

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №8 г. Нижний Ломов

КОНСПЕКТ

**«СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОСПИТАТЕЛЯ
С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
ПО НАПРАВЛЕНИЮ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»
В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА «ЗДОРОВЫЙ ДОШКОЛЬНИК»
МОДУЛЬ « МОЕ ЗДОРОВЬЕ»**

Тема: «Страна сердца».

**Образовательные области: «Познавательное развитие», «Речевое
развитие», « Социально-коммуникативное развитие», «Физическое
развитие».**

Составила:

воспитатель высшей квалификационной
категории Колесникова О.А.,

г. Нижний Ломов,

2016 г.

Цель: дать представление о системе кровообращения (сердце, кровеносные сосуды, их функции и расположение в теле человека; кровь, её назначение);

Задачи:- развивать у детей способности делать умозаключения на основе физиологических опытов (сердцебиение, пульс);

- формировать основы здоровьесберегающего мышления, умение использовать полученные знания для своего оздоровления, укрепления здоровья;
- расширять словарный запас детей (кровеносные сосуды, пульс, фонендоскоп, мышечный мешочек, кислород, углекислый газ, вена);
- воспитывать у детей элементарные навыки здорового образа жизни,
- совершенствовать навыки коммуникативного общения.

Материалы: плакат “Система кровообращения”, муляж сердца, фонендоскопы по количеству детей, кроссворд, медальоны-сердечки.

Предварительная работа:

- просматривание энциклопедии “Большая энциклопедия для дошкольника”;
- рисование на тему: “Какие мы”,
- дидактические игры: “Полезные - вредные”, “Доктор Айболит”.
- отгадывание кроссвордов.

Словарная работа: пульс, мышечный мешочек, кровеносные сосуды, фонендоскоп, кислород, углекислый газ, вена, сократилось, кровь.

Ход мероприятия

Воспитатель:

- Здравствуйте, ребята! Давайте поздороваемся друг с другом! (*Дети здороваются.*)

Воспитатель:

- А знаете, вы ведь не только поздоровались, вы подарили друг другу частичку здоровья! Сегодня мы поговорим о здоровье. Найдём ответ на вопрос: что такое сердце?

Воспитатель:

- Люди с давних времён пытались изобрести чудо - механизм, который мог бы работать сам по себе, без остановки много лет подряд. Даже название придумали: “Вечный двигатель”. Но изобрести такую машину люди не смогли. А матушка-природа его давно уже изобрела. Как вы думаете, что это? (*Предположительные ответы детей.*)

(слышен звук бьющегося сердца)

«Воспитатель - Ребята, по-моему, к нам кто-то стучится? Кто же это может быть

– птица или гость? (Ответы детей)

Воспитатель:

- Да, каждый из вас слышал биение сердца, как оно неустанно работает. Хотите узнать всё про сердце: на что оно похоже, какой формы, какой величины, как беречь его?

- Я вам предлагаю проникнуть в эту тайну и совершить увлекательное путешествие – посетить экспериментальную лабораторию по изучению работы сердца .

А сейчас давайте рассмотрим первый экспонат (достаю из коробки разборный муляж сердца). Вот так оно выглядит.

(Рассматривание)

Как вы думаете, внутри сердца что-нибудь есть или там пусто как в мешке?

(Ответы детей)

Внутри сердце не пустое, а очень сложное и удивительно интересное. Оно представляет небольшой мешочек, стенки которого состоят из мышц и разделено перегородками. Сердце разделено стенкой на две половинки, в которых есть предсердие и желудочек. Стенки левой половинки толще и сильнее правой. Мы с вами рассмотрели муляж сердца, он в несколько раз больше настоящего. Ребята, сожмите руку в кулак. Вот такой величины ваше сердце. А у меня вот такое. С возрастом сердце увеличивается. Находится в левой части груди.

-Как вы думаете: для, чего человеку нужно сердце? (Ответы детей).

- Сердце - самый важный орган. Оно есть у каждого из нас. Сердце вам нужно для того, чтобы вы могли бегать, прыгать, танцевать, работать, радоваться, огорчаться... Именно сердце даёт силы для этого, обеспечивая непрерывное питание всего организма. Но главная задача сердца - перекачивать кровь, чтобы она распространялась по всему телу.

Воспитатель:

С правой половинки тёмная кровь поступает в легкие, там кровь обогащается кислородом и возвращается в сердце - **малый круг кровообращения**.

В левое предсердие всегда приходит в гости только алая, богатая кислородом кровь, которая потом бежит в длинный и тяжелый путь по всему телу - **большой круг кровообращения**. Как только наполняются обе половинки , сердце сжимает их и выдавливает кровь через специальные чудесные дверки-клапаны в желудочки.

(Рассматриваем плакат «Система кровообращения человека»)

В организме взрослого человека течет 5-6 литров крови, а у детей меньше - 3 литра. Ребята, это много или мало? (*Ответы детей*). Посмотрите на литровый пакет сока и представьте себе, что крови в детском организме столько, сколько сока в 3 пакета (*показ*), а у взрослого человека в 6 пакетах(*показ*) -сравнение.

Воспитатель: - Да, наш “вечный двигатель” - сердце. Оно работает, не останавливаясь в течение всей жизни, перекачивая кровь по тонким эластичным трубочкам, которые называются кровеносными сосудами.

Обратите внимание, наше тело - пронизано густой сетью кровеносных сосудов, по которым течет кровь. Некоторые из них широкие и плотные артерии, вены, другие узкие и тонкие - капилляры. Во многих местах они подходят близко к поверхности кожи, их даже можно рассмотреть.

