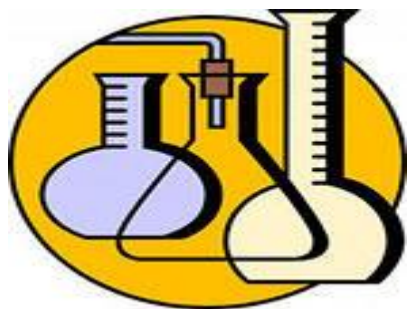


Игры – эксперименты с детьми старшего дошкольного возраста



ВВЕДЕНИЕ

Каждый узнает лишь то, что сам пробует сделать.

Песталоцци

Вся жизнь ребенка – дошкольника пронизана игрой, только так он может открыть себя миру и мир для себя. Отечественный философ, богослов, психолог и педагог Василий Васильевич Зеленский, пытался разгадать феномен детства, утверждал что «для того и дано нам детство, чтобы мы играли». Функция детства, согласно этой формуле, заключается в том, чтобы дать развиваться ребенку, не входя в прямое общение с действительностью, но в тоже время, не удаляя и его вполне от действительности. Игры и являются той формой активности, в которой лучше всего разрешаются задачи «детства».

Сегодня одной из актуальных задач дошкольного детства является стремление ребенка реализовать себя как субъекта в разнообразных сферах жизнедеятельности, самостоятельно найти и применить необходимые знания и умения, продемонстрировать свою активность, инициативность, направленность на результат и положительное подкрепление взрослого, начиная с раннего возраста. Учитывая эти особенности современных детей, процесс воспитания дошкольника, как субъекта деятельности и поведения, направлен на поиск таких игровых форм организации педагогической работы, которые привлекали бы детей и были эффективны в достижении поставленной цели.

Одним из видов игр, которые могут быть использованы в ходе воспитания детей дошкольного возраста как субъектов его здоровьесберегающей деятельности, становятся игры – эксперименты и игры – путешествия.

Игры – эксперименты, а также игры – путешествия являются одним из видов дидактической игры.

Для детей каждого возрастного периода следует подбирать игры – эксперименты, соответствующие ведущей игровой деятельности малышей. Так, например, в младшем возрасте игры – эксперименты и игры – путешествия должны быть предметного содержания, поскольку познавательная жизнь ребенка до трех лет строится вокруг мира предметов и манипуляций с ними.

В среднем дошкольном возрасте экспериментирование все больше напоминает сюжетную игру, подразумевающую активную практику ребенка. В игре 4 – 5 летнему дошкольнику дается определённый сюжет, подводящий его к эксперименту или цепочке экспериментальных действий, или предлагается роль, которая позволит малышу экспериментировать в заданных условиях.

Учитывая, что пик познавательного интереса происходит на 4 – 5 лет, игры – экспериментирования и игры-путешествия для детей среднего дошкольного возраста – это игры с широким познавательным контекстом. Ребенок должен получать в такой игре ответы на все интересующие его вопросы.

Для детей старшего дошкольного возраста игры – эксперименты ориентированы на «исследовательскую деятельность», обеспечивающую как можно больше «культурной практики» ребенку 5 – 7 лет. Такая практика позволяет ребенку самостоятельно обобщить имеющиеся у него знания и представления в систему знаний, установить простейшие причинно-следственные связи, сделать правильные выводы. Самое главное, что ребенок делает их самостоятельно при косвенном участии взрослого.

Игры-путешествия для старших дошкольников нацелены на «полидеятельность», поскольку предлагают ребёнку разнообразие деятельностей или комбинацию разнообразных действий, что отвечает возможностям 6-7 летнего ребенка.

Игры – эксперименты разработаны (и должны использоваться воспитателем) с учетом следующих факторов:

- Возраст, опыт детей, ведущий вид деятельности;
- Доступность содержания игр;
- Сочетание наглядного материала, словесного комментария воспитателя и действий детей;
- Обеспечение «культурной практики» детей в игре;
- Сохранение положительного эмоционального настроения детей, активизация любознательности;
- Соблюдение темпа и времени проведения игр в педагогическом процессе;
- Постепенное усложнение игр;
- Цикличность организации игр.

1.РЕЖИМ ДНЯ

«ЛАМПОЧКИ И БАТАРЕЙКИ»

Цель: подвести детей к выводу о необходимости для человека сна и отдыха.

Материалы: батарейки, лампочки, провода.

Методика проведения: воспитатель предлагает детям представить, что лампочка – «орган человека» (глаза, почки, сердце и т.д.), батарейка – «двигательная деятельность человека», провода – «капилляры, мускулы». Затем воспитатель просит детей рассмотреть две лампочки, подключенные к батарейкам. Одну из них он время от времени отключает от батарейки, а другую оставляет постоянно подключенной к ней, то есть горячей. Постоянно горящая лампочка быстро перегорает, так как непрерывно находится под напряжением, а систематически отключаемая продолжает работать.

Воспитатель помогает малышу сделать вывод: если организм человека не будет отдыхать, то его органы будут выходить из строя, человек заболевает. Во время сна, отдыха организм заряжается энергией, необходимой для его жизнедеятельности.

«Сухой язык»

Цель: доказать необходимость слюны для ощущения вкуса пищи.

Материал: зеркало на подставке(на каждого ребенка); 4 блюдца: с сахарным песком, с солью, с горчицей и с кусочком лимона. На каждом блюдце лежит деревянная палочка(можно с ватой); рядом – стакан с водой для смачивания этих палочек.

Методика проведения: перед каждым ребенком устанавливают зеркало на подставке, 4 блюда: с сахарным песком, с солью, с горчицей и с кусочком лимона. На каждом блюдце лежит деревянная палочка (можно с ватой); рядом – стаканы с водой для смачивания этих палочек.

Воспитатель предлагает детям придвинуть к себе первое блюдце, смочить один конец палочки в воде и обмакнуть в сахарный песок. Далее ребенок смотрит в зеркало, а воспитатель прикладывает палочку сначала к средней части языка, затем к основанию и к боковым частям, в конце – к кончику языка. После чего предлагает подумать и назвать, в какой части языка живут «сладкие сосочки». Затем педагог просит малышей осушить язык салфеткой и повторить манипуляции по определению вкуса.

Дети сами делают вывод, что «сухой» язык вкуса не ощущает.

«Из чего мы сделаны»

Цель: сформировать понятие детей о клеточном строении организма.

Материал: микроскоп, кусочек свинины, свиного легкого, кожи, волос.

Методика проведения: воспитатель напоминает детям о том, что любой организм состоит из клеток, выполняющих разные функции. Затем предлагает рассмотреть под микроскопом кусочек свинины, свиного легкого, печени, капельку крови, волос, кожу. Помогает детям сделать вывод: каждый организм состоит из клеток, выполняющих разные функции и требующих разное питание.

« XX-P-P-P»

Цель: дать детям понять, что такое храп и почему иногда человек храпит во сне.

Материалы: бумажный пятнадцатисантиметровый квадрат.

Методика проведения: воспитатель предлагает ребенку взять квадрат за края и прислонить к губам. Затем просит малыша «промычать» свою любимую песенку, а потом сделать то же самое, но уже без бумаги.

Вывод: храп, как и все звуки, представляет собой вибрацию мягких тканей во рту.

«Распространение звука»

Цель: дать детям понятие о распространение звуковых волн.

