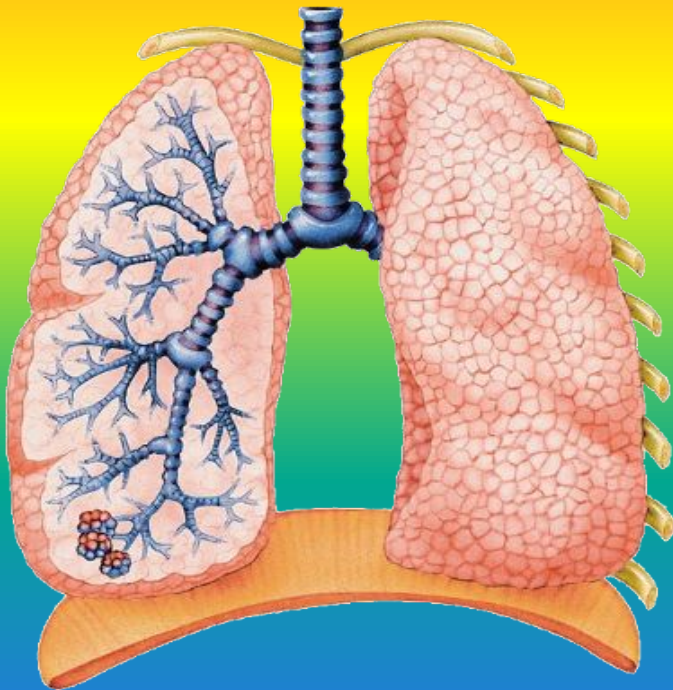


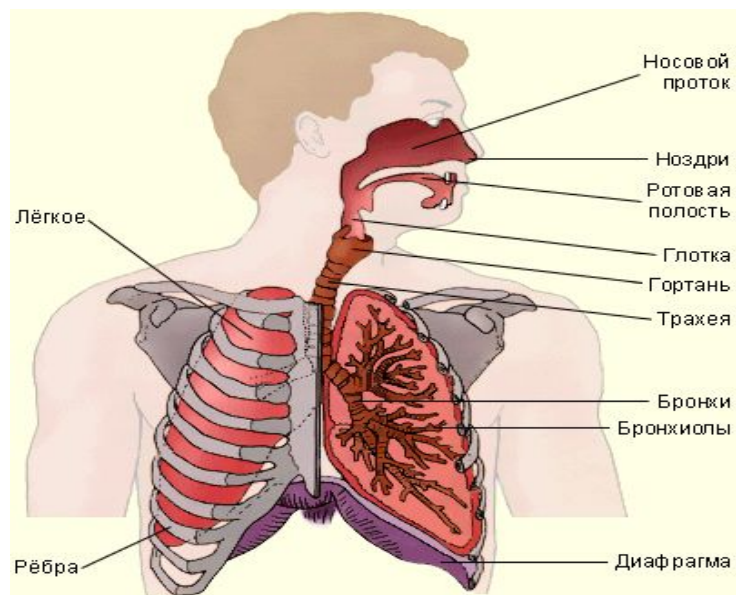
Презентация к занятию «Два розовых лепестка»



Автор: воспитатель Шарова С.А.

«Два воздушных лепестка
Розовых слетка,
Важную работу выполняют,
Дышать нам помогают»

(Лёгкие)



- Все живое дышит:
растения, и животные.





Рыбы дышат жабрами в воде.

