**Ход НОД**

-Ребята, давайте поздороваемся с гостями.(Здравствуйте)

- А вы когда-нибудь вдумывались в смысл слова «Здравствуйте»?

(Здравствуйте - это значит, что мы желаем быть здоровыми).

Воспитатель: Быть здоровым очень важно. Только здоровый человек по-настоящему может познать радость жизни. Быть здоровыми хотят взрослые и дети. А чтобы человек был здоровым, значит должно быть здоровым его тело, все органы.

Сегодня мы с вами поговорим об одном из самых важных органов человека. Мы с вами находимся в лаборатории,а значит будем исследовать и проводить опыты. Наденьте халаты и занимайте свои места. А про что мы будем говорить, вы узнаете, если отгадаете загадку.

День и ночь стучит  оно

Будто-бы заведено

Будет плохо если вдруг

Прекратится этот стук. ( Сердце)

Правильно. Это сердце. Итак, Закрывайте глаза.

- В путешествие, друзья, приглашаю всех вас я

-организм наш очень сложен, все о нем узнать ты должен,

Части тела изучаем, как планету открываем:

Город глаз, село волос и поселок горло-нос

Показались мышцев горы, вот и легких косогоры

-ну а эта что за дверца, открываем глазки - страна сердца!

Ну, вот мы и оказались в стране сердца. Вот оно какое. ( картинка)

Можем ли мы увидеть сердце? Почему? Т.е. сердце относится к внутренним органам. Наше сердце защищает грудная клетка, мышцы и кожа.

Как вы думаете, внутри сердца есть что-то или оно пустое? Да, внутри  сердце не пустое, а очень сложное и удивительно интересное. (картинка).

Сердце-это мышечный мешок, он разделён стенкой как будто на две двухэтажные квартиры, и над каждой квартирой есть своя прихожая. В левую всегда приходит кровь богатая кислородом, поэтому она алая и яркая. А в правую приходит только темная кровь с углекислым газом. Как только эти прихожие наполняются, сердце сжимается и выталкивает кровь через специальные двери в комнаты. Когда и комнаты наполняются, двери захлопываются и кровь выходит через другие выходы. Стенки левой комнаты толще и сильнее для того, чтобы как можно дальше вытолкнуть алую кровь в один длинный путь по организму. А тёмная кровь с углекислым газом куда идёт?  (в легкие) Там она поменяет углекислый газ на кислород и возвратится в сердце, но не в свой домик, а в соседний. Вот и получается, что кровь все время ходит в гости из одного домика в другой.

Ребята, а хотите узнать какое по размеру ваше сердечко. Сожмите свой кулачек, вот таким по размеру и будет ваше сердечко.

- Давайте сравним размер сердца взрослого человека и ребенка (воспитатель составляет свой кулак с кулачками детей).У кого оно больше? А сейчас сжимайте и разжимайте кулак. Ребята, а можем мы так без устали сжимать и разжимать?

А вот сердечко наше может, поэтому и называют его вечным двигателем.

- Ребята, а с чем можно сравнить работу сердца? (с часами, насосом). Хотите провести опыт, чтобы узнать, как сердце качает кровь?

**Опыт за столом.**

Груша это сердце, вода-это кровь, а трубочки- это сосуды. Сжали грушу и опустили трубочку в воду, разжали кулак, кровь наполнила сердце-грушу, а теперь сжали грушу и вытолкнули воду-кровь обратно в стакан. ( опыт проводится несколькими детьми).

Ребята, а что надо делать, чтобы сердце не болело,и хорошо работало? ( заниматься спортом, правильно питаться, не злиться, гулять и т.д.)

**Физкультминутка ( под музыку)**

Давайте и мы дадим нагрузку нашему организму – выполним полезные упражнения для укрепления мышц. Для того нам надо встать в круг.

-Сердцу нужен кислород (руки вперед вверх, в стороны, вниз).

- А теперь рывки руками помогаем сердцу сами (с поворотом в стороны).