Материалы: емкость с водой, камешки; шашки(или монеты), стол с ровной поверхностью; глубокая емкость с водой или бассейн; тонкостенный гладкий бокал с водой (до 200 мл) на ножке.

Методика проведения: воспитатель предлагает детям выяснить, почему мы можем слышать друг друга (звук по воздуху долетает от одного человека к другому, от звучащего предмета к человеку).

Дети бросают камешки в емкость с водой. Определяют, что увидели дети (по воде расходятся круги). То же самое происходит со звуками, только звуковая волна невидима и передается она по воздуху.

Располагают шашки или монеты вплотную друг к другу на гладкой поверхности. Резко, но не сильно, ударяют по крайнему предмету.

Определяют, что произошло (последний предмет отскочил – силу удара передали ему остальные предметы, так же передается звук по воздуху).

Дети выполняют опыт по алгоритму: ребенок прикладывает ухо к емкости (или краю бассейна), другое ухо закрывает тампоном; второй ребенок бросает камешки.

Первого ребенка спрашивают, сколько камешков брошено и как он догадался (услышал 3 удара, их звуки передались по воде). Наполняют водой тонкостенный гладкий бокал на ножке, водят пальцем по краю бокала, извлекая тонкий звук.

Выясняют, что происходит с водой (по воде пошли волны – передается звук).

Вывод: звук передается с помощью звуковых волн; чем сильнее источник звука, тем сильнее звуковая волна.

«Неприятно дышать»

Цель: сформировать понятие детей о необходимости длительных прогулок на свежем воздухе.

Материалы: полиэтиленовые мешочки.

Методика проведения: воспитатель предлагает детям прижать полиэтиленовые мешочки к лицу, подышать воздухом из мешочка. Затем он просит рассказать детей, что они почувствовали; почему дышать неприятно, трудно. Кончился ли в мешке воздух, кислород? Воспитатель помогает детям сделать вывод; для дыхания необходим кислород, поэтому следует больше времени проводить на свежем воздухе.

«Защитим себя от солнца»

Цель: научить детей делать шапочку из бумаги методом оригами. Расширить их представления о влиянии солнца на здоровье человека, об оказании помощи при солнечном ударе.

Материал: бумага, схема изготовления шапочки.

Методика проведения: Воспитатель рассказывает о солнечном ударе и основывает необходимость защиты организма в жаркие ясные дни. Он имитирует проблемную ситуацию и спрашивает «Как защитить себя от солнца?». Выслушав все предложения, напоминает об обязательном наличии головного убора в этот период и предлагает сделать его из бумаги. Актуализирует знания малышей о свойствах материала. Дети рассматривают схему изготовления и приступают к выполнению работы. Шапочки используют на прогулках. Воспитатель рассказывает об оказании помощи при солнечном ударе.

2. ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ

«Что чувствуешь?»

Цель: сформировать представление детей об образовании пота, умении регулировать двигательную активность в разных условиях.

Материалы: губка, смоченная водой.

Методика проведения: воспитатель предлагает детям попрыгать.

Выяснить, что они чувствуют при прыжках. (Жарко). Когда жарко, что происходит? (Пот выступает, потом он исчезает, испаряется). Предлагает смочить губку в воде и провести ею по внутренней поверхности предплечья.

Дети передают свои ощущения до полного исчезновения влаги (почувствовали прохладу) выясняют, что происходит, когда их них испаряется вода (они охлаждаются). Почему нельзя на прогулке быть потным? (Пот испаряется, и человек может простудиться).

«Послушаем свое дыхание»

Цель: научить детей прислушиваться к своему дыханию, определять тип дыхания, его глубину, частоту и по этим признакам – состояние организма.

Методика проведения: дети стоят, сидят или лежат (как удобно в данный момент). Мышцы туловища расслаблены.

В полной тишине дети прислушиваются к собственному дыханию и определяют:

- Куда попадает струя воздуха и откуда выходит;
- Какая часть тела приходит в движение при вдохе и выдохе (живот, грудная клетка, плечи или все части – волнообразно);
- Какое дыхание - поверхностное (легкое) или глубокое;
- Какова частота дыхания: часто происходит вдох – выдох или спокойно, с определенным интервалом (автоматической паузой)
- Тихое, неслышное дыхание или шумное.

Вывод: данное упражнение можно проводить до физической нагрузки или после, чтобы дети учились по дыханию определять состояние всего организма.

«Стук сердца»

Цель: сформировать понятие детей о зависимости работы сердца от двигательной активности.

Материал: спички, нос.

Методика проведения: воспитатель просит детей положить спичку на запястье и понаблюдать, как она колышется. После этого педагог предлагает детям побегать, попрыгать и повторить эксперимент. Педагог подводит детей к выводу: чем больше двигаться, тем лучше работает сердце, следовательно, весь организм.

«Как я умею двигаться?»

Цель: сформировать представление детей о том, что при различных движениях (ходьба, приседания, наклоны) работают разные группы мышц.

Комплекс может быть подобран педагогом самостоятельно или можно использовать знакомые детям комплексы общеразвивающих упражнений.

Пояснения: выполнение ОРУ в экспериментальном режиме (в данном случае – отслеживание напряжения в мышцах) помогает детям более осознанно относиться к занятиям физической культурой; понять, как с помощью упражнений можно сформировать красивую осанку и укрепить свое здоровье.

Воспитатель во время выполнения упражнений обращает внимание детей на те группы мышц, которые напрягаются во время выполнения движений в упражнении и как они расслабляются в и.п. пояснить, что амплитуду движений надо делать до приятного растяжения, а не до физической боли, иначе, вместо полезной тренировки можно получить неприятные ощущения.

3. ЗАКАЛИВАНИЕ

«Загорелое яблоко»

Цель: расширять представления детей о влиянии солнца на кожу человека.

Материал: незрелое яблоко.

Методика проведения: воспитатель обращает внимание детей на то, что яблоки на деревьях еще не совсем созрели. Затем предлагает выбрать из них более красивое и, не срывая его с дерева, наклеить на него какую – нибудь восковую фигуру. Например, звездочку, баночку с деревцем и т.п. сделать это надо на той стороне яблока, которая обращена к солнцу, то есть на той, которая потом станет румяной. При этом нельзя повредить черешок, чтобы не помешать дальнейшему росту яблока. Время от времени нужно посматривать,

Цел ли воск на яблоке. Снять его следует тогда, когда яблоко созреет. Дети увидят, что места, которые были покрыты воском, остались белыми или зелеными, между тем как вся сторона, обращенная к солнцу, зарумянилась.

Воспитатель должен помочь детям сделать вывод и ответить на вопросы: почему отпечатались рисунки? Что же солнце делает с яблоком? Как солнце влияет на кожу ребенка?

«Цвет кожи»

Цель: расширить представление детей о влиянии световых лучей на кожу человека.

Материал: пластырь.

Методика проведения: воспитатель предлагает детям прикрепить узкую полоску пластыря колечком вокруг пальца и не снимать его в течении двух дней.

После того, как дети снимут пластырь и сравнят цвет кожи под пластырем с цветом кожи всего пальчика, они сделают вывод: участок кожи, находившийся под пластырем, оказался светлее.

«Мир ткани»

Цель: учить детей определять и называть ткани (ситец, сатин, шерсть, капрон, драп, трикотаж). Сравнить ткани по их свойствам и понимать, что именно они обуславливают способ использования тканей для пошива вещей.

