Муниципальное Бюджетное Дошкольное Образовательное Учреждение

Детский сад № 25 Артемовского Городского Округа

Занятие по здоровьесберегающему воспитанию в старшей группе.

«Экскурсия в медицинскую лабораторию «Айболитка».

Воспитатель: Максимова О.В.

2023г.

**Программное содержание:**

Дать детям понятие об органах чувств (зрение, слух, обоняние). Раскрыть значение этих органов чувств, для восприятия мира. Познакомить детей со строением и функцией органов слуха, зрения и обоняния. Познакомить с факторами способствующими охране и сохранению здоровья (здоровый образ жизни, бережное отношение к органам чувств, здоровый зрительный режим, гигиена  
органов слуха, обоняния). Пополнить словарный запас детей: обоняние, радужная оболочка, зрачок, барабанная перепонка. Воспитывать у детей элементарные навыки здорового образа жизни.

**Подготовка:**

Плакаты – «Слух», «Зрение», «Обоняние». Аудиозапись для физической минутки, письмо от друга Кеши, флаконы с наполнителями (дезодорант, яблоко, апельсин и др.), конверт, белый медицинский халат, бахилы для педагога. Для детей приготовить медицинские шапочки или маски, иллюстрации по здоровому образу жизни.

**Ход деятельности**:

**I часть**

\* Игровая ситуация.

**Воспитатель:**  Ребята, сегодня к нам в гости обещал прийти наш друг Кеша, но он почему-то не пришел, а прислал нам вот такое письмо. Что же он написал нам? Дима, прочитай письмо (подготовить ребёнка заранее).

**Ребёнок:** Здравствуйте, ребята

Я хотел прийти к вам в гости,

Но сейчас я не могу.

Что случилось не пойму?

Заболела голова, кашель, насморк

Вот беда

Болит ухо, режет глаз.

Не могу увидеть вас.

Помогите мне, друзья.

Буду рад. Целую. Я.

**Воспитатель:** Дети, кто догадался, что случилось с Кешей? Правильно, он заболел. А как вы думаете, почему это случилось? /ответы детей/

\* Постановка игрового задания.

**Воспитатель**: Правильно, дети, Кеша ещё маленький мальчик и не знает, как надо беречь своё здоровье. Но мы поможем Кеше? /ответы детей/. А знаете ребята, чтобы помочь Кеше, мы сами должны многое знать о нашем организме и выполнять правила гигиены. Я предлагаю сходить в медицинскую лабораторию "Айболитка". И все о чём мы узнаем там, сообщим в письме Кеше. Вы согласны?

\*Дети отправляются в медицинскую лабораторию "Айболитка"

(педагог надевает халат, шапочку и бахилы, детям раздаёт маски или медицинские шапочки)

**Воспитатель:** Здравствуйте, дети. Я очень рада видеть вас в нашей лаборатории. Вы знаете, как она называется? «Айболитка». Здесь вы узнаете много нового и интересного о своём организме. Узнаете те правила, которые помогут вам быть здоровыми. Проходите в лабораторию. Сейчас вы узнаете, о чем мы будем гово­рить, но сначала отгадайте загадку:

Без них мы не видим

Без них мы не слышим

Без них мы не чувствуем / глаза, уши, нос/.

**Воспитатель:** Молодцы! Догадались. Мы будем говорить об органах чувств. Орган зрения - глаз, орган слуха - уши, обоняния - нос. Благодаря этим органам человек, звери, птицы узнают о том, что находится вокруг них.

Следующая загадка:

На ночь 2 оконца сами закрываются, а с восходом солнца сами открываются. /глаза/

**Воспитатель:** Да - это глаза (демонстрация плаката «Зрение»). Как же устроен глаз человека. Основными частями являются веки, ресницы, радужная оболочка и белок. Скажите, для чего нужны веки и ресницы? Правильно, они защищают глаза от проникновения в глаз соринок, пылинок. Чем же ещё интересны глаза? Да тем, что они бывают голубыми, серыми, карими, зелеными. А знаете, от чего это зависит? Связано это с радужной оболочкой, в которой находится такой кра­ситель-пигмент. Если пигмента много, то глаза темные, если мало - светлые. Внутри радужной оболочки, находится зрачок, с помощью которого мы видим. Чтобы глаза нам помогали, мы должны их беречь. Как?

