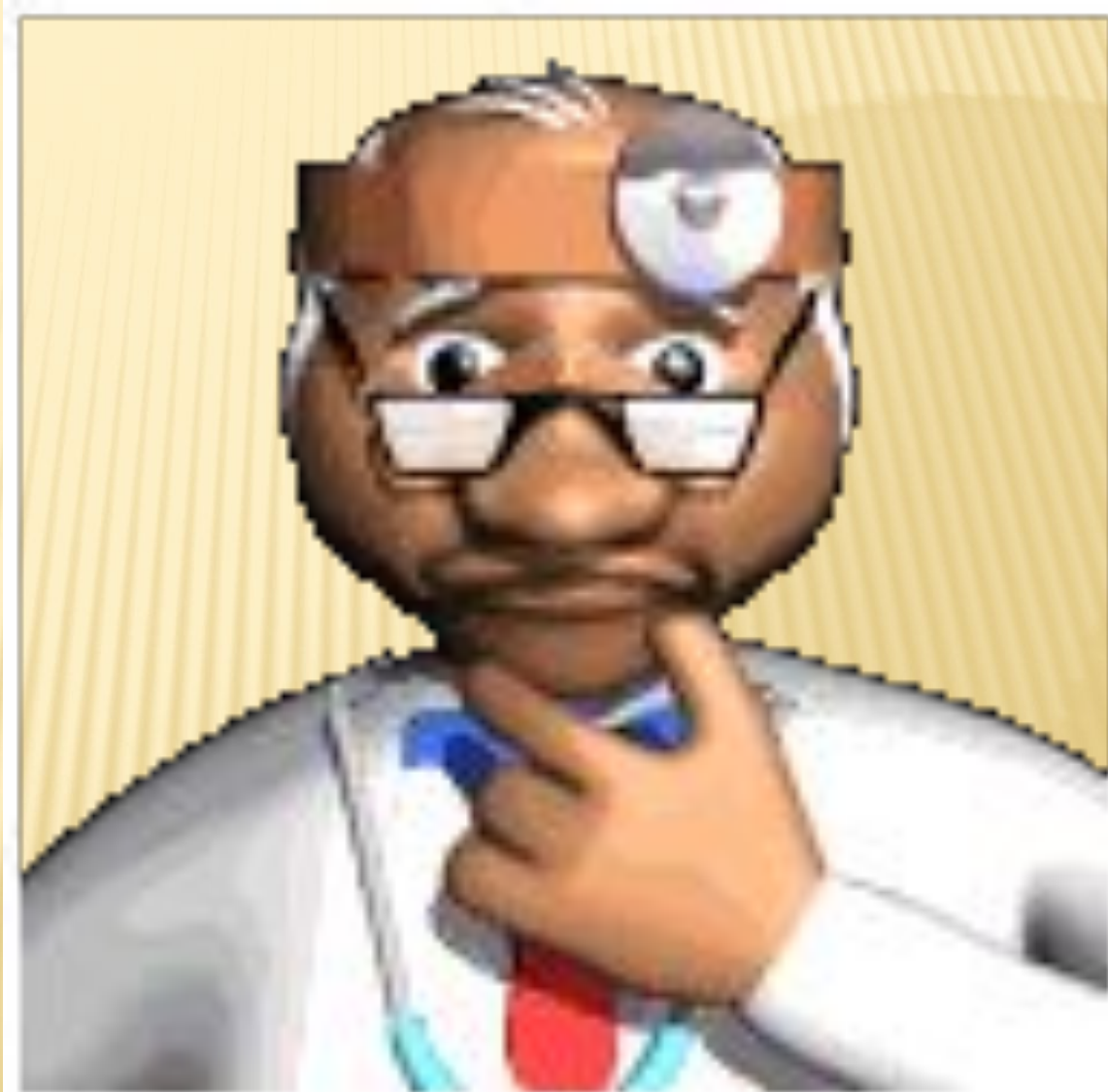


Как работает наше сердце



Программные задачи.

- Познакомить детей с работой человеческого сердца, показать значение сердца для всего организма и разъяснить роль вен и артерий в работе сердечно-сосудистой системы.
- Обучать правилам сохранения здорового сердца.
- Формировать любовь и сознательное отношение к выполнению физических упражнений и игр для работы и сохранения здорового сердца.
- Развивать умение логически мыслить, четко и ясно отвечать на поставленные вопросы, устанавливать логические связи.
- Выбатывать сознательное отношение к здоровому образу жизни.
- Развивать чувство ритма: определение метроритмической пульсации, передачи хлопками ритма рисунка.