Материал: образцы тканей (ситец, сатин, шерсть, капрон, драп, трикотаж). Ёмкости с водой и ножницы.

Методика проведения: дети рассматривают ткани, отмечают наиболее яркие их различия (цвет, структуру поверхности). Описывают свойства ткани, определяют по алгоритму последовательность действий: смять ткань и сравнить степень сминаемости. Разрезать пополам каждый кусочек ткани и сравнить, насколько легко работать ножницами. Попытаться разорвать кусочки на две части и сравнить степень необходимого усилия. Опустить кусочки тканей в ёмкости с водой и определить скорость впитывания ими влаги.

Дети делают общий вывод о сходстве и различиях видов ткани. Взрослый обращает внимание детей на зависимость использования материала от его свойств и качеств.

«Дорожка ощущений»

Цель: познакомить детей с разнообразием тактильных ощущений. Учить определять качество поверхности материала с помощью тактильной чувствительности стопы. Вызывать положительные эмоции и переживания.

Материалы: полотенце, сильно смоченное в марганцовке, резиновый массажный коврик, емкость, наполненная скрученными скакалками (со скакалок сняты ручки), поролоновый цилиндр, массажный колючий коврик «травка», емкость, наполненная свитыми веревками, раскрашенные камушки, массажный тканевый коврик с нашитыми пуговицами разного размера, емкость с водой, сухое махровое полотенце.

Методика проведения: воспитатель предлагает детям предварительно снять обувь, выстроится цепочкой друг за другом. Сначала дети встают на полотенце, смоченное в марганцовке. Детям завязывают платком и предлагают угадать: что у

них под ногами, как они это определили. В целях безопасности взрослые поддерживают детей под руку, когда ходят по «дорожке ощущений»

Выкладывать массажный коврик:

- Резиновый массажный коврик;
- Емкость, наполненная скрученными скалками (ручки со скакалок сняты);
- Поролоновый цилиндр;
- Массажный колючий коврик «травка»;
- Емкость, наполненная свитыми веревками;
- Раскрашенные камушки;
- Массажный тканевый коврик с нашитыми пуговицами разного размера;
- Емкость с водой;
- Сухое махровое полотенце.

В конце дорожки ставится тазик с водой. Дети, выходя из тазика, встают на махровое полотенце и, обтирая им ноги, одновременно определяют его поверхность. При необходимости дети дополнительно вытирают ноги полотенцами и обуваются.

«Дыхание одной ноздрей»

Цель: учить детей укреплять мышцы дыхательной системы, носоглотки и верхних дыхательных путей.

Методика проведения: и.п. – сидя или стоя. Туловище выпрямлено, но не напряжено.

Правую ноздрю закрыть указательным пальцем правой руки.левой ноздрей делать тихий продолжительный вдох(последовательно: нижнее, среднее, верхнее дыхание).

Как только вдох окончен, открыть первую ноздрю, а левую закрыть указательным пальцем левой руки – через правую ноздрю делать тихий продолжительный выдох с максимальным опорожнением легких, чтобы в животе образовалась «ямка».

Примечание: после этого упражнения несколько раз подряд сделать 6-10 дыхательных движений каждой ноздрей отдельно (сначала той ноздрей, которой легче дышать, затем другой). Начинать со спокойного дыхания и переходить на глубокое.

«Воздушный шар поднимать вверх»

(верхнее дыхание)

Цель: учить детей укреплять и стимулировать верхние дыхательные пути, обеспечивая вентиляцию верхних отделов легких.

Методика проведения: и.п. – лежа, сидя, стоя. Одну руку положить между ключицами и сконцентрировать внимание на них и плечах.

Выполнять вдох и выдох со спокойными и плавными поднятиями и опусканием ключиц и плеч. Повторить 4 – 8 раз.

«Воздушный шар»

(дыхание животом, нижнее дыхание)

Цель: учить детей укреплять мышцы органов брюшной полости, осуществлять вентиляцию нижней части легких, концентрировать внимание на нижнем дыхании.

Методика проведения: и.п. – лежа на спине, ноги свободно вытянуты, туловище расслаблено, глаза закрыты. Внимание сконцентрировано на движение пупка: на нем лежат обе ладони. В дальнейшем данное упражнение можно выполнять стоя.

Выдохнуть спокойно воздух, втягивая живот к позвоночнику, пупок как бы опускается. Медленный, плавный вдох, без каких – либо усилий – живот медленно поднимается вверх и раздувается, как шар. Медленный, плавный выдох – живот медленно втягивается к спине. Повторить 4 – 10 раз.

«Ветер»

(очистительное, полное дыхание)

Цель: учить детей укреплять дыхательные мышцы всей дыхательной системы, осуществлять вентиляцию легких во всех отделах.

Методика проведения: и.п. – лежа, сидя, стоя. Туловище расслаблено. Сделать полный выдох носом, втягивая в себя живот, грудную клетку.

1. Сделать полный вдох, выпячивая живот и ребра грудной клетки.
2. Задержать дыхание на 3–4 секунды.
3. Сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами. Повторить 3 – 4 раза.

Примечание: упражнение не только великолепно очищает(вентилирует) легкие, но и помогает согреться при переохлаждении, снимает усталость. Рекомендуется проводить его после физической нагрузки.

«Воздушный шар в грудной клетке»

(среднее реберное дыхание)

Цель: учить детей укреплять межреберные мышцы, концентрировать внимание на их движениях, для вентиляции средних отделов легких.

Методика проведения: и.п. лежа, сидя, стоя. Руки положить на нижнюю часть ребер и сконцентрировать на них внимание. Сделать медленный, ровный вдох, сжимая руками ребра грудной клетки.

1. Медленно выполнять вдох через нос, руки ощущают распираание грудной клетки и медленно зажимаются двумя руками в нижней части ребер. Повторить 6 – 10 раз.

Примечание: *мышцы живота и плечевого пояса остаются неподвижными. В начальной фазе обучения необходимо помогать детям слегка сжимать и разжимать на выходе и входе нижнюю часть ребер грудной клетки.*

4. РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

«Очищение воды»

Цель: подвести детей к выводу о необходимости очищения воды перед употреблением.

Материалы: стакан воды из реки, стакан с очищенной водой, йод, зеленка, ватные палочки.

Методика проведения: воспитатель обращается к детям: «Сегодня я принесла вам воду, которую набрала из реки. Пройдем в лабораторию». (*Дети надевают фартуки, работают за столом*). Затем в набор для очистки воды положили йод и зеленку? (*Йод обеззараживает воду*). Педагог сообщает детям о том, что в природе йод можно заменить веточкой черемухи, соком чистотела.

Воспитатель помогает детям сделать вывод: *после очистки вода стала пригодной для употребления. Обращает внимание, что даже для очистки воды в стаканах потратили много времени и сил. Гораздо больше труда, средств, умных машин требуется, чтобы очистить воду для жителей всего города. В народе говорят: «Каждая капля воды копейчек стоит».*

«Имеет ли вода запах?»

Цель: подвести детей к выводу о том, что вода без примесей не имеет запаха; вода с неизвестным запахом нельзя употреблять, чтобы не повредить здоровью.

Материалы: стакан с минеральной негазированной водой, стакан с водопроводной водой, стакан с водой из аквариума, слабый раствор хлорной извести, пипетка, микроскоп, соломинка.