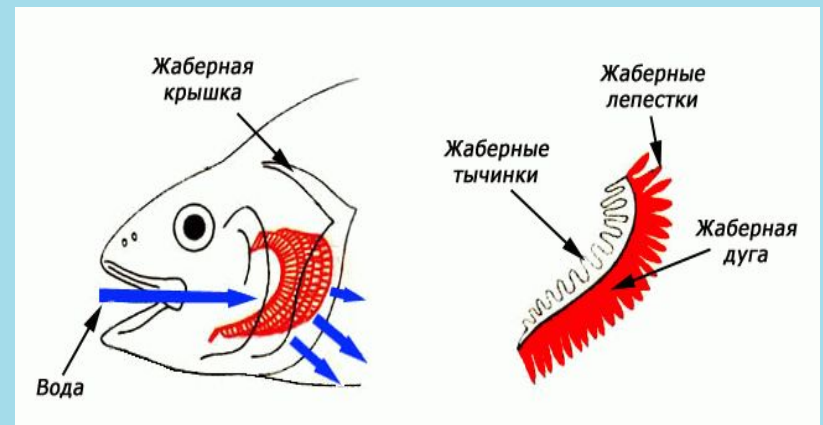
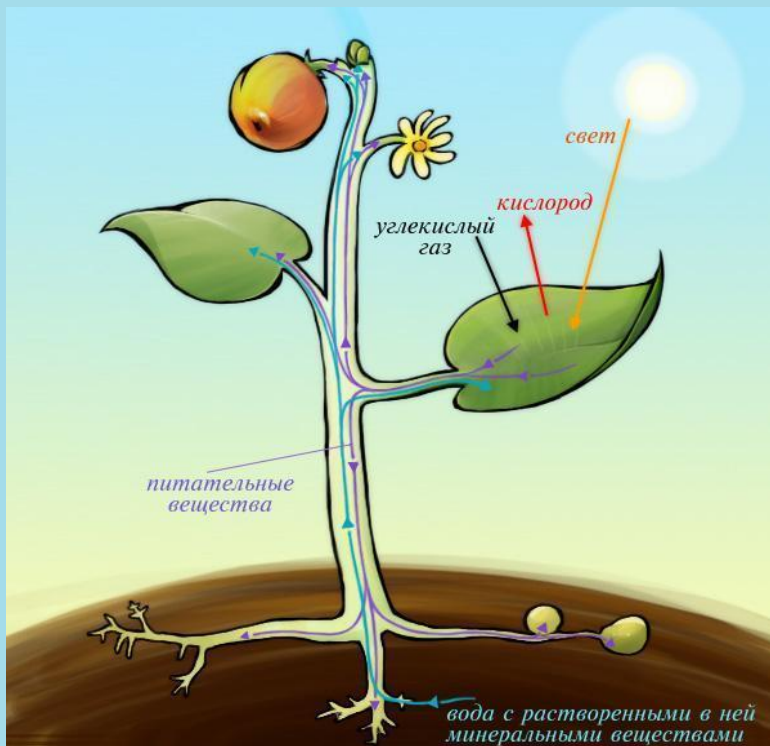
Кто был на рыбалке, помнит, как пойманная рыбка сразу погибает, потому что она приспособлена жить и дышать в воде, а на суше дышать не может.



Водолазы, спускаясь под воду, дышат воздухом из кислородных баллонов. Люди, работающие на подводной лодке, берут с собой запасы кислорода.



- Ребята, а как вы думаете,
- чем дышат растения? (Листиками)
 - А рыбы в воде? (Жабрами)
 - С помощью чего мы дышим?



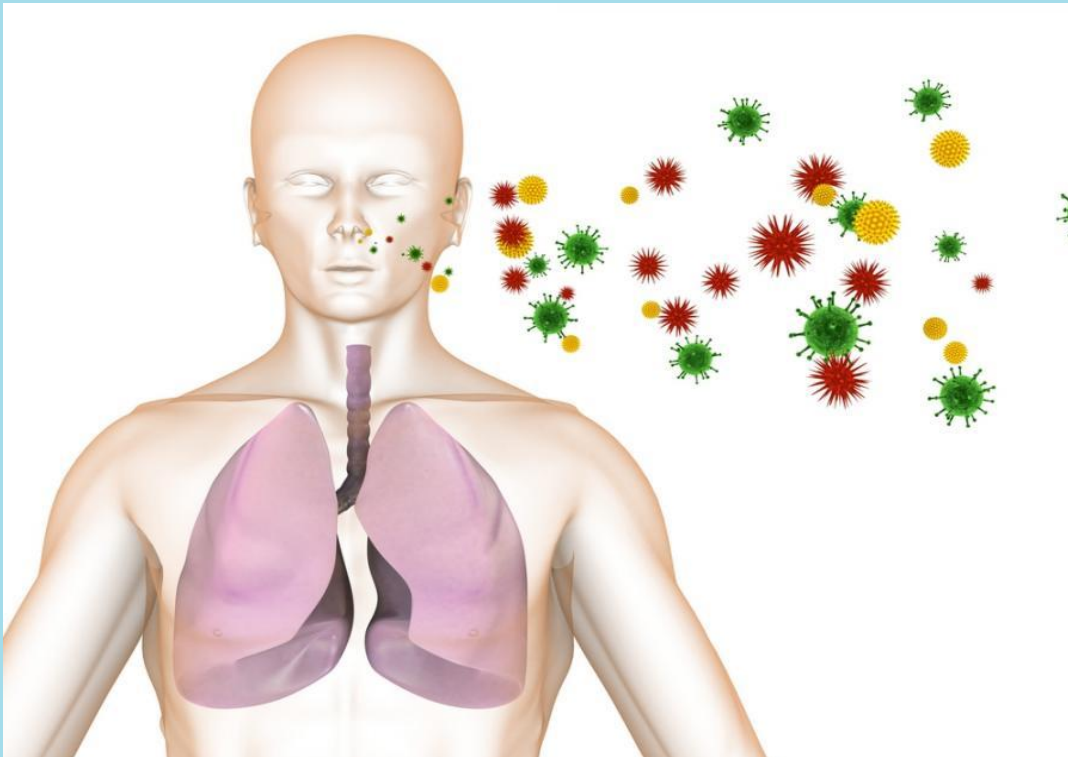
Воспитатель:

