



Проект «Мое тело 1.»

МДОУ № 18 «Бригантина»

инструктор по физической культуре

Боголюбова Анастасия Александровна

Цели и задачи:

- Способствовать получению элементарных знаний о своем теле, о внутренних органах, и о системах внутренних органов;
- Формирование мотивации изучения себя и своего организма;
- Дать понятие ЗОЖ (здорового образа жизни) . Подвести детей к пониманию того, что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье;
- Приобщить детей к ЗОЖ и способствовать укреплению здоровья средствами физической культуры , подвижных игр, игр по саморазвитию
- Сформировать позитивное отношение к людям в белых халатах, и необходимости своевременного обращение к врачу для лечения и профилактики;
- Способствовать выработке у детей привычки соблюдения режима дня, правил гигиены, питания, потребности в ежедневных физических упражнениях , утренней зарядке , физкультурных минутках и паузах.



Проект состоит из нескольких презентаций, посвященных решению этих задач. Практические занятия, утреннюю гимнастику, соревнования, квесты, презентацию «Неделя здоровья», тематические праздники и игры можно увидеть на сайте Педагога-психолога, инструктора по физическому развитию **Боголюбовой А.А.**

<https://bogolubova-dmdou18.edumsko.ru/>

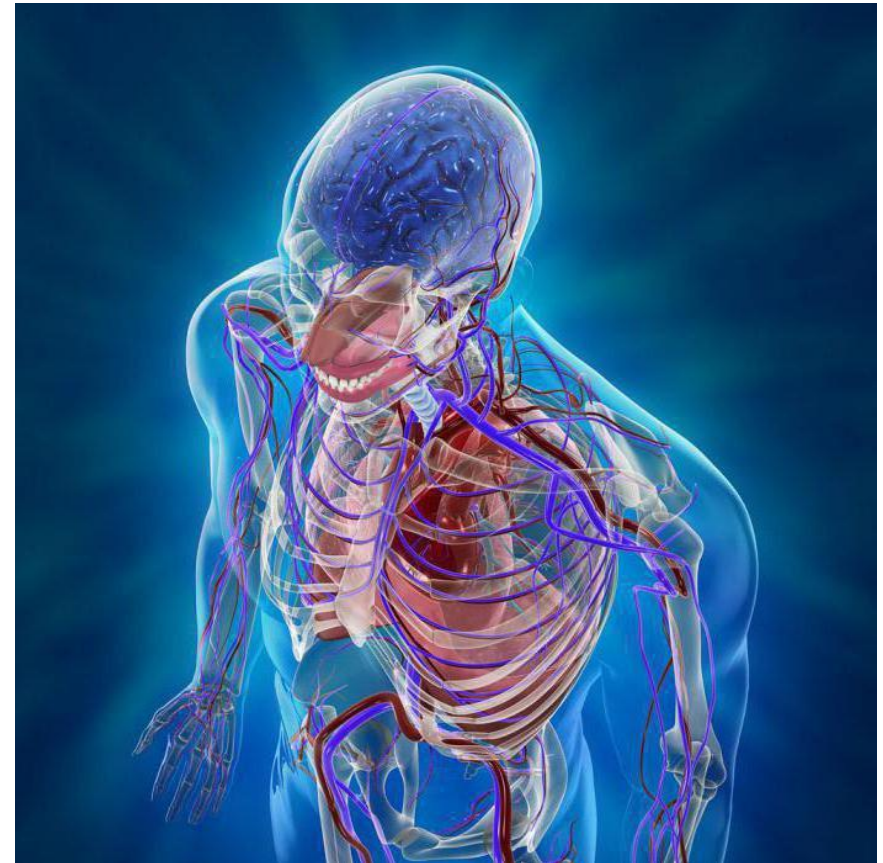
Человеческий организм – загадочный, самый сложный механизм, который способен не только совершать *физические действия*, но и *чувствовать, мыслить*.

Общий обзор организма человека показывает, что из семи миллиардов проживающих на Земле нет абсолютно похожих внешне людей, однако строение организма на 99 % у всех одинаково.