Методика проведения: Воспитатель предлагает детям пройти в лабораторию и определить:

- В каком из стаканов вода минеральная, а в каком – водопроводная?
- Чем пахнет вода из – под крана?
- Почему она пахнет хлоркой?

Затем воспитатель предлагает подойти к микроскопу и рассмотреть, что происходит с грязной водой, если в нее добавить раствор хлорной извести.

С этой целью берется капля воды из аквариума и рассматривается детьми под микроскопом. Затем в эту каплю добавляется капля раствора хлорной извести.

Дети, наблюдая за происходящими изменениями, приходят к выводу, что хлорка убивает микробов, тем самым очищает воду. Педагог сообщает, что в больших дозах хлор очень ядовит, поэтому специалисты следят за тем, чтобы в водопроводные трубы попадал раствор хлорной извести, безопасный для людей. После этого задает детям вопрос: « Можно ли употреблять воду, жидкость, имеющую резкий, незнакомый запах?»

Воспитатель подводит малышей к выводу: *нельзя употреблять неочищенную воду, и имеющую резкий запах, а также пробовать на вкус незнакомые напитки.*

«Испорченное яйцо»

Цель: выявить представление детей о вредном влиянии газированных напитков и сладостей на эмаль зубов.

Материал: яйцо, сваренное вкрутую, чашка солодовым уксусом.

Методика проведения: воспитатель предлагает детям яйцо (предварительно сваренное вкрутую) положить в чашку с содовым уксусом и оставить его. На следующий день дети рассматривают яйцо и видят, как сильно уксус изъел скорлупу.

Воспитатель помогает малышам сделать вывод: *так же губительно влияют на эмаль зубов газированные напитки и сладости.*

«Вкусно – невкусно»

Цель: доказать зависимость вкусовых ощущений от температуры продукта (на примере чая), а так же от последовательности приема пищи разного вкуса.

Материал: горячий и теплый чай, соленая вода, кусочки сахара, нарезанный лимон.

Методика проведения: ребенку предлагается сделать по одному глотку горячего и теплого чая, содержащего одинаковые количества сахара. Дети делают вывод, что горячий чай не очень вкусный, потому что в нем «мало сахара».

Для самоконтроля ребенок кладет по одному кусочку сахара в каждую чашку и, размешав, пробует еще раз. В результате приходит к выводу, что теплый чай кажется слаще, чем горячий.

После глотка соленой воды детям предлагается попробовать простую воду.

Она кажется им соленой. После чашки сладкого чая лимон кажется гораздо кислее, чем на самом деле.

«Ползущая вода»

Цель: продемонстрировать, как можно очистить воду с помощью капилляров.

Материалы: миска с водой, грязь, кастрюля, миска, бумажные салфетки.

Методика проведения: наполнить миску наполовину водой, добавить в воду грязь и размешать. Затем перевернуть кастрюлю вверх дном и поставить на стол.

Поставить на кастрюлю пустую миску. Свернуть салфетку вдоль три раза, чтобы получилась длинная полоска. Окунуть один конец полоски в грязную воду, а другой пусть свисает в пустую миску. Оставить все в этом положении на сутки.

На следующий день малыши сделают выводы: чистая вода отделяется от грязной и по салфетке попадает в пустую миску.

«Фильтрация воды»

Цель: познакомить детей с процессами очистки воды различными способами.

Материалы: промокательная бумага, воронка, тряпочка, речной песок, крахмал, емкости.

Методика проведения: воспитатель предлагает детям «замутить» воду крахмалом, а затем очистить ее. Вместе с детьми выясняет, как сделать разные очистительные устройства – фильтры (из песка, тряпочки, промокательной бумаги). Дети изготавливают фильтры и проверяют их действия; выясняют, какой фильтр лучше очищает воду (промокательная бумага).

«Наши помощники»

Цель: показать детям взаимосвязь органов вкуса и запаха.

Материалы: продукты (лимон, хлеб, шоколад), картинки с их изображением.

Методика проведения: воспитатель предлагает ребенку с завязанными глазами определить по запаху, какой – либо продукт.

Затем ребенку предлагают закрыть нос и, вдыхая воздух только ртом, выполнить аналогичное задание. В результате ребенок приходит к выводу, что, вдыхая воздух только ртом, невозможно определить запах продукта. Необходимо попробовать его на вкус. Пробую пищу то с открытым, то с закрытым носом, ребенок понимает, что при нарушении обоняния меняется ощущения вкуса продукта ощущается гораздо лучше.

Существует четыре основных вкуса: сладкий, горький, кислый и соленый. Детям предлагается назвать, что может быть сладким, соленым, кислым или горьким. Можно предложить детям, глядя на картинки с изображенными продуктами, назвать вкус и полезные свойства каждого из них. Педагог сообщает малышам, какие витамины содержатся в этих продуктах.

5. ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ

«Дышим тихо, спокойно и плавно»

Цель: учить детей расслаблять и восстанавливать организм после физической нагрузки и эмоционального возбуждения; регулировать процесс дыхания, концентрировать на нем внимание с целью контроля расслабления своего организма и психики.

Методика проведения: и.п. – стоя, сидя, лежа (это зависит от предыдущей физической нагрузки). Если сидя, спина ровная, глаза лучше закрыть.

Медленный вдох через нос. Когда грудная клетка начнет расширяться, прекратить вдох и сделать паузу. Затем плавный выдох через нос. Повторить 5-10 раз.

***Примечание:** упражнение выполняется бесшумно, плавно, так, чтобы даже представленная к носу ладонь не ощущала струю воздуха при вдыхании.*

«Ветер»

(очистительное, полное дыхание)

Цель: учить детей укреплять дыхательные мышцы всей дыхательной системы, осуществлять вентиляцию во всех отделах.

Методика проведения: и.п. – лежа, сидя, стоя. Туловище расслаблено. Сделать полный выдох носом, втягивая в себя живот, грудную клетку.

1. Сделать полный вдох, выпячивая живот и ребра грудной клетки.
2. Задержать дыхание на 3 – 4 секунды.
3. Сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами. Повторить 3 – 4 раза.

***Примечание:** упражнение не только великолепно очищает (вентилирует) легкие, но и помогает согреться при переохлаждении и снимает усталость. Поэтому рекомендуется выполнять его после физической нагрузки.*

«Проследи за пальцем»

Цель: учить детей снимать усталость с глаз.

Методика проведения: дети выпрямляют вверх большой палец правой руки, вытягивают руку вперед на уровне глаз и пристально смотрят на него в течении 10 секунд. Затем, оставляя большой палец в этом же положении, отводят правую руку вправо, следя за кончиком большого пальца, не поворачивая головы, до тех пор, пока он не исчезнет из виду. Каждой рукой делают 2 раза.

«Танец настроения»

Цель: сформировать представление детей о том, что свои чувства и эмоции можно выразить с помощью движений и музыки.

Методика проведения: воспитатель обращается к детям: «Как вы выражаете свои эмоции, чувства? Представьте, что мы с вами попали в сказочную страну Танцев.

Жители этой страны общаются не с помощью слов, а с помощью движений, пластики. Я предлагаю вам на время стать жителями этой страны. Попробуйте пообщаться друг с другом с помощью движений»

Детям предлагается изобразить «Танцы настроения».