Человек и животные дышат – легкими.

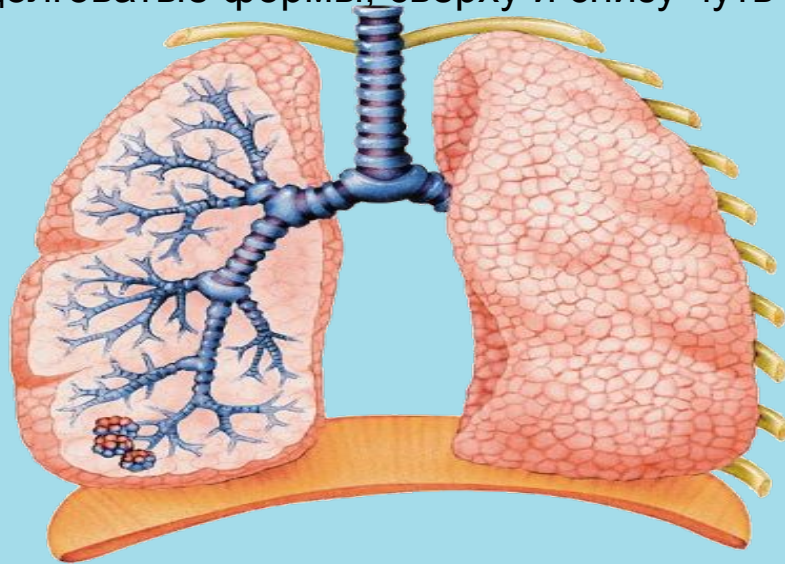
Мы вдыхаем через нос,

по трубочкам воздух идет в легкие.

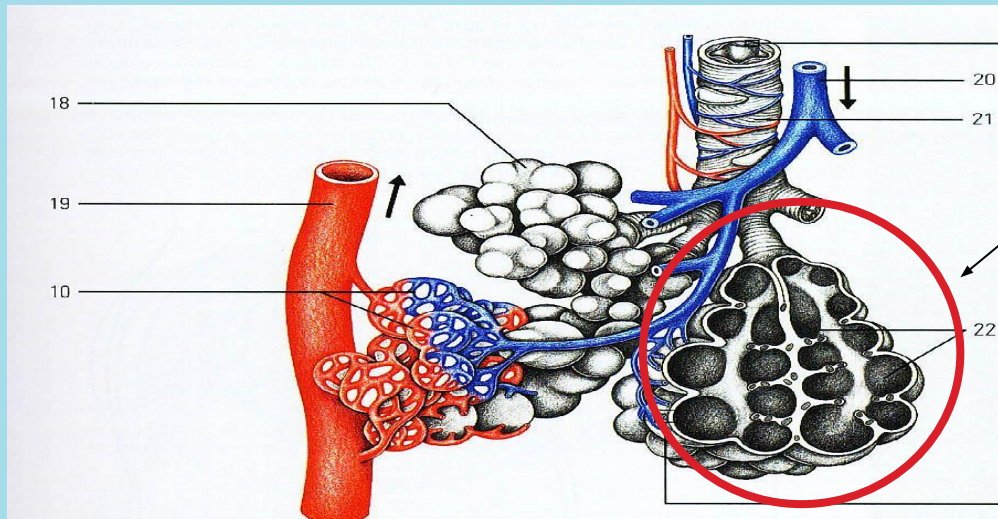
- Кто видел легкие на картинке?