-Чтобы быть здоровыми- спортом занимаемся вправо – влево наклоняемся.

-А теперь мы приседаем, наши мышцы укрепляем.

-Раз прыжок, два прыжок мышцы трудятся дружок.

- А теперь мы побежим весь организм кислородом обогатим (бежим на месте)

-А теперь шары надуем, также мышцы тренируем (5 раз)

Сердце мы не можем увидеть, а можем его …(услышать)

Давайте послушаем сердце друг у друга. Покажите, где оно находится, слева или справа? Как мы можем его услышать?

А еще мы можем услышать стук сердца с помощью фанендоскопа, вы с ним встречались. Где вы могли его видеть? ( в больнице, у врачей) (приглашаю 4х детей, слушают друг друга по очереди)

Ребята, Не обязательно прикладывать ухо к груди, чтобы услышать биение нашего сердечка. На нашем теле есть точки, где мы можем почувствовать биение сердца. И это биение называется ПУЛЬС.

Где мы можем услышать пульс?

- Можно услышать на запястье левой руки, на висках, под нижней челюстью (показываю).

- Пульс у взрослых 60-70- ударов в минуту, а у детей пульс 90 ударов в минуту.

- А вы знаете ,ребята, почему у детей пульс больше чем у взрослых? (дети отвечают, потому что мы очень много двигаемся, прыгаем, бежим и т.д.)

- Молодцы! Да.

\_ Когда мы устали, нашему организму нужно больше крови и биение сердца ускоряется, а если мы спокойны, то тратим намного меньше энергии и сердце может отдохнуть и биться медленнее. А может ли сердце совсем не биться, и отдыхать, когда мы спим? Почему?

- Сейчас мы проверим на себе пульс на специальном аппарате и сравним пульс взрослого человека и ребенка.

- Нам нужно 2 детей и сравним их пульс и пульс взрослого человека.

- Сначала взрослого, а потом ребенка.

Затем оба приседают по 10 раз и проверяем снова.

Из этого обобщаем, что когда человек много двигается, то пульс ускоряется. А когда человек спокоен то пульс замедляется.

**Вывод**

Скажите, что мы сегодня узнали в стране сердца?

(Как оно работает, какие сосуды есть, как почувствовать пульс, что сделать, чтобы оно было здоровым.) а что вам понравилось больше?

На следующем занятии мы с вами вернемся в лабораторию, и вместе с нуарашем узнаем о кислороде.

А теперь нам пора возвращаться в группу. А на память о нашем сегодняшнем занятии я дарю вам вот такие сердечки.

|  |
| --- |
| **Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение****детский сад « Звёздочка»****Открытое занятие:** **«Что за стук у нас внутри?»**C:\Users\Алина\Desktop\Body-Fitness-Test.jpg**Воспитатель: Николашина Д.Ф.**Торбеево, 2018г. |

Конспект непосредственно-образовательной деятельности
с детьми старшей группы

 **«Что за стук у нас внутри?»**

**Цель:** Помочь осознать собственную ценность и уникальность.

**Воспитательные задачи:**

1.     воспитывать любознательность, бережное отношение к своему организму;

2.     формировать сознательное отношение к здоровому образу жизни;

**Развивающие задачи:**

1. развивать умения рассуждать, логически мыслить, делать выводы;

2. развивать способность чётко и ясно отвечать на поставленные вопросы;

3. развивать коммуникативные навыки и умения, расширять словарный запас детей за счёт слов « пульс», «мышечный мешочек», «кислород», «углекислый газ»;

4. продолжать развивать познавательную активность в процессе эксперимента.

**Образовательные задачи:**

1. закреплять знания о строении собственного тела, расширять представления о своём организме;

2. формировать представления о работе сердца, показать значение сердца для всего организма;

3. знать простейшие правила для сохранения здорового сердца;

4. закрепить и обобщить знания детей  о том, что полезно и что вредно для сердца.

**Оздоровительные задачи:**

1.формировать любовь и сознательное отношение к выполнению физических упражнений и игр для работы и сохранения здорового сердца;

2.формировать правильную осанку;

3.использовать игровые упражнения.