Танцуем, потому что:

- нам весело;
- мы как будто грустим;
- мы вдруг, на что – то рассердились;
- у нас прошла обида и появилась радость.

Воспитатель выполняет упражнения вместе с детьми, поддерживает активность и подбадривает стеснительных детей.

«Объясни без слов»

Цель: развивать умение детей выразительно передавать информацию с помощью мимики и жеста.

Методика проведения: воспитатель дает задание одному из детей изобразить какое – то событие только с помощью жестов и мимики (без слов).

Можно использовать для этой цели карточки с изображением какого – либо персонажа в определенном эмоциональном состоянии. Ребенок должен быстро сообразить, как это изобразить, и выполнить задание. Остальные дети должны отгадать, что тот хотел сказать.

Критерием выразительности выполнения задания является точность ответов угадывающих детей на вопросы воспитателя.

Предлагаемые задания: «Мимическая зарисовка»: человек грустный, испуганный, злой, удивленный.

«Объясни без слов»: *«туда нельзя», «у меня болит живот», «я тебя не слышу», «до свидания», «я вас люблю».*

«Катание ореха»

Цель: учить детей снимать нервную усталость, раздражение, эмоциональное напряжение.

Методика проведения:

1. Дети катают орех круговыми движениями между ладонями, прижимая его с усилием.
2. Дети катают орех на тыльной стороне руки, прижимая его ладонью другой руки.

6. СОБЛЮДЕНИЕ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ

«Опыт с яйцом»

Цель: дать детям понятие о зубной эмали, подвести к выводу о необходимости соблюдения правил личной гигиены.

Материал: два яйца, орехи.

Методика проведения: воспитатель спрашивает детей «Ребята, как вы думаете, есть у зубов защитник?». Затем выставляет на мольберт модель зуба, сообщает детям, что зубы покрыты крепкой зубной эмалью – самым твердым веществом организма.

Воспитатель рассказывает детям, что яйцо покрыто сверху скорлупой, состоящей из кальция, как эмаль зуба. Предлагает взять это яйцо в руки и попробовать его раздавить. Дети выполняют. После этого предлагает взять яйцо и разбить им орех. Воспитатель подводит детей к выводу: эмаль очень хрупкая, ее необходимо беречь и ухаживать за ней.

«Кто что слышит?»

Цель: учить детей различать силу, высоту, тембр звуков; их влияние на здоровый образ жизни, развивать слуховое внимание.

Материал: гитара, бумага.

Методика проведения: воспитатель предлагает детям узнать: как образуется звук. С этой целью проводит опыт. Берет гитару и перебирает все струны. Затем оттягивает и резко бросает одну струну. Спрашивает детей: «Что происходит, когда дрожит струна?». Дети делают вывод: оттого, что дрожит струна, появляется звук. Педагог предлагает детям проверить это предположение: взять бумажный листок, свернуть в трубочку, подуть в него и рассказать, что они чувствуют.

Дети выполняют его указания и делают вывод: бумажная трубочка дрожит, пальцам стало щекотно. Звук заставляет дрожать бумажную трубочку, а трубочка щекочет пальцы.

Воспитатель предлагает детям прислушаться к своему телу. Для этого они ладонями охватывают свое горло и произносят свое имя и фамилию разными

голосами: тихим и громким, глухим и звонким, низким и высоким. Педагог просит ребят рассказать, в каком случае голосовые связки напрягались с большей силой.

Дети делают вывод: внутри горла что – то дрожит. Воспитатель поясняет, что это дрожат голосовые связки, и потому голос звучит по - разному. Человек может сам свой голос, делать его тихим и громким, глухим и звонким, низким и высоким. Если громко разговаривать, то связки напрягаются, и горло начинает болеть.

«Проверим слух»

Цель: определить значимость расположения ушей на противоположных сторонах головы человека; соблюдать правила ухода за ушами.

Методика проведения: ребенок поворачивается спиной к воспитателю. Воспитатель просит его повторить услышанные слова. Таким образом, он определяет порог слуховой чувствительности ребенка. Затем предлагает двум другим детям (слева и справа) позвать друга. Ребенок угадывает, кто его позвал и с какой стороны. Потом ребенку закрывают одно ухо ватой и проводят аналогичный эксперимент. Затем повторяют опыт, закрыв другое ухо.

По окончании опыта испытуемый ребенок делится впечатлениями.

«Что влияет на слух»

Цель: определение связи уха с носоглоткой.

Методика проведения: воспитатель предлагает ребенку, набрав воздух ртом, плотно закрыть рот, а указательными пальцами обеих рук закрыть слуховые проходы и выдохнуть воздух. При этом воспитатель закрывает носовые проходы ребенка своей рукой по принципу «прищепки». Воздух не может выйти, однако его давление ощущается в носу и на барабанной перепонке в ушах, хотя набрали воздух глубоким вдохом через рот. По окончании опыта ребенок делится впечатлениями.

Примечание: опыт проводится после рассмотрения схемы «Строение уха»

«Звонкие бутылочки»

Цель: развивать слух, закреплять умение запоминать звуки, соотносить их с источником.

Материал: одинаковые стеклянные бутылочки, вода.

Методика проведения: в одинаковые стеклянные бутылочки налить разное количество воды. От удара по бутылочкам будет разный звук. Дети определяют, какая бутылочка звучит и почему.

«Массаж уха»

«из китайской медицины»

Цель: способствовать улучшению состояния своего организма, закаливанию горла и полости рта, стимулировать функцию надпочечников.

Методика проведения: воспитатель предлагает детям выполнить самомассаж ушей, который помогает поддерживать здоровый образ жизни (самомассаж выполняется совместно с педагогом). Массаж выполняется в следующей последовательности:

- Загибание вперед ушных раковин: быстро загнуть их в перед всеми пальцами, прижать, резко отпустить;
- Оттягивание ушных раковин: кончиками большого указательного пальцев потянуть вниз обе мочки ушей 5 – 6 раз.
- Массаж «козелка»: захватить большим и указательным пальцами «козелок». Сдавливать, поворачивать его во все стороны в течении 20 – 30 секунд;
- Растирание ушей ладонями.

«Шумящие коробочки»

Цель: учить детей определять на слух, что звучит, находить пару.

Материалы: коробочки, контейнеры из под киндер – сюрприза, горох, косточки, семена и т.д.

Методика проведения: составить парные коробочки с одинаковым «шумом».

В контейнеры из – под киндер – сюрпризов насыпать разные предметы (горох, косточки, семена льна, песок и т.д.). воспитатель предлагает детям найти одинаковые по звучанию коробочки.

«Темно – светло»

Цель: определить реакцию значков на различную степень освещенности.

Материалы: зеркало для каждого ребенка.

Методика проведения: воспитатель предлагает детям рассмотреть значки друг друга сначала в освещенной комнате, а потом в полусумраке (при задвинутых шторах).

Дети самостоятельно приходят к выводу, что в освещенной комнате значки сужены, а после пребывания в комнате без света в течении нескольких минут значки расширяются. Расширяются значки для того, чтобы уловить как можно больше света и восстановить способность различать в сумерках предметы.

Воспитатель подчеркивает, что, находясь в темной комнате, дети могут различать предметы, но не могут определить их цвет. Это обусловлено работой светочувствительных клеток – палочек.