* Нельзя читать и рассматривать картинки в слабо освещенном помещении.
* Когда мы рассматриваем книги, рисуем, свет должен падать с левой стороны.
* Нельзя читать в автобусе, электричке, так как это снижает зрение.
* Что же надо делать, если глаза устали?
* Надо тренировать мышцы глаз.

*Гимнастика для глаз*:

* Закрыть глаза и резко открыть, выпучив при этом;
* Посмотреть глазами из стороны в сторону;
* Круговое движение глазами.

Отдохнули? А сейчас мы поиграем.

ИГРА НА ЗРИТЕЛЬНУЮ ПАМЯТЬ

На столе 8-10 предметов показать, затем накрыть, перечислите все предметы. Дети закрывают глаза, педагог один предмет убирает или меняет их местами. Затем дети отгадывают, какого предмета не стало или что изменилось.

Молодцы. Хорошая зрительная память у вас.

**II часть**

**Воспитатель**: Ещё одна загадка:

Брат с братом через дорогу живут.

Без них мы обойтись не можем

Так как они помогают нам слышать /уши/

(демонстрация плаката «Слух»)

Для чего нам нужны уши? /слышать/. Легко ли услышать звук? Оказывается не очень. Для этого нужно иметь сложный аппарат. Давайте познакомимся с его устройством. Главная часть уха - ушная раковина, затем слуховой проход и барабанная перепонка. Это очень важная плёнка, она так называется, потому что туго натянута как на барабане. Её очень легко повредить. Если её повредить то человек оглохнет. А сейчас я узнаю, как вы слышите.

Игра «Что я слышу?»

Педагог встаёт сзади детей и говорит шёпотом слова. Дети повторяют, что слышат.

**Воспитатель:** Молодцы, вы хорошо слышите. Иногда здоровый человек плохо слышит на одно ухо. Почему это происходит? Это связано с тем, что в ухе образовалась серная пробка. Чтобы её удалить, надо обратиться к врачу. А что бы этого не произош­ло, что нужно соблюдать? Правильно, соблюдать гигиену /чистить, мыть уши/. Многие люди любят слушать очень громкую музыку. А это влияет на слух. Я включу музыку, а вы покажите своими движениями, как вы слышите музыку.

ФИЗМИНУТКА *танец под музыку или ритмические движения.*

**Воспитатель:**  Все вы прекрасно слышите. А как вы думаете, достаточно ли человеку только видеть и слы­шать? Нет! Отгадайте, следующую загадку:

Вот гора, а у горы 2 глубокие норы.

В этих норах воздух бродит

То заходит, то выходит /Нос/

Для чего же служат наши носики? (демонстрация плаката «Обоняние»)

Даже с закрытыми глазами не спутаешь колбасу с клубникой. Это связано с тем, что крошечные частички попадают в воздух, мы дышим и эти частички попадают в нос и в нем возникает определенный запах. Нос - как химическая лаборатория, способная определить в воздухе различные запахи.

Давайте познакомимся с устройством носа. Носовая полость содержит такие обонятельные клеточки с чувствительными волосками. Эта полость увлажнена, жидкость которая находится в носике растворяет запахи. Сейчас посмотрим, на что же способны ваши носики.

Игра "Определи по запаху, что это?"

Педагог предлагает детям определить по запаху, какой наполнитель находится во флаконе.

**Воспитатель:** А чтобы носики оставались такими чувствительными, что нужно делать?

/ чистить носики, тепло одеваться, чтобы не было насморка/.

Дети, наша экскурсия по медицинской лаборатории подошла к концу. Вам понравилось?

**III часть**

**Воспитатель:**  Скажите, дети, какие советы мы дадим Кеше?

\* надо ухаживать за органами чувств

\* тепло одеваться

\* делать зарядку

\* соблюдать правила гигиены

\*умываться, быть чистым ...

А если Кеша будет плохо кушать, он выздоровеет? Нет. Надо правильно питаться, не есть много сладкого или только то, что нравится, пить молоко. Вот об этом мы сейчас и расскажем Кеше. Но так как мы с вами ещё не умеем писать, мы пошлём ему письмо в картинках.

(дети наклеивают картинки соответствующие гигиеническим правилам по уходу за органами чувств, правильному питанию, закаливающим про­цедурам).