МДОУ детский сад №8 «Родничок»

Познавательно-речевое занятие по валеологии

в старшей группе на тему

**«Путешествие в Страну дыхания»**

 Составила: воспитатель Мосягина Г.А.

Февраль

2014г.

Цель: Познакомить детей с функцией, которую выполняют легкие в организме человека. Рассказать о дыхательных движениях –вдохе и выдохе. Подвести к пониманию роли воздуха для дыхания. Дать представление об аппаратах, позволяющих людям находиться в безвоздушной среде. Формировать навыки здорового образа жизни.

Материалы: таблица «Строение дыхательной системы», иллюстрации с изображением космонавта в скафандре и водолаза в гидрокостюме, оборудование для проведения опытов (стаканчики, трубочки для коктейля, фасовочные пакеты, футляры от киндеров с кусочками поролона, пропитанных духами, чесноком. корочкой апельсина ), картинки для игры «Хорошо-плохо», кукла-доктор, профилактические повязки.

Ход занятия:

Воспитатель. Отгадайте загадку:

-Через нос проходит в грудь

И обратно держит путь

Он невидимый, и все же,

Без него мы жить не можем. (Воздух)

Почему мы не видим воздух? Как его обнаружить? Как мы им дышим? Как это доказать?

Чтобы найти ответ предлагаю отправиться в Страну дыхания.

Первая остановка-«Поймать невидимку».

Опыт№1(с пакетом)

Воздух называют «невидимкой», потому что его никто не видит.

Возьмите прозрачный пакет и наполните его воздухом. Почему пакет кажется пустым? Потому что воздух прозрачен.

Вывод: воздух бесцветный и прозрачный.

Опыт №2(с шариком)

Положите руку на грудь, сделайте вдох- грудная клетка расширяется от входящего воздуха, теперь выдох- она сжимается.

Возьмите шарик- надуйте, он наполнился воздухом, выпустим воздух- он уменьшается, также происходит и с нашими легкими: при вдохе они расширяются , а при выдохе- сжимаются.

Вывод: дыхание состоит из дыхательных движений- вдоха и выдоха.

Вторая остановка «Занимательные опыты».

Теперь давайте обнаружим воздух.

Опыт№3(с соломинкой и стаканом с водой)

Возьмите соломинку и подуйте в стакан с водой. Что наблюдаем? (пузырьки воздуха). О чем это говорит?

Вывод: мы выдыхаем воздух

Опыт№4(с зеркальцем)

Поднесите зеркальце ко рту и подышите на него. Что с ним произошло?(оно затуманилось от теплого воздуха)

Вывод: мы выдыхаем теплый воздух.

Опыт№5(с запахами)

Игра «Отгадай по запаху»: определите, что находится в футляре от киндера-духи, апельсиновая корочка, чеснок.

Что вам помогло распознать запах? (нос).

Вывод: носом мы чувствуем запахи, когда вдыхаем воздух.

 Динамическая пауза :дыхательная гимнастика «Ветерок»:

-Подуем на плечо, подуем на другое,

На солнце, что печет дневной порою,

Подуем на живот- как трубка станет рот.

Теперь на облака, и остановимся пока.

Третья остановка «В гостях у доктора Пилюлькина».

Доктор Пилюлькин принес нам схему строения нашей дыхательной системы.

- Посмотрите- воздух через носовую полость, где он согревается и очищается, по трахее и бронхам идет к легким. Воздух содержит кислород, необходимый для работы наших органов. Обратно выходит отработанный воздух, содержащий углекислый газ.

-А может человек не дышать? Наберите воздуха и, не выдыхая, посчитайте до 5.Тяжело? Человек не может жить без воздуха.

-Могут ли люди находиться в безвоздушном пространстве? Оказывается - да, но в специальных костюмах. У космонавтов это скафандры, у водолазов- гидрокостюмы .

Ребята, как вы думаете, зависит ли здоровье от того каким воздухом мы дышим: чистым или грязным? Что загрязняет воздух?Что помогает очистить воздух? (растения).

Игра «Хорошо-плохо».

Доктор Пилюлькин просит отделить картинки с изображением того, что полезно для здоровья легких от того .что вредно.

-Как можно защититься от загрязненного воздуха?

Доктор Пилюлькин принес профилактические повязки, давайте научимся их надевать. От чего они защищают дыхательную систему?

Рефлексия.

 Вам понравилось путешествие в Страну дыхания?

С помощью звездочек отметьте на наборном полотне те моменты, которые вам больше всего понравилось в путешествии.

Литература:

Тугушева Г.П., Чистякова А.Е. «Экспериментальная деятельность детей среднего и старшего дошкольного возраста»,С-П, «Детство-ПРЕСС»,2008

Волчкова В.Н.,Степанова Н.В. «Конспекты занятий в старшей группе детского сада. Познавательное развитие», Воронеж, ТЦ «Учитель», 2005

«Азбука Здоровья», М, «Русское энциклопедическое общество»,2004

«Ребенок в детском саду»,№2 ,2012