Прямо напротив значка на сетчатке находится еще одно образование, которое называется «желтое пятно». В нем очень много колбочек и поэтому именно в этой части получается наиболее четкое изображение. От сетчатки по зрительному нерву сигналы об увиденном поступают в мозг. Рядом с «желтым пятном» есть «слепое пятно». Оно так называется потому, что в этом месте нет ни палочек, ни колбочек. Когда изображение предмета попадает на слепое пятно, то человек его просто не видит.

«Опыт Мариотта»

Цель: показать детям, что при попадании изображения предмета на слепое пятно, человек перестает видеть данное изображение.

Материалы: карточка с изображением креста в углу, а по центру – изображение двух кругов.

Методика проведения: воспитатель предлагает ребенку смотреть одним глазом на крест в углу карточки, второй глаз закрыть ладошкой. При этом в поле зрения находятся и два круга. Затем ребенка просят постепенно приближать и удалять эту карточку, не переводя взгляда с креста. В какой – то момент один из кругов перестанет быть виден – это значит, что его изображение попало на слепое пятно.

«Если не видишь»

Цель: помочь детям осознать: возможность частичной компенсации зрения другими органами (например, пальцами); как можно положительно и отрицательно влиять на глаза.

Материал: повязки на глаза.

Методика проведения: объяснить детям, чем отличается зрение животных и человека; рассказать о проблемах незрячий людей и о том, как они обращаются, читают, как им можно помочь.

Затем провести игру «Поводырь» (одному ребенку завязывают глаза, другой ведет его между предметами). Детей делят на две группы: первой группы завязывают глаза, дети второй группы выбирают себе пару из первой группы, тихо подходят к ним, и те должны, обследовав лицо, прическу, одежду, узнать голос, назвать имя партнера.

Обсудить, как трудно ориентироваться людям, если они лишены зрения.

Рассказать детям, как относится к слепым (надо заботиться о них, помогать в их действиях).

Назвать причины, из – за которых может испортиться зрение: чтение в темноте, низкие наклоны при рисовании, значительное проведение времени у телевизора и т.д. объяснить, как можно помочь своим глазам (делать гимнастику глаз).

Воспитатель обучает детей гимнастике для глаз.

Предлагает подумать, как могут читать слепые люди, а затем угадать с закрытыми глазами, на ощупь выпуклые буквы или рисунки; придумать предметы для тех, кто слабо видит или не видит вовсе.

«Определение температуры воды»

Цель: сравнив температуру воды в нескольких емкостях, подвести детей к выводу о коже как органе чувств.

Материалы: банки с водой различной температуры.

Методика проведения: воспитатель предлагает ребенку определить на ощупь температуру воды в каждой банке и расставить их в порядке повышения температуры. Дети с помощью воспитателя делают вывод: ощущение тепла или холода возможно благодаря чувствительности кожи.

«Тепло – холодно»

Цель: определить расположение «тепловых» (воспринимающих тепло) и «холодовых» (воспринимающих холод) точек на разных участках кожи (на ладони и на лице).

Материалы: чайная ложка, стаканы, горячая и холодная вода.

Методика проведения: педагог прикасается к коже ребенка ложкой, нагретой в стакане теплой воды или охлажденной в стакане с холодной водой и предлагает ребенку внимательно прислушаться к своим ощущениям. Как только он почувствует холод, то должен произнести слова «здесь» или «есть». *Дети с помощью педагога сделают выводы: разные участки кожи имеют разную чувствительность.*

«Рисунок на спине»

Цель: уточнить представление детей о пальцах рук как об органе осязания (тактильная чувствительность).

Методика проведения: дети встают в круг спиной, воспитатель рисует на спине ребенка пальцем цифру, а ребенок отгадывает. Можно рисовать не только цифры, но и геометрические фигуры, буквы.

7. ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

«Розовые ручейки»

Цель: дать детям представление о крови и кровеносной системе, развивать любознательность; формировать способность анализировать результаты опытов.

Методические рекомендации: готовясь к данному занятию, воспитатель должен уточнить для себя, как выглядят детские ладошки на просвет, иначе его указания окружались бы неточными и неконкретными. Эксперимент лучше проводить в яркий солнечный день. При недостатке света включают электрическую лампу.

Методика проведения: дети сидят за столами по двое или вокруг одного большого стола.

Взрослый сообщает детям о том, что кровь, которая вытекает из ранки, немного другого цвета, чем та, которая находится внутри организма. Чтобы узнать ее цвет, он предлагает детям повернуться лицом к окну (электрической лампе), сложить ладошки вместе и накрыть ими глаза.

Советует прикрывать плотнее, чтобы свет не пробивался между пальчиками. Глаза не закрывать. После этого просит посидеть спокойно, чтобы глаза привыкли к темноте. Дети видят, что через ладошки просвечивается кровь.

Вопросы к детям: *Какого она цвета? Отличается она от той крови, которую вы видели? Кто знает, для чего нужна кровь?*

С помощью воспитателя дети приходят к выводу: детские ладони прозрачны, на розовом фоне хорошо видны темные контуры костей. У взрослых видно то же, только ладони менее прозрачны. Кровь переносит и кислород, а уносит ненужные вещества.

«Почему кровь из нас выливается»

Цель: дать детям первые представления о кровеносной системе, развивать любознательность; формировать способность анализировать результаты опытов.

Методика проведения: воспитатель сообщает детям, что кровь не просто «налита» в организм, как вода в бутылку, а течет по особым трубочкам, которые называются сосудами. Они имеют различную толщину. Толстые сосуды можно легко увидеть, а тонкие нет. Затем предлагает детям рассмотреть толстые сосуды у себя под кожей. Для этого они должны положить руки на стол ладонками вверх и найти сосуды у себя на запястье. Воспитатель сообщает детям о том, что синеватые полосочки - и есть сосуды. Затем дает

Достаточное время для рассматривания сосудов у себя и у своих соседей.

«Невидимки»

Цель: дать детям представление о тонких, невидимых сосудах кровеносной системы.

Материалы: счетные палочки (по количеству детей)

Методика проведения: воспитатель предлагает детям положить руку на стол ладонью вниз, посмотреть на кожу и ногти (какого они цвета?). Затем предлагает взять палочку и надавить на ноготь, после этого убрать ее и опять надавить вопросы к детям:

- Как меняется цвет ногтя?
- Можете объяснить, почему так происходит?
- Почему ноготь розовый?
- Почему при надавливании спичкой он становится белым?

С помощью воспитателя дети делают вывод: если сосуды пережаты, то кровь не поступает.

«Почему кровь движется?»

Цель: дать детям представление о работе сердца, его значении для организма.

Материалы: спринцовка, соединенная с капельницей, раствор марганцовокислого калия, тазик.

Методика проведения: воспитатель просит детей вспомнить, когда они ранили кожу, то текла кровь. Спрашивает детей: почему она течет? Кто ее толкает? Сообщает детям о сердце – одном из важнейших органов нашего организма, который «толкает» кровь. Именно оно заставляет кровь течь по сосудам. Затем предлагает сжать кулачок, посмотреть на него и говорит: «Вот такой размер имеет ваше сердце. А у меня вот такое сердце (показывает свой кулак). Вы растете, и сердце растет вместе с вами». Затем вызывает мальчика, предлагает снять футболку и обводит пальцем предполагаемый контур сердца. Просит детей показать на себе, где лежит их сердце. Они прикладывают кулачок к груди. Воспитатель корректирует действие детей и предлагает посмотреть, как работает сердечко. Дети сжимают кулачок, а потом чуть расслабляют, сжимают – расслабляют.