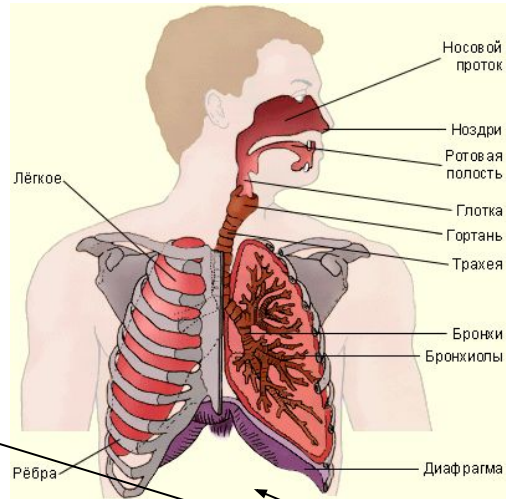
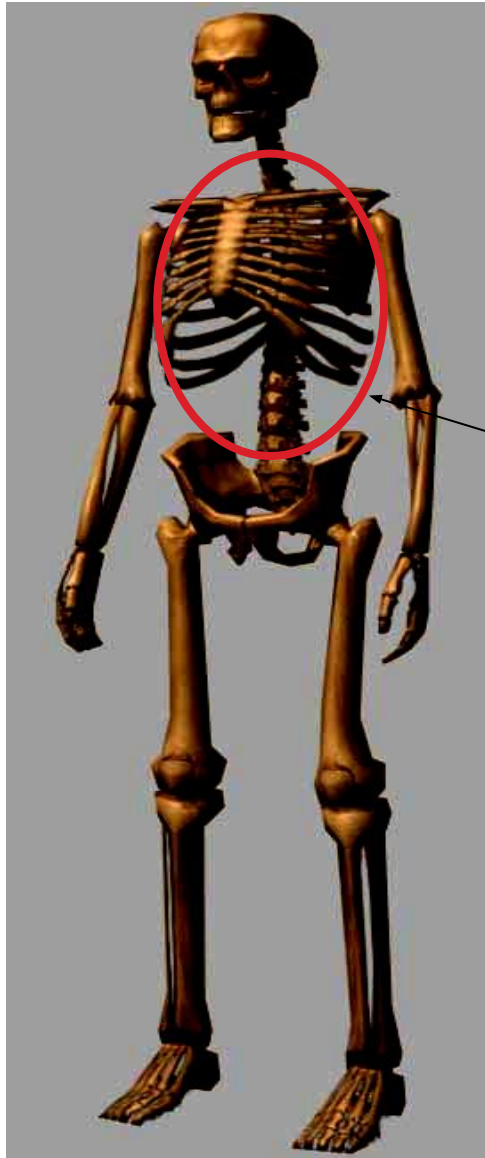


- Легкие – это два больших розовых лепестка, расположенных рядом, чуть продолговатые формы, сверху и снизу чуть заужены.