**Предварительная работа:**

1.       чтение энциклопедии «Я познаю мир»;

2.       Г.Л.Шалаева «хочу стать врачом». (говорящий градусник);

3.       беседа на тему «моё сердце»;

4.       рассматривание плакатов «строение тела человека»;

5.       дидактические игры «полезно и вредно», «назови по-другому».

**Приоритетные образовательные области:**

Познание, коммуникация.

Интеграция образовательных областей:

Здоровье, художественная литература.

**Виды деятельности:**

Познавательно-исследовательская, игровая, двигательная.

**Оборудование:**

 - Плакаты: «строение тела человека», «как устроен человек»,     «сердце».

-  Груша с прозрачной гибкой трубочкой.

- Баночки с подкрашенной водой « кровь».

- цифровая лаборатория «Наураша», модель «Пульс»

**Список используемой литературы:**

1.            Г. П. Шалаева «Хочу стать врачом» издательство « Эксмо» Москва 2003 г.

2.            Детская энциклопедия « тайны человека» Издательство « Астрель» 2007г.

3.            «Маленький доктор» издатель Святослав Булацкий Книжный дом «Азбукварик Групп» 2013г.

4.            «Почему сердце стучит, а живот урчит» Василий и Марина Ромодины, издательство « Питер» 2013г.

**Самоанализ НОД**

**«Что за стук у нас внутри?»**

**Цель:** Помочь осознать собственную ценность и уникальность.

**Воспитательные задачи:**

1.     воспитывать любознательность, бережное отношение к своему организму;

2.     формировать сознательное отношение к здоровому образу жизни;

**Развивающие задачи:**

1. развивать умения рассуждать, логически мыслить, делать выводы;

2. развивать способность чётко и ясно отвечать на поставленные вопросы;

3. развивать коммуникативные навыки и умения, расширять словарный запас детей за счёт слов « пульс», «мышечный мешочек», «кислород», «углекислый газ»;

4. продолжать развивать познавательную активность в процессе эксперимента.

**Образовательные задачи:**

1. закреплять знания о строении собственного тела, расширять представления о своём организме;

2. формировать представления о работе сердца, показать значение сердца для всего организма;

3. знать простейшие правила для сохранения здорового сердца;

4. закрепить и обобщить знания детей  о том, что полезно и что вредно для сердца.

**Оздоровительные задачи:**

1.формировать любовь и сознательное отношение к выполнению физических упражнений и игр для работы и сохранения здорового сердца;

2.формировать правильную осанку;

3.использовать игровые упражнения.

Детям была сообщена тема занятия. Структура занятия соответствовала поставленным задачам. Оно построено в логической последовательности и взаимосвязи частей занятия. Целесообразно разделила время по всем частям занятия. Темп занятия выбран оптимальный. Темп речи умеренный. Материал излагала эмоционально.

При планировании открытого занятия были учтены возрастные особенности детей. Материал подобран на доступном для детей уровне. Учитывая возрастные особенности ,дети отвечали на вопросы воспитателя, поддерживали разговор, с интересом наблюдали, рассматривали, охотно отвечали на вопросы, самостоятельно проводили опыты. Дети были довольно активные, чувствовали себя комфортно, охотно принимали участия в опытах.

Все элементы открытого занятия между собой объединены общей темой. Содержание занятия соответствовало поставленным целям. Во время открытого занятия применялись следующие методы работы: словесный (вопросы, уточнение, напоминание, поощрение); наглядно-демонстрационный материал (картинки ),экспериментальные методы. Также учитывала здоровье-сберегающие технологии: дети находились в движении, была проведена динамическая пауза под музыку, дети вставали для проведения опытов.

Считаю, что темп занятия был оптимальным, дети с поставленными задачами справились. Эмоциональное состояние детей оставалось положительным на протяжении всего занятия. Недостатки: дети не всегда отвечали полным ответом, больше было хоровых ответов.