Воспитатель сообщает детям, что сердце выталкивает кровь порциями: «Сожмется сердечко – вытолкнет кровь, опять сожмется – опять вытолкнет». Она набирает воду в спринцовку, соединенную с прозрачной трубкой от медицинской системы, и, слегка нажимая, показывает, как кровь выталкивается из сердца, как течет подкрашенная жидкость по трубке. Вода выталкивается в подставленный тазик.

«Сердечные» помощники»

Цель: дать детям представление о влиянии физической нагрузки на частоту сердцебиения.

Методика проведения: воспитатель напоминает детям, что сердце стучит ровно и спокойно всю жизнь. Даже, когда они еще не родились, их сердце уже работало. Оно никогда не устает, никогда не останавливается. Отдыхает оно в перерывах между ударами.

Затем детям предлагается узнать, как работает их сердце, когда они бегают.

- Начинаем бег на месте

Веселее, дружно, вместе!

2-3-4-5 – никому нас не догнать,

1-2-3-4 – бегаем по всей квартире,

1-2-3-4-5 и 6 – надо всем на место сесть!

После этого дети слушают сердце ухом друг у друга.

С помощью воспитателя дети делают вывод: если человек занимается физкультурой, его сердце работает быстрее. Оно становится все более сильным, потому что работает быстрее и чаще.

«Где спрятался пульс»

Цель: дать детям представление о пульсе, учить находить пульс.

Методика проведения: воспитатель сообщает детям, что толчки крови можно почувствовать и на крупных сосудах. Это называется «пульс». Дети повторяют хором. Предлагает детям найти пульс на шее: приложить к нему кончики пальцев. Пульс «прослушивается» кончиками пальцев с обеих сторон шеи чуть ниже угла нижней челюсти. Напоминает, что сильно не нужно сдавливать сосуды, иначе пульс не будет слышен. После этого детям предлагается поискать пульс на висках. Пульс обнаруживается в ямке около середины ушной раковины.

С помощью воспитателя дети делают вывод: если отсутствует пульс, то сердце не работает. Сосуды и сердце надо беречь, они должны служить человеку всю длинную жизнь. Сердце могут укрепить занятия физкультурой. Человек должен заботиться о своем здоровье.

«Что случилось с пальчиком?»

Цель: дать детям представления о вреде тесной одежды, обуви.

Материалы : нить (по количеству детей)

Методика проведения: воспитатель просит детей туго обмотать кончик пальца ниткой. Пальчик вскоре посинеет. Педагог объясняет: «Вы передавили сосуды, и кровь из пальчика не вытекает. Если нитку держать долго, пальчик может совсем погибнуть. Так же трудно работать сердцу, если у вас тугая резинка на трусиках и колготках. Надо, чтобы ничто не мешало движению крови. Нужно быть очень внимательным и осторожным со своими сосудами».

«Санитары»

Цель: сформировать у детей простейшие навыки обработки ран; пробудить чувство сострадания, желание помочь товарищу.

Материалы: на двух детей один набор: 2 тарелочки (для чистых и использованных материалов), бинт, вата, 4 ватные палочки, 2 стаканчика (с чистой и подкрашенной водой, имитирующей йод), ножницы.

У педагога: тот же набор, красный фломастер, разведенная черная гуашь, имитирующая грязь.

Методика проведения: дети сидят за столами по двое. Воспитатель находится перед ними за столом.

- Ребята, на прошлых занятиях мы уже говорили, что каждый из нас может попасть в беду – пораниться представьте себе, что вы играете в песочнице, и вдруг ваш товарищ, сестричка или братик порезали палец стеклом. Что надо сделать? *(Дети отвечают)*. Вот другая ситуация: кто – то повредил кожу, а взрослых нет рядом. Сначала расскажите, что вы увидите. По каким признакам вы решите, что кожа порезана? Что вы будете делать? Воспитатель внимательно выслушивает все варианты ответов.

- А сейчас я вам расскажу и покажу, как правильно обрабатывать ранку. Потом вы сами все сделаете по- настоящему.

- В первую очередь хочу вам напомнить, что в рану могут попасть микробы. Значит, их надо убрать. Для работы мне нужен помощник. Вова, подойди сюда. Здесь у тебя будет ранка. *(Педагог рисует красным фломастером на пальце ребенка небольшой порез).* А вот грязь на коже. Это Вова играл в песке и испачкал руки. *(Ватой, смоченной разведенной черной гуашью, педагог наносит на палец «грязь».)*

- Чтобы убрать грязь, а вместе с ней и микробы, возьмем кусочек ваты, слегка смочим его водой, отождем и протрем кожу вокруг ранки *(Воспитатель совершает все эти действия).* Двигать вату будем в сторону от ранки. Зачем? *(Ответ: чтобы не нанести микробы и грязь в ранку).* А можно сделать так? *(Воспитатель вытирает всю ранку круговыми движениями. Ответ: нельзя, микробы попадают в ранку).*

- Теперь надо продезинфицировать кожу вокруг ранки. Для этого используем спирт, йод, зеленку или марганцовку. *(Педагог показывает все эти жидкости).* Мы будем пользоваться зеленкой. Возьмем ватную палочку. Обмакнем ее в зеленку (йод) и аккуратно протрем кожу вокруг ранки. Ни в коем случае нельзя мазать саму ранку! Во – первых, будет очень больно. Во – вторых, йод сжигает ткани, которые и так уже повреждены. Если вам когда – то мазали ранку йодом и вам было больно, значит, ранку обрабатывали неправильно. Ведь микробы находятся на коже, а не в ранке. *(Воспитатель дезинфицирует кожу).* Затем дети самостоятельно обрабатывают «ранки» *(пальцы, смазанные раствором гуаши и воды).*

«Кто живет у нас во рту?»

Цель: подвести детей к пониманию биологического смысла основных гигиенических мероприятий.

Материалы : зеркало, зубная щетка, прозрачный стакан с чистой водой.

Методика проведения: *воспитатель обращается к детям:*

- А сейчас посмотрим, кто живет у нас во рту. Сначала возьмите в руку стаканчик с водой и рассмотрите ее. Видите, какая она чистая и прозрачная. (*Дети выполняют*). Потом возьмите зубную щетку, почистите без пасты свои зубы. Хорошо чистите! Захватывайте дальние зубы – жевательные! Водите вверх и вниз, как положено! Промойте щетку в стакане с чистой водой. Как изменилась вода? (*Если дети не полоскали рот после завтрака, вода слегка помутнеет, если чистили – останется чистой*).

Воспитатель помогает детям сделать вывод: *если вода помутнела – между зубами имеются остатки пищи, на них размножаются микробы. Если не помутнела, значит, вы молодцы, хорошо ухаживаете за зубами, и ни кто во рту у вас не живет.*

«Почему болят зубы?»

Цель: помочь детям понять причины образования трещин в эмали зубов.

Материалы: предмет, покрытый гуашью, яичная скорлупа.