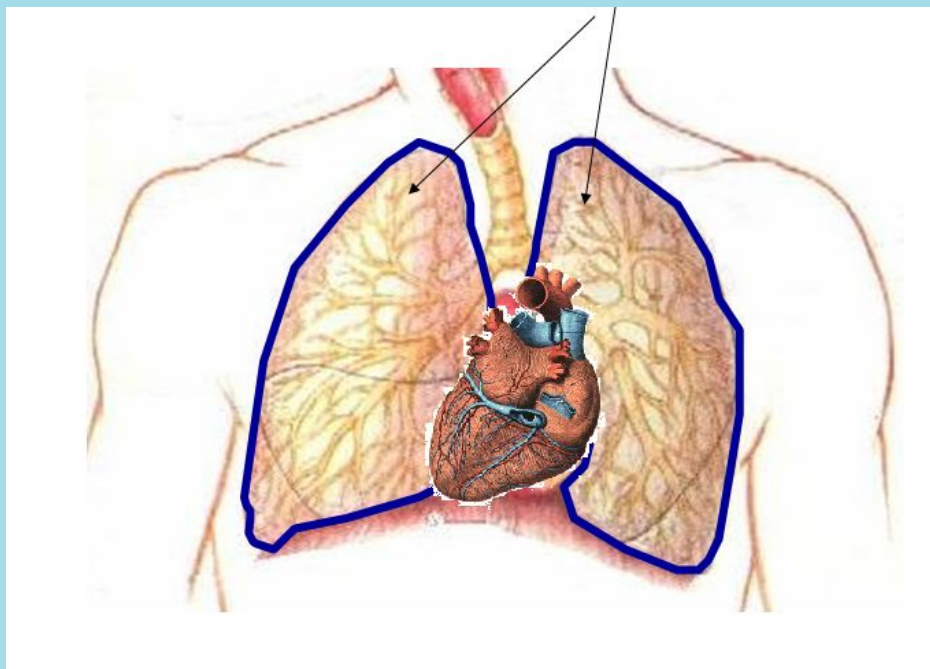
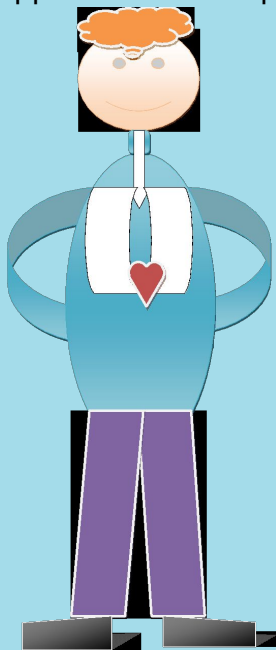
- Эти лепестки состоят из множества маленьких мешочков, которые наполняются воздухом и выпускают его при дыхании.





Лёгкие защищены рёбрами
и находятся в грудной клетке

Дидактическая игра «Наполни легкие воздухом» У вас на столах рисунок легких мальчика, нужно заполнить их воздушными пузырьками - кружочками, нарисовав их карандашом на месте, внутри нарисованных лёгких . Для этого у вас на столе есть карандаши синего цвета.



-А кто может рассказать как нужно правильно дышать?

-Кто знает упражнения на дыхание?

Эти упражнения очень важны для нашего здоровья.

Когда мы вдыхаем, легкие, словно лепестки, раскрываются и в наш организм поступает кислород, а при выходе лепестки сжимаются, и из легких выходит вредный углекислый газ. Поэтому вдох короче, а выдох длиннее, чтобы можно было больше выдохнуть углекислого газа. Вдох через нос, раздувая ноздри, выдох через рот с шумом.

Выполнение упражнений на дыхание :

«Насос»

- Руки соединить перед грудью, сжав кулаки. Как – будто вы держите насос.

Выполнять наклоны вперёд – вниз ,руки при наклоне вперёд свободно тянуть к полу, а при подъёме назад поднимать к плечам.

Вниз и при каждом пружинистом наклоне делать порывистые вдохи, такие же резкие и шумные, как при накачивании шин насосом (5-7 пружинистых наклонов и вдохов).

Выдох произвольный.

Повторить 3-6 раз.

При вдохах напрягать все мышцы носоглотки.

