**Конспект занятия по валеологии**

**на тему: “Вот Я какой!”**

Программное содержание: Познакомить детей со строением тела человека, активизировать внимание детей на свои умения и физические возможности своего организма, развивать исследовательскую деятельность, воспитывать чувство гордости, что ты – человек. Вызвать интерес к дальнейшему познанию.

**Материал:** Набор картинок (5-6 шт.) с изображением животных, набор картинок с изображением людей, плакат с изображением силуэта человеческого тела, плоскостные макеты сердца и легких, воздушные шары, погремушка, кукла Незнайка.

**Ход занятия**

**Организация начала занятия**

Стульчики расставлены полукругом. Дети ходят по группе. Воспитатель звенит в погремушку, приговаривает:

Погремушка играет -
Деток собирает!

(дети рассаживаются на стульчики)

Воспитатель: Доброе утро, дети! Я очень рада вас видеть. Сегодня у нас в гостях Незнайка. Он у нас будет присутствовать на занятии и он тоже хочет узнать о том, о чем мы сегодня говорить на занятии.

Воспитатель: Ребята, посмотрите на картинки, кого вы узнали?

Дети: Лису, медведя, зайца, волка, белку.

Воспитатель: А как одним словом можно назвать их?

Дети: Животные.

Воспитатель Ребята, посмотрите на картинки, кого вы видите?

Дети: Мальчика, девочку, бабушку ….

Воспитатель: А как одним словом можно назвать их?

Дети: Люди.

Воспитатель: Они похожи на нас? Значит, мы можем сказать, что мы с вами люди. Если много – люди, а один – человек. А Незнайка на кого похож?

Дети: На нас.

Воспитатель: Правильно. Сегодня мы с вами поговорим , из каких частей состоит человек. А у каждой части есть свои помощники. Незнайка показывает на голову и спрашивает, что это? Затем на туловище, на руки, ноги. (Ответы детей)

Воспитатель: Какие помощники у головы?

Дети: Глаза, уши, нос, рот, лоб, шея.

Воспитатель: Как помогают глаза? Уши, нос, рот, шея? (Ответы детей)

Воспитатель: Что может делать туловище? (Ответы детей)

Воспитатель: Какие помощники у туловища? (Ответы детей). Как помогают руки, ноги?

**Игра “Это Я”.**

Это глазки. Вот. Вот.---------Показывают сначала левый, потом правый глаз.

Это ушки. Вот. Вот.---------- Берутся сначала за левое ухо, потом — за правое.

Это нос. Это рот. ---------- Левой рукой показывают рот, правой нос.

Там спинка. Тут живот.-------- Левую ладошку кладут на спинку, правую на живот.

Это ручки. Хлоп, хлоп.-------- Два раза хлопают.

Это ножки. Топ, топ. --------- Два раза топают.

Это ножки. Топ, топ. --------- Два раза топают.

Далее педагог спрашивает детей:

- Покажите, где ваши ножки? (*Дети показывают ноги).*

*-*А что умеют делать ваши ножки? (Ходить, прыгать, бегать, топать и т. п.)

- Покажите малышу, как вы умеете шагать, бегать, играть.

Воспитатель: Дружно все вставайте и за мной всё повторяйте.

(дети повторяют движения по показу воспитателя).

Воспитатель: Но самое интересное, что внутри нашего туловища спряталось множество важных для жизни органов. У нас есть сердце, которое гоняет кровь по всему телу. Это важный и нужный орган. Выглядит оно примерно так. (На силуэт человека прикрепляется сердце). Мы можем послушать как оно бьется. (Дети кладут ладошку на грудь и слушают удары сердца).

Еще у нас есть легкие. Они позволяют нам дышать. (На силуэт человека прикрепляются легкие). Наши легкие можно сравнить с воздушной подушкой. Когда мы вдыхаем, легкие наши расширяются, а когда выдыхаем они сдуваются. (Воспитатель раздает детям воздушные шары, дети их надувают и сдувают). Вот какие у нас чудесные легкие. А еще у нас много других органов. Послушайте какими интересными словами они называются: печень, почки, кишечник. О них мы поговорим в следующий раз. А еще у нас есть кости, которые поддерживают нас. Потрогайте свои косточки. Чувствуете, какие они твердые. Благодаря костям мы с вами можем двигаться, бегать, прыгать, играть…

Д/И « Собери картинку»

На столе лежат разрезные картинки с изображением людей . Дети собирают и объясняют кто у них получился.

Воспитатель: О чем мы сегодня говорили на занятии? Вы узнали сегодня, что люди похожи друг на друга и у них очень много общего. Незнайка благодарит детей, прощается.