**«По тропинке здоровья»**

**З*адачи.***

1. Расширить имеющиеся представления у детей об органах, развивать речь.
2. Помочь детям осознать необходимость утренней гимнастики и закалива­ния в ходе ее проведения. Познакомить детей с особенностями кожи.
3. Вызвать у детей чувство радости от воздушных процедур, от физических упражнении.

**Оборудование**: цветок кактуса, цветок герани, стаканы с теплей и холодной водой, колпаки из цветной бумаги.

**Ход** работы

1. Вступительная часть.

Наши органы чувств, воспитатель предлагает

детям поиграть в необычную угадайку.

* Сейчас вы должны угадать, какие предметы спрятаны под этими колпаками. По считалке мы с вами выберем того, кто будет отгадывать нашу первую загадку (выбираются двое ребят) По сигналу дети открывают цветные колпаки так, чтобы только они смогли видеть то, что там спря­тано. Отвечая на вопросы воспитателя, дети описывают увиденный пред­мет, не называя его, а все дети должны узнать предмет по его описанию.

вопрос и для угадывания спрятанного предмета

- Этот предмет из мира живой или неживой, природы?

 - Это растет е или животное (для предметов из живой природы)?

- Из чего он сделан? (для предметов из неживой природы).

- Как выглядят его листья? (для кактуса).

- Для чего он предназначен? (для стакана).

После того, как предметы угаданы всеми детьми, воспитатель просит ; ребят, которые угадали, сказать, что помогло им так хорошо справиться с загадкой.

* Правильно, дети, глаза, т.е. зрение помогло нашим ребятам внимательно рассмотреть спрятанный предмет. А вы с помощью мышления и речи смогли угадать словесную загадку.

А теперь еще одна загадка, которую вы будете разгадывать с помощью своего носа, желающему мы завяжем глаза и дадим загадку про эти цветы ( воспитатель показывает детям душистую герань и кактус).

Нужно понюхать листочки стих цветов и узнать, как называется каждый из них, т.е. где кактус, а где герань.

Ребенок, который избирается по считалке, разгадывает вторую загадку говоря какой цветок находится справа от него, а какой слева, используя обоняние. Когда загадка будет разгадана, воспитатель спрашивает ребят, что помогло отгадывающему справиться с загадкой.

- Правильно, дети, наш нос помогает нам по запаху определить тот

или иной предмет.

* а теперь третья загадка, вот здесь, в стаканах, простая и сладкая вода, как вы думаете, что же теперь поможет нам узнать, в каком стакане какая вода? Правильно, дети, язык нам поможет разгадать эту загадку, (выбранный по считалке ребенок разгадывает и эту загадку, указывая какая вода в левом, а какая вода в правом стакане).

- Понравилась ли вам наша необычная угадайка? Не устали разгадывать наши необычные загадки? Тогда ват вам еще одна. Все закроите глаза и нос. А теперь угадайте, что я делаю? (воспитатель хлопает в ладоши). Откроите глаза и нос, что же я делала? А как вы узнали, вы ведь ничего не видели? Правильно, дети, теперь вам помогли угадатьэту загадку ваши, уши, т.е. слух.

* Вот мы с вами и узнали, какую важную роль играют для человека его органы чувств: зрение, обоняние;(чувство запаха), вкус и слух.

Глаза, нос, язык, уши помогают нам узнать окружающих мир.

- А сумеете ли вы угадать, в каком из стих стаканов теплая, а в каком холодная вода? Как это сделать?

1. Зачем человеку кожа?

С помощью кожи человек может определить температуру окружающих предметов, достаточно потрогать предмет или подержать руку рядом с очень горячим предметом, чтобы определять, где горячо, и где холодно. Есть у вашей кожи еще одна очень важная работа: она не только чув­ствует где колко, и где мягко, где горячо, а где холодно, а еще помо**­**гает нашему организму сохранять тепло, избавляться от лишнего тепла, не дает нам замерзнуть на холоде. Вот сколько важной работы у нашей кожи. И вся эта работа очень нужна вашему организму. Так как она помогает нам сохранить здоровье.

 Только и кожа нуждается в нашей помощи. Она будет верно служить тому, кто будет заботится о ее здоровье.

 - Первое о чем нужно помнить, коже тоже нужно дышать. Она тоже как мы с вам, любит свежий воздух. Вот сейчас мы с вами и проведем зарядку для нашей кожи, дадим ей подышать и немного отдохнуть. Больше всего

 устает кожа на ногах, на ступнях. Если бы кожа на ступнях могла гово­рить, то она обязательно попросила бы нас помочь ей подышать свежим воздухом и немного поработать, ведь наши ноги всегда одеты вноски, тапочки или в другую обувь. Значит кожа там почти не дышит. Давайте снимем обувь и пойдем по полу в одних носках. Ну как? Чувствуете, что вашей коже стало немного прохлад­ней? А теперь еще немного дадим подышать ногам свежим воздухом. Сядьте на стульчики, снимите носки и поболтайте в воздухе босыми ногами, вот ей стало еще прохладнее, теперь кожа на ступнях дышит полностью. А какая же прогулка без движений. Ну-ка, бегом марш! дети бегут босиком по полу 1-2 минуты. А теперь пора в домики, наденьте носки и обувь, пусть кожа греется. Вот как мы с вами научились делать для нашей кожи про­гулку, помогли коже дышать и быть здоровой.

 - А теперь посмотрите друг на друга и скажите, где кожа самая закаленная, где она не боится ни жары, ни холода? Правильно кожа на руках и на лице самая закаленная. Ни жара, ни холод ей не страшны. А почему? Потому что кожа на руках и на лице чаще дышит свежим воздухом.

 Такие упражнения, когда кожа дышит, называют воздушными ваннами. Когда на кожу действует прохладный воздух, она сжимается, сохраняя тепло в нашем теле, закаляется. А закаленная кожа, не дает простуде вас одолеть.

вас одолеть.

 3. Заключительная часть.

 - Вот как много нового и интересного узнали мы о нас самих, про наш организм. А теперь давайте проверим, как вы запомнили то, что слы­шали, поняли.

 За каждый, правильный ответ вы получите приз.

 Вопрос первый: Что человеку помогает чувствовать запахи?

 Вопрос второй: зачем человеку уши нужны?

 Вопрос третий: что можно узнать об окружающих предметах с помощью языка?

 Вопрос четвертый: какие работы выполняет в нашем организме кожа.

 Вопрос пятый: как помочь коже всегда быть здоровой?

 Вопрос последний; на него мы ответа с вами пока не знаем: есть у нашей кожи враги?

 Кто они, как помочь коже от них избавиться? Ответы на все эти вопросы мы с вами узнаем в следующий раз.