рёбра под ладонями, как надуваются лёгкие? А сейчас выдохните резко и ощутите, как сужается грудная клетка, выталкивая воздух из лёгких? Хотите знать, сколько воздуха помещается в ваших лёгких? В этом нам поможет воздушный шарик. Наберите побольше воздуха в лёгкие, а затем выдохните его в воздушный шарик и сразу сожмите.

(дети выполняют задание).

- Теперь мы узнаем, у кого какой объём лёгких. Как выглядят лёгкие? (Ребёнок показывает на схеме).

- Чтобы организм хорошо работал, все должны хорошо питаться. Каждый день человек употребляет пищу. Из тарелки пища попадает в ложку и отправляется в рот. Отсюда и начинается её удивительное путешествие. Кто расскажет об этом путешествии?

( Во рту есть зубы. Они измельчают пищу на мелкие кусочки. Слюна смачивает пищу, чтобы она лучше прошла свой дальнейший путь по пищеводу в желудок).

- Верно. А как выглядит желудок? (ребёнок показывает на схеме).

- Правильно. В желудке пища переваривается и превращается в питательные вещества, полезные для нашего организма. Из желудка пища попадает в кишечник, а оттуда в виде остатков естественным образом выходит наружу (показать на схеме).

- Сейчас я предлагаю каждому из вас найти место всем органам (дети выкладывают органы внутри контура человека: сердце, лёгкие, печень, желудок, кишечник).

- Теперь вы видите, что человеческий организм очень сложный и всё в нём взаимосвязано.

- Кто знает, что нужно организму, чтобы человек был здоров, рос и хорошо развивался? (человек должен употреблять полезные продукты, в которых содержатся разные витамины).

- Правильно. Предлагаю вам разделиться на две группы и поиграть. Если вы правильно соберёте картинки, узнаете, какие продукты полезны для глаз, мозга, сердца, костей (д/игра «Витамины и здоровье» - пазлы, определяющие полезность определённых продуктов для конкретных органов). (Дети собирают картинки - пазлы).

-Ребята, расскажите, какие продукты необходимо употреблять.

Дети:

Помни истину простую-

Лучше видит только тот,

Кто жуёт морковь сырую

Или сок черничный пьёт.

Очень важно спозаранку

Есть за завтраком овсянку.

Чёрный хлеб полезен нам,

И не только по утрам.

Рыбий жир всего полезней

Хоть противный – надо пить

Он спасает от болезней,

Без болезней – лучше жить!

От простуды и ангины

Помогают апельсины,

Ну, а лучше съесть лимон,

Хоть и очень кислый он.

Никогда не унываю

И улыбка на лице,

Потому что ежедневно

Витамины на столе!

**Список использованной литературы:**

# 1.Авдеева Н. «Безопасность. Учебно-методическое пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста», Детство-Пресс,2010г.

2. **«Детство». Программа развития и воспитания детей в детском саду.** Авторы составители: В.И. Логинова, Т. И. Бабаева, Н. А. Ноткина и др.; Под ред. Т. И. Бабаевой, 3. А. Михайловой, Л.М. Гурович.

**Использованные материалы и Интернет-ресурсы**

## 1.[Что ты знаешь о витаминах? Сто тысяч "почему". Почемучка](http://allforchildren.ru/why/what9.php)