

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ в образовательном процессе

Кузьмина Лидия Ивановна,

воспитатель,

МБДОУ «Детский сад № 127»,

г. Чебоксары, Чувашская Республика

ФОРМИРОВАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. В данной статье представлен опыт работы со старшими дошкольниками по формированию представлений о здоровом образе жизни, применению различных словесных, наглядных и игровых приемов в образовательной деятельности.

Ключевые слова: здоровье, человеческое тело, сердце, органы, дыхание, пульс, кровообращение.

Программное содержание тематического

- Продолжать формировать обобщенные представления о строении своего тела, о некоторых внутренних органах, их функциях.

- Дать представление о системе кровообращения (сердце, кровеносные сосуды, их функции и расположение в теле человека).

- Научить детей прощупывать пульс.

- Воспитывать заботливое отношение к своему здоровью.

Словарная работа: активизировать в речи детей слова: пульс, артерия, вены, кровообращение.

Методические приемы:

- Рассказ воспитателя

- Использование наглядности

- Загадывание загадки

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ в образовательном процессе

- Чтение стихов
- Дидактические игры
- Вопросы к детям

Материал: макет скелета, плакат «Сердце», схема кровообращения, фонендоскоп.

Предварительная работа:

Рассматривание журналов «Человеческое тело»

Беседы:

- 1) я и другие люди
- 2) овощи и фрукты, полезные продукты
- 3) внутренние органы человека

Дидактические игры

Ход занятия:

Воспитатель: Послушайте и отгадайте мою загадку:

Стоят два пенечка,
На пенечках - бочка,
На бочке – кочка,
На кочке трава растет.

(ответы детей)

Да это человек.

Воспитатель: Ребята сегодня мы поговорим о нас, то есть о людях, о том, как устроен человек. Чтобы ходить, есть, дышать, совершать какие-то действия, человеку приходится затрачивать много усилий.

В этом нам помогают скелет и мышцы. Они связаны между собой и определяют форму тела человека. В нашем теле, ребята, 206 костей. Самые крупные – это кости ног. Все люди строением тела похожи друг на друга.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ в образовательном процессе

Давайте ребята поиграем.

Игра «Я узнаю себя»

- Сейчас, ребята, посмотрите друг на друга и скажите, чем вы отличаетесь. (рост, цвет и длина волос, цвет глаз, вес, пол).

Теперь поиграем в игру «Я назову или загадаю, а вы покажите».

Называем части тела.

- 1) Один говорит, двое глядят, а двое слушают
- 2) Пять братьев: годами равные, ростом разные
- 3) Всю жизнь ходят «в обгонку», а обогнать друг друга не могут.

Молодцы ребята, вы все хорошо знаете части своего тела.

Но это еще не все, мы также должны знать, как мы устроены внутри.

Самым главным органом у нас является сердце.

Рассматриваем плакат с изображением сердца.

Сердце – это небольшой мешочек, стенки которого состоят из мышц. Оно небольшое, величиной примерно с кулак и расположено почти в середине грудной клетки.

Сердце разделено перегородкой на 4 части.

Предложить детям сжать кулак и приложить его к груди, показывая приблизительный размер и место расположения сердца.

С самого рождения сердце не перестает трудиться. Поэтому работу сердца можно сравнить с работой мотора.

Когда мы устаем, то сердце стучит чаще, а когда отдыхаем, то и сердце стучит медленно.

Ребята, а давайте найдем с левой стороны нашего туловища то место, где слышно, как бьется сердце.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ в образовательном процессе

Все нашли? А теперь послушаем его и посчитаем его удары от 1 до 10.

Ребята, как работает сердце, можно еще определить по пульсу.

(Поясняет, как это сделать)

Пульс – это сокращение сердца.

За минуту оно сокращается 65-75 раз.

Здоровое сердце бьется ровно и ритмично.

И у нас с Вами сейчас бьется сердце ровно, потому что мы с Вами находимся в спокойном состоянии. А при физической нагрузке сердце начинает сокращаться чаще и сильнее.

И сейчас мы в этом убедимся.

Проводится физкультминутка

- Я согнусь, разогнусь

(выполняют наклоны вперед)

- В мячик поиграю

(выполняют прыжки на месте)

- Попляшу, покручу

(выставляем ногу на пятку

Затем прыжки вокруг себя)

- И здоровья наберусь

(разводят руки в стороны, пальцы раздвинуть;

Сгибают руки к плечам, сжимая пальцы в кулак).

По окончании физкультминутки дети вновь пытаются прощупать пульс, отмечают его учащение.

Чтобы прослушать, как работает сердце, врачи используют специальные приборы и аппараты.

Ребята мы с вами сейчас будем врачами.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ в образовательном процессе

Воспитатель демонстрирует фонендоскоп, предлагает послушать с его помощью сердцебиение. Игра «Поликлиника».

Ребята, сердце человека как мощный насос. Оно перекачивает нашу кровь. От него она движется по сосудам-трубочкам по всему телу.

Рассматривание схемы. Посмотрите ребята, кровь из сердца движется по сосудам, которые называются артериями. В кишечнике она захватывает питательные вещества, в легких кислород и мимоходом одаривает всем необходимым каждую клетку нашего организма.

Проходя через печень и почки, кровь очищается. После того, как кровь «пропутешествовала» по всем тканям и органам, она становится темного цвета и уже по венам возвращается обратно к сердцу.

Вены, ребята, можно увидеть, например, на руках и ногах под кожей.

Сердце посылает ее по крупным сосудам-артериям в легкие, где она получает новую порцию кислорода.

Кислород меняет цвет крови – она становится ярко-красной. Из легких кровь возвращается в левые камеры сердца, и все начинается сначала.

Если поступление крови к какому-либо органу прекратится – случится беда.

Например, если снабжение кровью головного мозга прервется хотя бы на секунду, это приведет к потере сознания.

Скорость, с какой течет кровь, зависит от частоты сокращения мышц сердца.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ в образовательном процессе

Чтобы сердце работало без перебоев, ему, как истинному работяге необходимо полноценное питание и хороший режим. Лучший деликатес для него – кислород.

Побольше гуляйте на свежем воздухе, регулярно занимайтесь физкультурой и спортом.

Я хочу прочитать вам стихотворение «Сердце – самый важный орган»:

Сердце – самый важный орган –

Есть у каждого у нас.

Как насос качает воду

Каждый день и каждый час.

Находится оно внутри,

Как в домике упрятано.

Его ты с детства береги

Заботливо, старательно.

Занимайтесь физкультурой:

Бегай, прыгай и скачи.

Тренируй мускулатуру –

Не нужны будут врачи.

Но сердцу надо давать отдыхать, спать по 7-8 часов, а дети еще должны отдыхать днем. Во время сна сердце отдыхает – бьется медленно.

Вот, ребята, сколько мы сегодня узнали о работе сердца.

А сейчас давайте нарисуем сердце.

Итог занятия:

А теперь ребята подумайте и ответьте на вопросы:

1) Какой самый важный орган в нашем организме?

**СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ
в образовательном процессе**

- 2) А для чего человеку сердце?
- 3) Какую роль играет сердце, на что похожа его работа?
- 4) Что разносит кровь по всему телу?