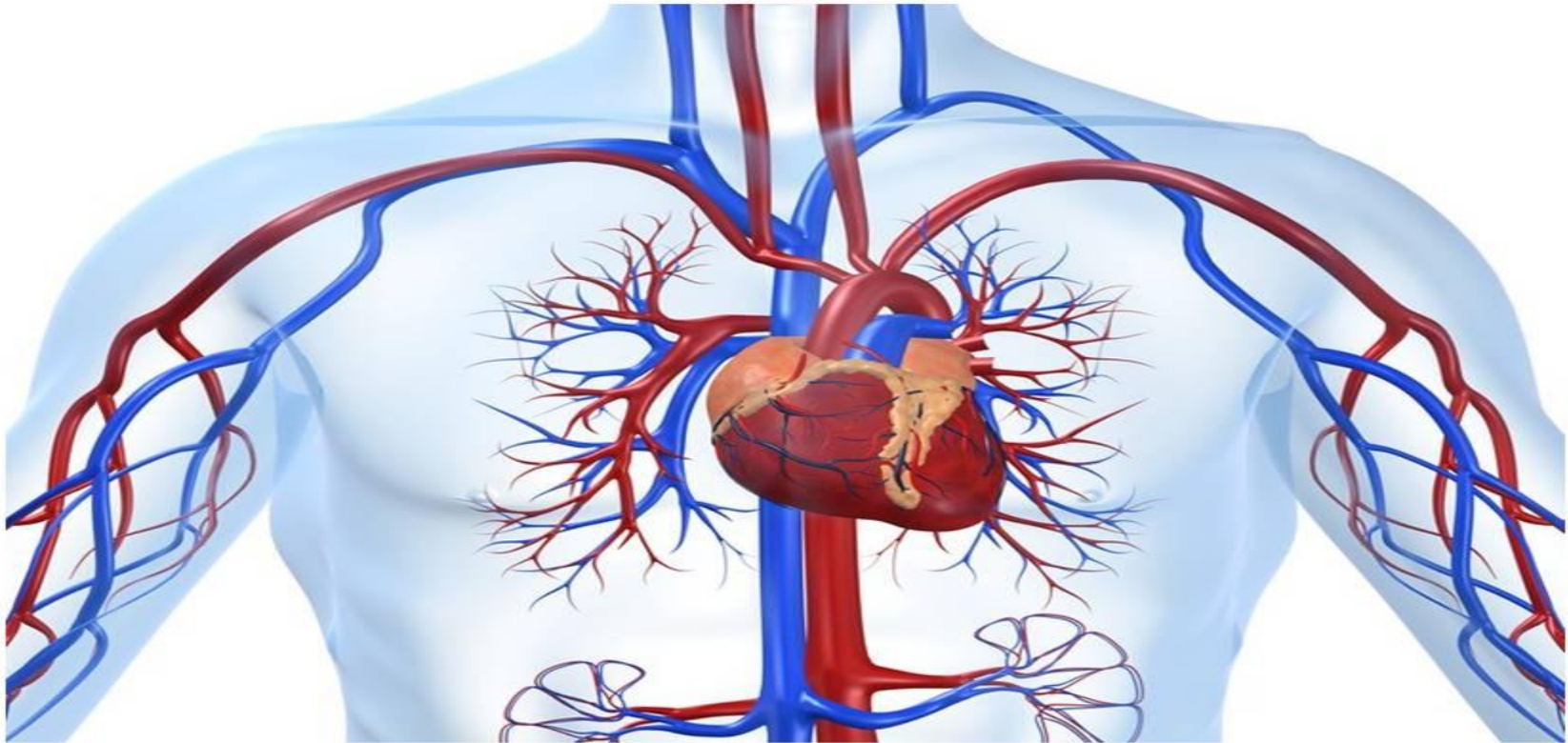
Холодное, но не космос,
Горячее, но не пламя,
Ему не хочется покоя.
Стучит оно в груди тук –
тук – тук



Сердце самый важный орган
Есть у каждого из нас
Как насос качает воду
Каждый день и каждый час
Находится оно внутри.
Как в домике упрятано
Его ты с детства береги
Заботливо, старательно.
Занимайся физкультурой
Бегай, прыгай и скачи
Тренируй мускулатуру
Не нужны будут врачи.



