

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка – детский сад «Рябинка»
города Белокурихи Алтайского края

Проект
«День здорового сердца»

Разработчики:
воспитатель Савченко Н.Г.,
дети подготовительной к школе группы.

Белокуриха

Цель: Создать условия для ознакомления детей со значением сердца для человека.

Задачи:

- Познакомить детей с работой человеческого сердца, рассказать о значении сердца для всего организма.
- Научить находить пульс на запястье и считать удары своего сердца.
- Формировать умение понятия о сохранении здорового сердца, вырабатывать сознательное отношение к здоровому образу жизни.
- Развивать умение логически мыслить, четко и ясно отвечать на поставленные вопросы, устанавливать логические связи.
- Развивать чувство ритма: определение метроритмических пульсаций, передачи хлопками ритма рисунка.
- Обогащение словаря, умение правильно подбирать прилагательные.
- Развивать исследовательские и экспериментальные компетенции дошкольников.
- Создавать условия для развития коммуникативных навыков, работа в коллективе.
- Развивать умение работать в подгруппах.

Материалы к занятию:

- Рисунок человеческой фигуры с сердцем и кровеносными сосудами - веной и артерией.
- Схема – рисунок сердца и легких большого размера.
- Следы красного и синего цвета.
- Вырезанные из красной бумаги сердечки.
- Стетоскоп.

Ход деятельности :

- Сегодня мы с вами поговорим о нашем организме. Как внутренние органы человека вы знаете? (ответы детей) Очень хорошо, сегодня мы поговорим об очень важном органе нашего организма. А как он называется, вы узнаете, когда отгадаете загадку:

Холодное, но не космос,

Горячее, но не пламя,

Ему не хочется покоя.

Стучит он в груди тук-тук-тук.

- Молодцы! Теперь мы знаем, что это сердце. Давайте послушаем, как бьются ваши сердечки. (Слушают, прислонившись ухом к спине друг друга)

- А как вы узнали, где нужно слушать биение?

- Проговорите, как оно стучит.

Песенка сердца – тук-тук-тук.

- А если вы волнуетесь? «тук-тук-тук-тук»

- Если вы испугались? «тук-тук-тук-тук-тук» Поэтому и говорят «выскочит сердце от испуга».

- А теперь попробуем прохлопать, как бьется наше сердечко (дети хлопают в ладоши).

- Ребята к нам в гости пришла наша медсестра Юлия Николаевна.

Ю.Н. – Здравствуйте ребята!

Дети:- Здравствуйте!!

Ю.Н.: - Я пришла к вам не с пустыми руками. Сегодня мы с вами поговорим о сердце.

- Биение сердца еще можно определить по пульсу (воспитатель показывает как найти пульс на запястье, дети находят его и считают удары сердца).

- А как вы думаете, как врач узнает биение вашего сердца? Он слушает специальным аппаратом, который называется стетоскоп. (Дать детям возможность прослушать биение сердца стетоскопом.)

- Еще раз повторите, как называется этот прибор.

Игра «Какое бывает сердце»

- Ребята, какое бывает сердце?

Цель: умение правильно подбирать слова – прилагательные, обозначающие определения (большое –маленькое, доброе –злое, любвеобильное, золотое, преданное, смелое, трусливое, горячее, холодное, пламенное, ледяное, ласковое, здоровое и т.д.)

- Покажите, где находится сердце. Размер сердца взрослого человека, малыша и старого человека разный. Сожмите кулачек. Вот такого размера ваше сердечко.

- А почему мы с вами его не видим как, например, рот, нос, глаза? Его защищает грудная клетка, мышцы, кожа. Нащупайте у себя грудную клетку – это наши ребра, они охраняют сердце (показать на плакате).

- Несмотря на небольшой размер нашего сердца, оно работает днем и ночью. Что случится, если оно перестанет биться? (ответы детей)

- Мы должны сердце беречь, заботиться о его состоянии. Давайте вместе подумаем, какие правила надо соблюдать, чтобы сердце не болело и работало дольше. (Дети высказывают свои предположения, а воспитатель записывает). Вот мы и составили **правила здорового сердца:**

1. Не переутомляться
2. Спать днем
3. Вечером вовремя ложиться спать
4. Кушать полезную еду

5. Тренировать сердце (бегать, прыгать, выполнять физические упражнения, закаляться)

- Сейчас мы с вами потренируем свое сердце. Вставайте на физ. минутку.

Видео физ. минутка.

- Молодцы, а теперь, проверти свой пульс. Какой он спокойный или учащенный?

- Давайте сделаем дыхательное упражнение, чтобы сердце успокоилось, и сядем на стульчики. (вдох, выдох)

- Сожмите кулачек, разожмите, сожмите, разожмите. Вот так, как насос, никогда не останавливаясь, работает наше сердце, перекачивая кровь. Кровь должна поступать к каждой клеточке нашего организма. Течет кровь по большим и маленьким трубочкам. Большие трубочки называются артерии и вены, а маленькие капилляры. У вас на столах лежат приборы для проведения опыта. Какого цвета кровь? Разведите красной краской воду. Возьмите систему один конец системы опустите ведро, в другой. Вот так это примерно выглядит (по системе бежит вода, дети наблюдают)

Вос: - Теперь вы знаете, как работает сердце и как движется кровь в нашем организме, и почему важно иметь здоровое сердце. Ребята я предлагаю вам создать памятки для своих друзей и рассказать им все, что вы узнали. (составление памяток)

От сердца я вас поздравляю

И вам сердечно я желаю:

Чтоб ваше сердце не болело,

Чтоб ваше сердце не старело!

Чтоб сердце весело стучало,

Чтоб сердце ваше не страдало.

И в сердце вашем чтоб был мир,

Никто чтоб сердце не разбил.

Волнений сердца - от любви,

В делах сердечных - глубины!

Сердечный взор чтоб нам дарили,

А мы в ладу с тем сердцем были!

Дорогие друзья! Прислушивайтесь к своему сердцу чаще, оно не обманывает. Всего вам самого доброго и светлого!