



Тема: «Страна Сердца»
Конспект
познавательно-исследовательской деятельности
для детей
подготовительной к школе группе.

Составила: **Татаркина Наталья
Алексеевна** воспитатель,
высшая квалификационная
категория

Цель:

- дать детям первые представления о кровеносной системе.

Задачи:

- познакомить детей с работой человеческого сердца, показать значение сердца и кровеносных сосудов для всего организма ;
- развивать у детей способности делать умозаключения на основе физиологических опытов (сердцебиение, пульс, поступление крови);
- формировать основы здоровьесберегающего мышления, умения использовать полученные знания для своего оздоровления, укрепления здоровья;
- расширять словарный запас детей (кровеносные сосуды, пульс, фонендоскоп, мышечный мешочек, кислород, углекислый газ,);
- воспитывать у детей элементарных навыков здорового образа жизни.

Интеграция образовательных областей: физическое развитие, социально-коммуникативное развитие, художественно-эстетическое развитие.

Методы и приёмы:

Методы наглядного обучения (работа с предметными картинками, слайдами, схемами)

Словесный метод (беседа, рассказ, вопросы)

Игровой метод (игра «Кровяные паровозики».)

Практический метод (наблюдение, эксперимент)

Материалы и оборудование:

Слайд презентация, прозрачные гибкие трубочки, груша, таз, слабый раствор марганцовки (кровь), музыкальное сопровождение, крупная мозаика красного и синего цвета, корзины, фонендоскопы.

Предварительная работа. Занятие: "Если хочешь быть здоровым!", Чтение художественных произведений – сказки: "Крошечка – Хаврошечка", "Мороз Иванович», энциклопедии: "Главное чудо света", "Человек.

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

Ход занятия:**Воспитатель:**

-Здравствуйте, ребята! Я вам предлагаю совершить воображаемое увлекательное путешествие по человеческому организму - в Страну Сердца. Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д. Давайте послушаем, как оно работает. Чётко и ровно бьется большое сердце. (В это время слышится аудиозапись звука работы сердца (Слайд 3). Вот мы с вами и очутились в Стране Сердца.). Здесь, ребята, довольно шумно, (Дети и видят экран с изображением сердца)

Опыт 1 «Размер и работа сердца».

Воспитатель:

-Ребята, сожмите руку в кулак. Вот такой величины ваше сердце. А у меня вот такое. Человек растёт, что происходит с его сердцем? С возрастом сердце увеличивается, а теперь сжимайте – разжимайте пальцы в кулак. Руки устали? А мышцы сердца сокращаются точно так же долгие годы и десятилетия без отдыха – и не устают, ведь они самые трудолюбивые во всем организме! В минуту у взрослого человека происходит около 70 сокращений мышц сердца, а за жизнь сердце делает их 2,5 миллиарда раз!

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*).

Воспитатель:

- Да, наш “вечный двигатель” - сердце. Сердце - самый важный орган. Оно есть у каждого из нас.

Опыт 2. «Положение сердца».

Воспитатель:

-Сердце находится в грудной клетке почти посередине. Оно расположено своим более острым концом вниз, чуть влево и немного вперед. Приложите кулачок к груди по центру, наклонив низ чуть-чуть влево – именно здесь сердце и находится.

Как же нам послушать сердце?

Воспитатель:

-Как узнает врач биение вашего сердца? Существует аппарат – фонендоскоп, через который можно услышать удары сердца. Врачи, чтобы прослушать биение сердца используют фонендоскоп. По тому, как сердце бьется, они могут определить, здоров или болен человек. Через этот прибор удары сердца слышны лучше

Где находится сердце?

Опыт 3. «Послушаем сердце» (с помощью фонендоскопа)

Воспитатель:

-Как стучит сердце?

Если прислушаться, то можно различить, что каждый удар сердца состоит из двух тонов: «тууум-дум».

Туук-тук стучит сердечко точно также, как мотор. Если так стучит сердечко, значит человек здоров.



(Слайд № 3)

Воспитатель:

-Сердце похоже на мышечный мешочек

Как вы думаете, внутри сердца что-нибудь есть или там пусто как в мешке? *(Ответы детей)*

(Слайд) 4

Воспитатель:

-Этот удивительный орган напоминает двухэтажный дом. Наверху в доме две комнаты, называются предсердия. А две комнаты внизу желудочки. С каждой стороны из верхней в нижнюю комнату есть двери, их называют клапанами. Они открываются и закрываются с каждым ударом.

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

Воспитатель:

-Сердце вам действительно нужно для того, чтобы вы могли бегать, прыгать, танцевать, работать, радоваться, огорчаться. Именно сердце даёт силы для этого, обеспечивая непрерывное питание всего организма. Но какая главная задача сердца?

Опыт 4 «Кровь движется, потому, что её толкает сердце»

Окрашенная вода рывками стекает по трубочке, прикрепленной к груше, в тазик. Это «кровь» выталкивается из сердца.

-Почему движется кровь по сосудам?