Опыт №1

Воспитатель: Ребята, давайте мы с вами рассмотрим ладони с наружной стороны, а потом с внутренней. Сквозь кожу видны голубые полосы. Это и есть кровеносные сосуды. Все нашли свои кровеносные сосуды? Рассмотрите их хорошо.

Воспитатель: Самые тонкие кровеносные сосуды, тоньше человеческого волоса. По сосудам постоянно течет кровь, причем довольно быстро. Ей надо всего полминуты, чтобы пробежать по всему телу. Вы даже не сумеете посчитать до 30-ти. А еще, приложив свои пальчики на запястье, вы почувствуете небольшое биение. Это биение вашего сердечка или как его по-другому называют - пульс. Что это такое? Пульс - это толчок крови, который выталкивается при сокращении сердца. У взрослого человека нормальный пульс - 70-80 ударов в минуту, у детей 80-100 ударов. На теле человека есть места, где можно почувствовать пульс - на висках, на шее, по центру грудной клетки. Но самое удобное и привычное прощупывание пульса - это запястье. Здоровое сердце человека бьётся ритмично.

Опыт №2

Ребята давайте мы с вами прощупаем пульс. Для этого положите указательный, средний, безымянный пальцы на запястье. Все нашли пульс?! Обратите внимание, ребята, как бьется ваше сердце? *Ответы детей* (ровно и спокойно).

Воспитатель: А теперь попробуем дать нагрузку нашему организму. Для этого нам нужно встать в круг.

Физкультминутка

А теперь на месте шаг.

Выше ноги! Стой, раз, два!

(ходьба на месте)

Плечи выше поднимаем,

А потом их опускаем.

(поднятие и опускание плеч)

Руки перед грудью ставим,

И рывки мы выполняем. (рывки перед грудью, рывки руками)
Десять раз подпрыгнуть нужно,
Скачем выше, скачем дружно! (прыжки на месте)
Мы колени поднимаем -
Шаг на месте выполняем. (ходьба на месте)
От души мы потянулись,
И на место вновь вернулись. (дети останавливаются)

Воспитатель: Ребята, а давайте теперь, после того, как мы подвигались, еще раз пощупаем свой пульс. Что вы почувствовали?! Как бьется ваше сердце?

Ответы детей: Быстрее, сильнее, чаще стало биться сердце.

Опыт №3

-Врачи, чтобы прослушать биение сердца используют фонендоскоп. По тому, как сердце бьется, они могут определить, здоров или болен человек. Давайте рассмотрим устройство фонендоскопа. Через этот прибор удары сердца слышны лучше. (*Предлагаю детям прослушать сердцебиение друг друга*).

Воспитатель: Правильно, когда мы больше двигаемся наше сердце работает быстрее. От этого оно становится сильнее. А если мало двигаться, вести малоподвижный образ жизни, что будет с сердцем? (*Ответы детей*)

Воспитатель: Правильно вы думаете, оно слабеет, хуже работает и человек может заболеть. Ребята, в сердце есть митральный клапан (показ) - именно звук его закрытия мы и слышим.

- Вы знаете, что от частого закрывания и открывания у людей пожилого возраста клапан становится слабым. Как им можно помочь?(ответы детей)

- Человек искусственно создал сердечный клапан и сейчас проводятся операции по его замене и установке. А изготавливают такие важные элементы у нас в России - в городе Пензе. Так, что мы можем гордиться, что благодаря нашим ученым многим людям удалось спасти жизнь. Так же в Пензе построили кардиологический центр, где делают сложные операции на сердце взрослым и детям, у кого слабое сердце.

(просмотр видео о производстве МедИнж в Пензе)-4 мин.

Воспитатель: Ребята, что нового мы сегодня узнали? (*Ответы детей*).

Воспитатель: Я хочу вам предложить разгадать кроссворд.

Вопросы по горизонтали:

Что переносит всем сосудам кровь. (Кислород)

Как называется толчок крови? (Пульс)

Вопросы по вертикали:

1.Что течёт по сосудам? (Кровь)

2.На что похожа работа сердца? (Насос)

3.Как называются эластичные трубочки? (Сосуды)

4.День и ночь стучит оно словно бы заведено, будет плохо, если вдруг прекратится этот звук. (Сердце)

Воспитатель: Сердце и кровяные сосуды человека - очень важные органы. Их нужно беречь и укреплять. Игра, прогулка на свежем воздухе, занятие физкультурой, катание на коньках лыжах, плавание, утренняя гимнастика, ходьба и бег ,правильное питание, здоровый сон укрепляют сердце и сосуды. А знаете, какие продукты помогают сердцу быть крепким? Это печеный картофель и томатный сок.

Не перегружайте сердце! Следите за частотой пульса. Частый пульс говорит о том, что сердце устало и пора отдохнуть. Молодцы, ребята. Как много интересного мы сегодня с вами узнали.

Коммуникативное упражнение «Импульс».

(Дети вместе с воспитателем садятся на ковер по кругу, ноги скрестно, берутся за руки)

- Сейчас, я начну сжимать руку сидящего с одной стороны, а вы ждите и как только почувствуете пожатие, передайте его дальше. Я очень хочу, чтобы вы вложили в это рукопожатие пожелания добра, радости, здоровья и счастья. (Упражнение проводится по два раза в каждую сторону) - Я желаю вам от души быть здоровыми, сильными, крепкими. Занимайтесь спортом, тренируйте свое сердце, и оно ответит вам долгой и безукоризненной работой. А от меня вам маленькие сердечки с самыми лучшими пожеланиями!

(Воспитатель дарит улыбающиеся сердечки детям и гостям)