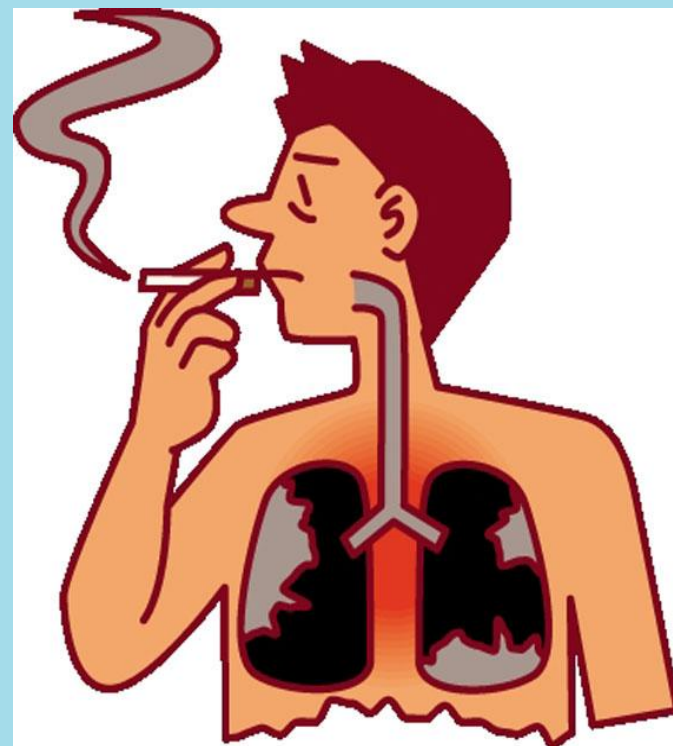
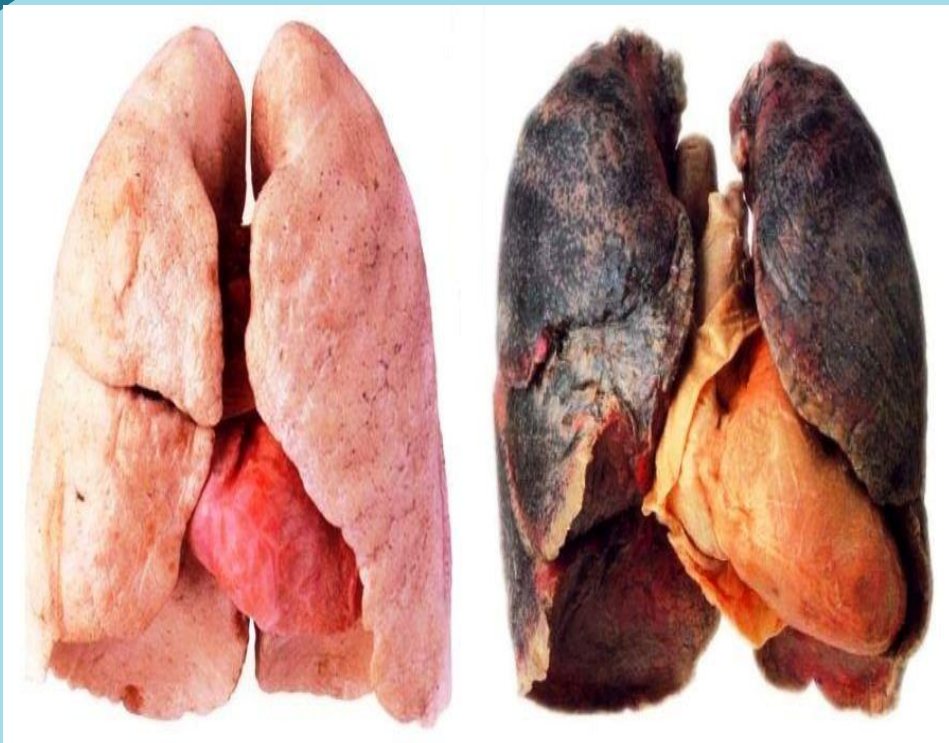
«Дровосек»

Упражнение «Дровосек» вы все знаете: стоя, руки в замок.

Руки поднять вверх, делая вдох носом.

Опустить руки вниз, произнося звук «уф» или «ух» на выдохе.





Так ,ребята, выглядят лёгкие здорового человека и лёгкие человека , который курит.

Какого цвета здоровые лёгкие?

Поднимите карточки с таким же цветом.

Какого же цвета больные лёгкие человека, который курит?

Поднимите карточки с этим цветом!

Вы же не хотите, чтобы ваши лёгкие были такими же, как лёгкие курящего человека, изображённого на этой картинке?(Ответы детей).

4) Опыт-экспериментальная работа с поролоновыми розовыми губками, которые вырезаны в виде формы легких.

Воспитатель:

Ребята, а вы хотите узнать, что будет с легкими, если вы находитесь в месте, где курят другие люди? (Ответы детей).

Проведём опыт с тряпочками, вырезанными в виде формы лёгких, которые впитывают воду как поролоновые губки :

На эту розовую тряпочку , вырезанную в форме лёгких, мы сейчас нальём черную краску.(Краска у вас на каждого в баночке рядом с розовыми тряпочками - «лёгкими».)

Розовая тряпочка всю краску впитывает и становится черной.

Какой же ребята можно сделать вывод? Что станет с розовыми, здоровыми лёгкими, если мы будем стоять в том месте , где курят другие люди?(Лёгкие почернеют и станут больными!)

Поэтому, ребята, даже рядом находиться с курящими людьми нельзя, можно так же заболеть!)



5) Какие правила необходимо соблюдать, чтобы легкие были здоровыми?

- Кто запомнил, какого цвета легкие?

Воспитатель: Розовые они тогда, когда здоровые. А больные легкие «черного» цвета.

- Как вы думаете от чего зависит, больные или здоровые, будут у вас легкие? Правильно!