Вывод: Главная задача сердца перекачивать кровь, чтобы она распространялась по всему телу. Кровь движется, потому, что её толкает сердце. У детей - 3 литра крови. Ребята, это много или мало? *(Ответы детей)*. Посмотрите на литровый пакет сока. Представьте себе, что 3 вот таких пакета крови находится в детском организме *(показ)*. В организме взрослого человека течет 5-6 литров крови.

(Слайд 5)

Рассматривание рисунка человека с сердцем и кровеносными сосудами.

Воспитатель:

-Наше сердце похоже на насос. Оно присматривает за реками, которые текут от него и в него впадают, (показываю на рисунке) Представьте себе пароходы, которые везут грузы. Так и сердце, сокращаясь, выталкивает красную реку крови в сосуды (показываю). По ней пароходы с "кислородом" и питательными веществами из съеденной нами пищи отправляются в путешествие по всем клеточкам нашего организма. Но самое удивительное: кровяные "пароходики", отдавая полезные вещества, забирают из организма вредные и везут их по синим сосудам.

Что переносит кровь по всему организму?.

Попробуем это увидеть в игре.

(Слайд 6)

Проводится игра «Кровяные пароходики».



Воспитатель

-Сейчас я предлагаю вам превратиться в эти пароходики. Вы будете красные пароходики, будете питать организм полезными веществами, а вы синие пароходики – будете выводить ненужные вещества из организма. Воспитанники строятся в две колонны, первая колонна разносит красные детали мозаики (полезные вещества), вторая колонна синие детали мозаики (вредные). Участники должны из корзины взять деталь, добежать до ориентира, присоединить деталь, вернуться в колонну передать эстафету и встать в конец колонны.

– Вот также и течет кровь по сосудам – не переставая.

Опыт 5 «Находим кровеносные сосуды».

Воспитатель:

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

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 №6 «Нахождение пульса»

Воспитатель:

-Ребята давайте мы с вами прощупаем пульс. Для этого положите указательный, средний, безымянный пальцы на запястье. Все нашли пульс?!

Обратите внимание, ребята, как бьётся ваше сердце? *Ответы детей* (ровно и спокойно).

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

Физкультминутка (Слайд 7)



Воспитатель

-Устали? Давайте теперь прослушаем пульс.

Какой он – спокойный или учащенный?

Сердце колотится в груди сильнее – это полезно. Физическая нагрузка укрепляет сердце. Мы должны его беречь, заботиться о его состоянии. Если хотите, чтобы сердце не болело, работало дольше, вы должны его тренировать; купаться, бегать, выполнять

физические упражнения, закаляться. После физической нагрузки обязательно нужно расслабиться: или послушать спокойную музыку, или сделать дыхательную гимнастику.

Дыхательная гимнастика (Слайд 8)

Радуга, обними меня

Исходное положение - стоя или в движении.

1. Сделать полный вдох носом с разведением рук в стороны.
2. Задержать дыхание на 3-4 секунд.
3. Растягивая губы в улыбке, произносить звук «с», выдыхая воздух и втягивая в себя живот и грудную клетку. Руки сначала направить вперед, затем скрестить перед грудью, как бы обнимая плечи; одна рука идет под мышку, другая на плечо. Повторить 3-4 раза. Повторить 3-5 раз упражнение «Дышим тихо, спокойно и плавно».

Воспитатель

-Вы уже знаете, что сердце нужно беречь. А каким образом? Какие же правила надо выполнять, чтобы сохранить здоровое сердце.

Сформулируем правила вместе:

1. Занимайся физкультурой (утренней гимнастикой, ритмической, пальчиковой) (***Слайд 9, 10***)
2. Проветривай помещение (***Слайд 11***)
3. Хорошо питайся, ешь фрукты и овощи (***Слайд 12***)
4. Больше двигайся на свежем воздухе (***Слайд 13***)
5. Носи удобную одежду (***СЛАЙД N14***)

Воспитатель: Но вот нам пора возвращаться в детский сад.

(Слайд 15).

Воспитатель:

-Я хочу вам предложить ответить на вопросы викторины

1. У меня в груди, вот тут,
-Слышишь! - часики идут.
Звук их радостен и тих.
Только кто заводит их? (***Сердце***)
2. На что похожа работа сердца? (***Насос***)
3. Как называются эластичные трубочки, по которым течёт кровь? (***Сосуды***)
4. Что переносит кровь по всему организму?. (***Кислород***)
5. Как называется толчок крови? (***Пульс***)

Воспитатель:

-Сердце и кровяные сосуды человека - очень важные органы. Их нужно беречь и укреплять. Игра, прогулка, работа на свежем воздухе, занятие физкультурой, катание на коньках лыжах плавание, утренняя гимнастика, ходьба и бег укрепляют сердце и сосуды.

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. А ещё имей доброе сердце и хорошее настроение

Упражнение «Комплимент»



В конце занятия воспитатель дарит детям воздушные шарики в форме сердечек.
(Слайд 16)

Звучит песня о хорошем настроении (дети танцуют)