Расположение сердца



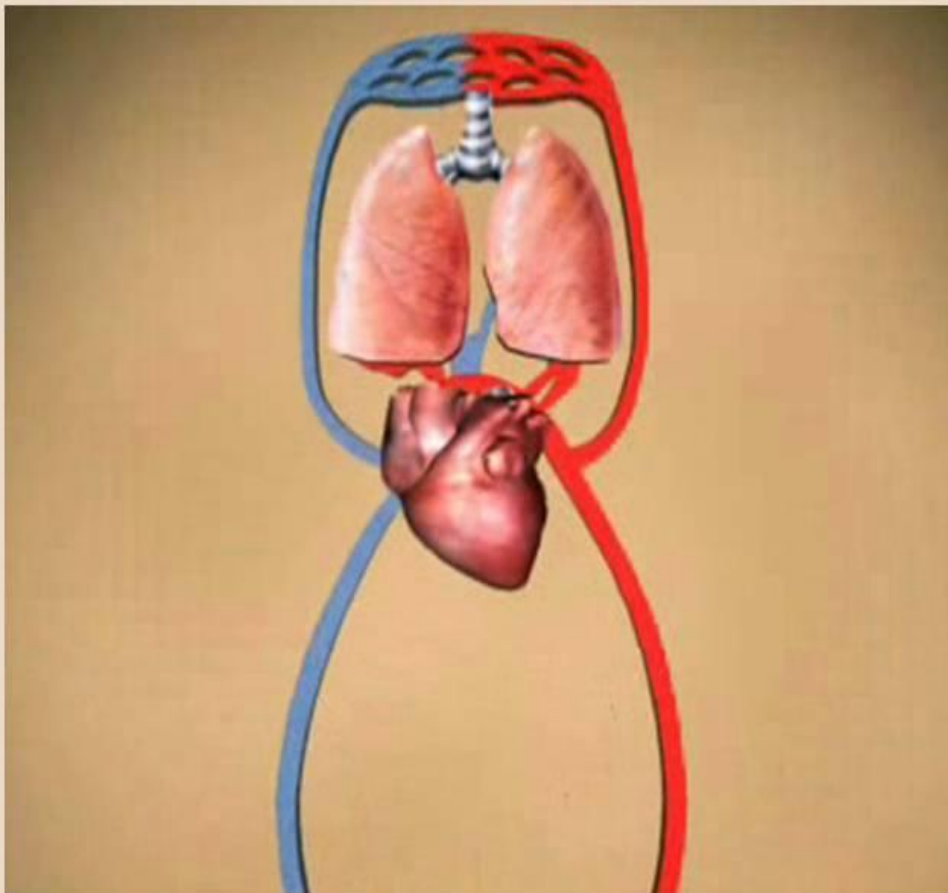
– Наше сердце похоже на насос. Оно присматривает за реками, которые текут от него и в него впадают, (показываю на рисунке) Представьте себе пароходы, которые везут грузы. Так и сердце, сокращаясь, выталкивает красную реку крови в "Артерии" (показываю). По ней пароходы с "кислородом" и питательными веществами из съеденной нами пищи отправляются в путешествие по всем клеточкам нашего организма. Но самое удивительное: кровяные "пароходики", отдавая полезные вещества, забирают из организма вредные и везут их по синим венам. Эти реки – сосуды так и называются – Артерии и Вены



www.gifsopa.ru

Попробуйте разжимать и сжимать кулак.
Так работает наше сердце.