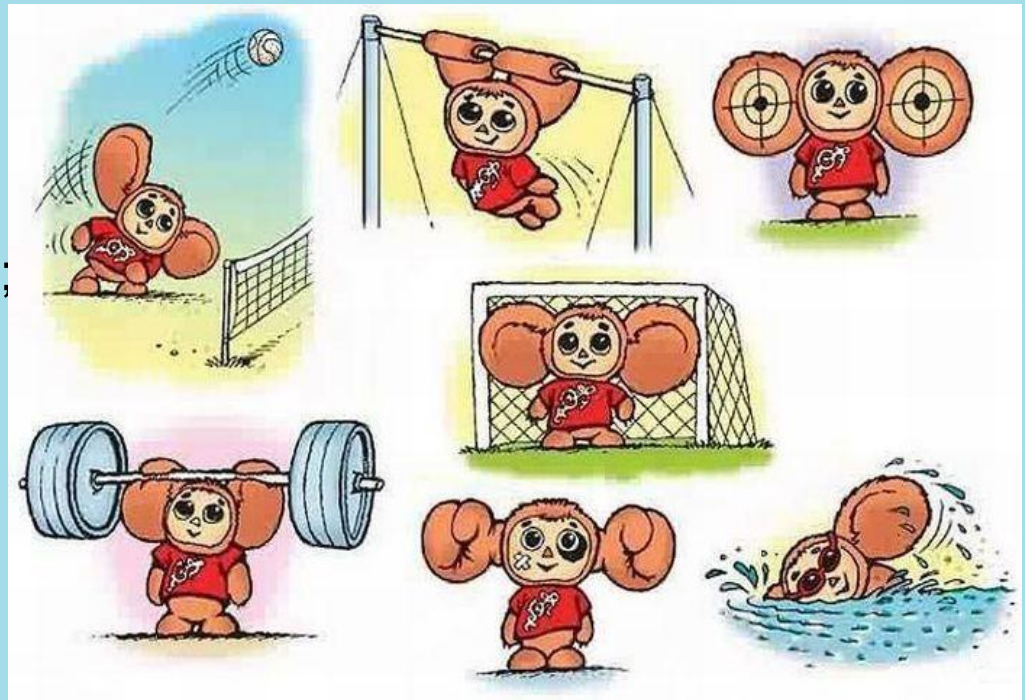
Воспитатель: Но ещё это зависит от того, каким воздухом мы дышим.

Чтобы сберечь свои легкие, необходимо:

- больше бывать на природе;
- выезжать за город, подальше от дорог, где множество машин, загрязняющих воздух, от заводов, фабрик;



- заниматься спортом;



- проветривать комнату, помещение;





-находиться подальше от курящих людей;



-охранять дыхательные пути от простудных заболеваний

Дидактическая игра: «Определи и покажи».

Теперь я прочитаю короткие рассказы, а вы должны определить какие здоровые легкие, а какие больные у героев этих рассказов и поднять карточку нужного цвета.

«Один мальчик в дождливый осенний день долго бродил по лужам. Мама звала его домой, но он не послушался. А вечером у него поднялась температура – он простудился».

«Лена любила гулять с папой. Но когда они ходили по улицам, папа часто курил».

«На выходные дни вся Светина семья выезжала на природу и звала с собой Свету, но Света никогда не соглашалась и гуляла по городским улицам со своими подругами».

«У Пети большая семья. Когда они собираются у телевизора, в комнате становится душно, нечем дышать».

«Когда Паша с Максимом идут гулять, мама проветривает их комнату».

«У Алеши в семье все занимаются спортом. Мама – теннисистка, папа – футболист, старшая сестра – гимнастка, брат – баскетболист. И никто в семье не курит».

Итог занятия:

Молодцы ребята, вы теперь знаете, что человек вдыхает воздух чем -...; (Лёгкими)

- Знаете как лёгкие выглядят, где они находятся в теле человека (в грудной клетке) и что лёгкие защищены рёбрами;
- Вы теперь знаете как надо правильно дышать и какие упражнения делать для правильного дыхания;
- Знаете как выглядят лёгкие больного, курящего человека;
- Знаете, что нельзя находиться рядом с курящими людьми;
- Даже знаете, что надо делать, чтобы ваши лёгкие всегда оставались розовыми, а значит здоровыми!

На этом наше занятие заканчивается!

Благодарю за внимание!