Методика проведения: воспитатель спрашивает детей, отчего могут болеть зубы. Напоминает, что все болезни зубов начинаются с того, что трескается эмаль. Отчего она может треснуть? Предлагается взять яичную скорлупу и ударить обо что – то твердое (*появляется трещина*). Воспитатель предлагает посмотреть, как разрушается эмаль при ударе. Он ударяет по предмету, покрытому гуашью. Гуашь трескается и осыпается, обнажая основной материал предмета.

Воспитатель помогает детям сделать вывод: эмаль трескается, если сильно удариться зубами; если сразу после горячего есть мороженное или, наоборот, после холодного есть горячее; эмаль могут разрушить микробы.

«Как правильно чистить зубы?»

Цель: сформировать понятие детей о необходимости и способах ухода за зубами.

Материалы: кусочки бумаги, зубная щетка.

Методика проведения: воспитатель предлагает детям научиться чистить зубы правильно, чтобы убрать все – все остатки пищи. Взрослый поднимает вверх кисть с плотно прижатыми друг к другу пальцами, поворачивает ее тыльной стороной к детям. Просит представить, что это зубы. Затем вкладывает у оснований пальцев небольшие кусочки бумаги и удерживает их плотно сдвинутыми пальцами. Это – «остатки пищи». Воспитатель двигает щетку справа налево так, чтобы «остатки пищи» оставались на месте. Удаляются остатки пищи? (*Нет*). А если так? Двигает щетку вверх-вниз и слегка поворачивает ее, как бы вращает. «Остатки пищи» удаляются. После того этого детям предлагается взять щетки, поставить свои пальчики, как зубы, и показать, как правильно двигать щетку, чтобы зубы стали чистыми. Дети показывают, воспитатель внимательно смотрит на каждого, вносит необходимые коррективы, дает конкретные рекомендации.

С помощью воспитателя дети делают вывод: щеткой хорошо чистить промежутки между зубами, убирать все, что там может задержаться. Жевательная поверхность тоже чистится. После такой чистки зубам не страшны никакие микробы.

«Как работает ухо»

Цель: дать простейшие понятия детям о строении и функционировании уха.

Материалы: воронка, склеенная из плотной бумаги (по количеству детей); для педагога – пластмассовая воронка, вода, картон, магнитофон с музыкальной кассетой.

Методика проведения: воспитатель предлагает детям представить себе, что воронка – это ухо. Широкая часть воронки – ушная раковина, узкая – наружный слуховой проход. Вода – это звук, который проходит в ухо. Картон – барабанная перепонка. Советует смотреть и слушать. Воздух через ушную раковину идет к барабанной перепонке и ударяется о нее. Перепонка дрожит. Чем сильнее звук, тем сильнее дрожит перепонка. Воспитатель сопровождает объяснение экспериментом – льет воду на картон через воронку. Вначале вода льется отдельными каплями; при повторении воспитатель льет воду струей. Эти опыты имитируют слабый и сильный звук.

Затем воспитатель предлагает посмотреть, как помогает ушная раковина слышать звуки. С этой целью дети берут бумажную воронку и приставляют ее к уху, узким концом к слуховому проходу. Потом убирают. Как будет лучше слышна музыка? Педагог включает магнитофон так, чтобы сила звука была слабой. Дети проверяют восприятие звуков и делают вывод: при использовании воронки звуки слышны лучше.

Воспитатель спрашивает: «Что может произойти с перепонкой, если поковырять булавкой или тонкой палочкой в ухе?» ответы детей: тонкая перепонка прорвется, проколется. Педагог делает в картоне большое отверстие. Льёт воду. «Что получается?». Надо постараться, чтобы вода лилась в таз через это отверстие бесшумно. Ответы детей.

Дети с помощью воспитателя делают вывод: при травмировании перепонки человек может остаться глухим на всю жизнь.

«Опасная горошина»

Цель: помочь детям осознать значимость уха для человека.

Материалы: горошина и слегка изогнутая (замятая) бумажная трубочка, диаметр которой равен диаметру горошины.

Методика проведения: воспитатель спрашивает детей, что может случиться, если нечаянно втолкнуть в наружный слуховой проход какой –нибудь маленький предмет, например, горошину или конфету? Для демонстрации этого берет тонкую трубочку, имитирующую наружный слуховой проход. Помещает в нее горошину. Предлагает одному из детей попробовать достать горошину. При этом обращает внимание на то, что переворачивать трубочку нельзя, это же не трубочка, а слуховой проход. Ребенок, как ни старается, не может достать горошину.

С помощью воспитателя дети делают вывод: никогда не допускать попадания в ушной проход мелких предметов, потому что врачи иногда не могут его извлечь. Нужно быть очень внимательными при игре с мелкими предметами.

«Война с микробами»

Цель: довести до сознания детей смысл всех гигиенических процедур; подвести к пониманию необходимости бережного отношения к органам дыхания.

Материалы: зеркало, стакан с водой, бумажная салфетка, носовой платок, марлевая повязка (для каждого ребенка).

Методика проведения: дети сидят за столами, перед каждым лежит приготовленное заранее оборудование.

- Ребята, давайте вспомним, какие органы дыхания мы знаем. Зачем они нужны? Сегодня мы познакомимся с ними более подробно. Поговорим о том, что надо за ними ухаживать, чтобы они служили нам много лет и не болели. Возьмите зеркало и рассмотрите свой нос. Опишите, как он выглядит. Потом загляните внутрь. Поворачивайте голову так, чтобы внутри было светлее. (*Дети выполняют*).

Что вы там видите? (*Описания детей*). Какого цвета стенка носа внутри? (*Розового*). Почему? (*Потому, что там много кровеносных сосудов*). Что вы еще заметили? (*Волоски*). Как думаете, зачем они?

Стенка носа внутри сухая или влажная? Возьмите салфетку на палец и промокните нос внутри. (*Дети выполняют*). Что получилось? Эта влага называется слизь, она очень важна. В слизи есть вещества, которые убивают микробы. Поэтому воздух, который попадает в легкие при дыхании через нос, уже не содержит микробов. Туда идет только чистый воздух.

Вспомните, в какое время образуется особенно много этой слизи? (*Ответ: когда мы заболеваем*). Как думаете, почему? Когда человек простужается, в носу размножается много микробов. Надо много слизи, чтобы быстрее их уничтожить. Но слизь нужна и микробам. Слизь раздражает стенку носа, человек чихает или кашляет, капельки слизи вылетают, а в них сидят микробы.

Воздух вместе с микробами может вдохнуть другой человек. Микробы поселяются у него. Тогда говорят, что этот человек заразился.

Вам знакомо слово «эпидемия»? Слышали слова «эпидемия гриппа»? Что значат эти слова? (*Предположительные ответы детей*). Да, эпидемия означает, что микробов стало очень много, и они живут сразу на многих людях. Болеет много людей.

Сейчас посмотрите, как же расселяются микробы. Возьмите зеркало, поднесите его ко рту, раскройте рот и подышите на зеркало. Что увидели? (*Зеркало запотело*). Значит, изо рта выходят капельки воды. Если в низу микробы – не страшно. Если есть, то они могут попасть к другому человеку, и тот заболеет. Теперь наденьте на рот марлевые повязки. Помогите друг другу завязать их. (*Дети выполняют, педагог помогает им*). Снова подышите на зеркало. Что скажите? (*Капель нет*). Зачем же люди во время эпидемии надевают повязки? (*Ответы*).

Особенно сильно разлетаются капельки, когда человек чихает или кашляет. Как сделать, чтобы не заразить других людей?