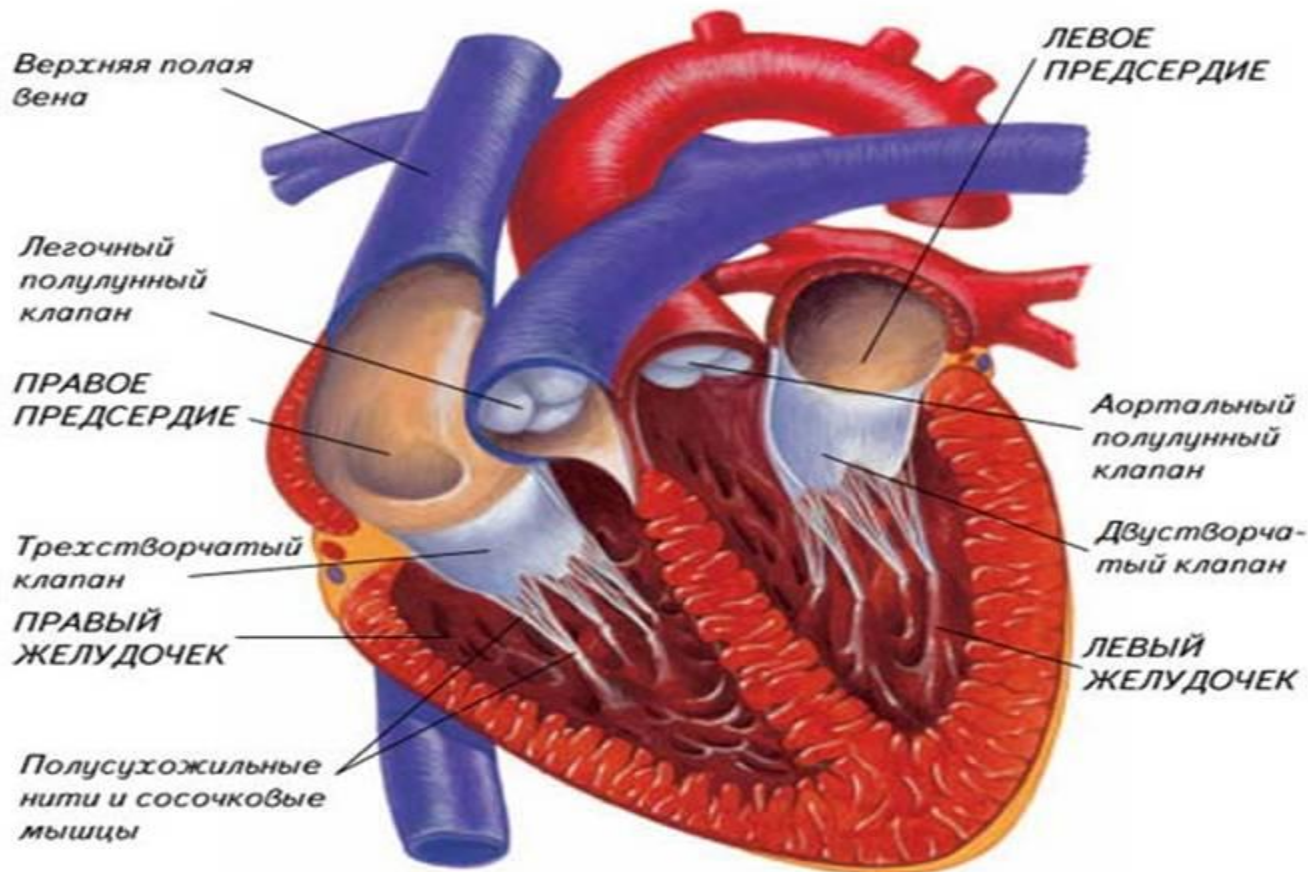
Малый круг



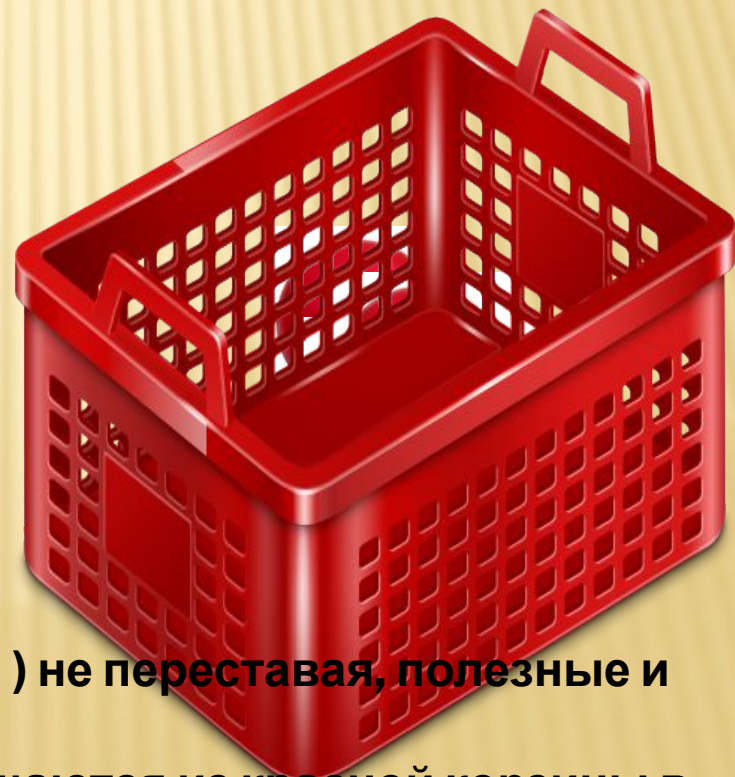
Это наше сердце и легкие. Из сердца кровь течет по артериям (выкладывает красные следы) раздает каждой клеточке питательные вещества и кислород и забирает у них углекислый газ. Насыщенная углекислым газом кровь по венам (сини следы) возвращается к сердцу.

Давайте посмотрим на рисунок. Красным цветом нарисованы артерии по ним кровь течет от сердца, а синим – вены по ним кровь возвращается к сердцу.

Строение сердца



- Как вы думаете, где кровь может взять новую порцию кислорода? Правильно в легких потому, что мы вдыхаем кислород. Поэтому, вернувшись в сердце кровь, оно перекачивает сначала в легкие, где она отдает углекислый газ (мы его выдыхаем), забирает кислород и поступает опять в сердце. И начинается новое путешествие крови по нашему организму



Так течёт кровь по сосудам (артериям и венам) не переставая, полезные и вредные для организма вещества, как эти мячи перемещаются из красной корзины в

Если вы будете соблюдать эти правила, то сердце у вас будет сильным и здоровым. Значит, оно будет хорошо работать, не будет болеть.

правила здорового сердца:

1. Не переутомляться



2. Спать днем

3. Вечером вовремя ложиться спать



Кушать надо по режиму и полезную пищу.



4. Полезная для сердца еда

1



5



8



11



2



6



9



12



13



3



7



10



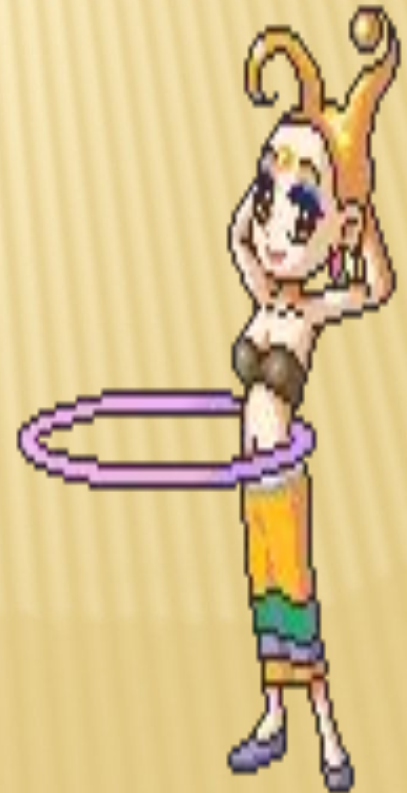
4



14



5. Тренировать сердце (бегать, прыгать, выполнять физические упражнения, закаляться)



6. Не
нервничать

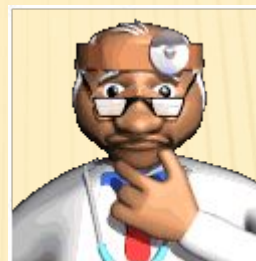




Покажи героя с добрым сердцем. Со злым сердцем.

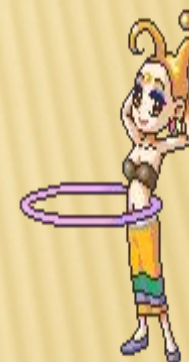
Врачи, чтобы прослушать биение сердца используют фонендоскоп. По тому, как сердце бьется, они могут определить, здоров или болен человек. Давайте рассмотрим устройство фонендоскопа. Через этот прибор удары сердца слышны лучше. После занятия, все кто захочет, сможет прослушать сердце друг друга.





правила здорового сердца:

1. Не переутомляться
2. Спать днем.
3. Вечером вовремя ложиться спать
4. Кушать полезную еду
5. Тренировать сердце (бегать, прыгать, выполнять физические упражнения, закаляться)





**Будь
здоров ...!**