Природа устроила так, что при четкой, слаженной работе всех органов механизмы жизнедеятельности обеспечивают долгое существование нашему организму.

Тело человека – единый организм, где действие всех органов и систем тесно связано между собой. Основной единицей является клетка.

К моменту достижения взрослого состояния организм человека состоит в среднем из трех миллиардов клеток. Из них сформированы все органы, органы объединены в системы, каждая из которых играет важную роль в жизнедеятельности



Тело человека состоит из органов.

внутреннее строение
тела человека

ГОЛОВНОЙ МОЗГ

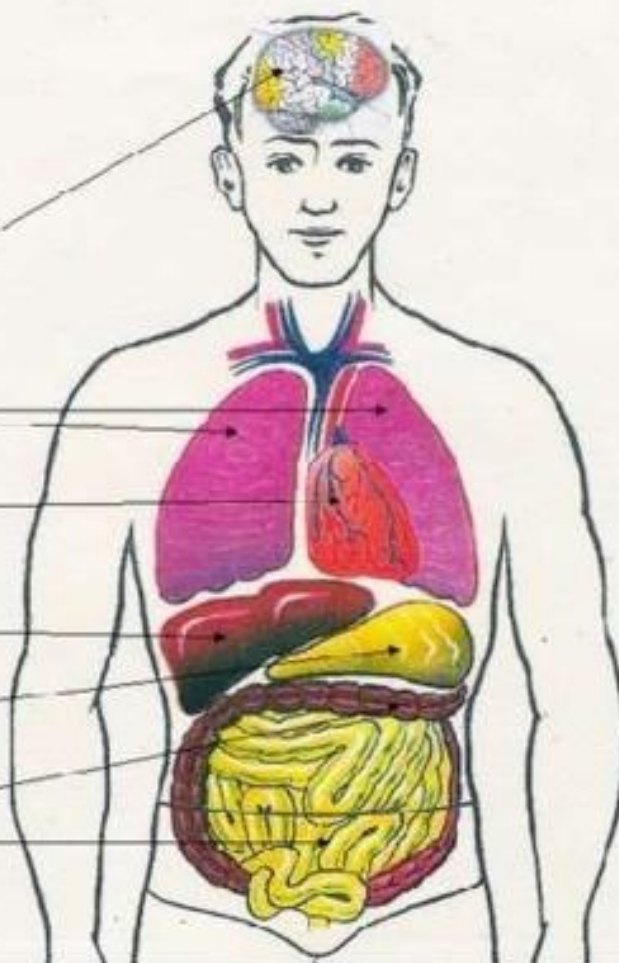
■ ЛЁГКИЕ

■ СЕРДЦЕ

■ ПЕЧЕНЬ

ЖЕЛУДОК

■ КИШЕЧНИК



| Системы организма человека | Их функции |
|------------------------------------|--|
| Сердечно-сосудистая система | В нее входят капилляры, артерии, вены, сердце. Основной функцией системы является перекачка крови, доставка ее ко всем органам. Левая часть сердца – «насос» для всего организма, правая часть сердечной мышцы доставляет кровь к легким с целью обогащения ее кислородом. |
| Пищеварительная система | Удовлетворяет потребность в пище и перерабатывает питательные вещества в необходимую энергию. Состоит из пищеварительного тракта: ротовой полости, пищевода, желудка, тонкой кишки, толстой кишки, заканчивается прямой кишкой. |
| Кожный покров | Кожа защищает людей от воздействия окружающей среды. Волосы, ногти тоже входят в |

| Системы организма человека | Их функции |
|-----------------------------------|---|
| Лимфатическая система | Главная функция – извлечение и транспортирование лимфы. |
| Скелетно-мышечная система | Состоит из скелета человека, в котором все кости совмещены друг с другом суставами, поддерживаются мышцами, прикрепленными к скелету сухожилиями. Изучение организма человека часто начинается с изучения строения скелета. В целом скелет состоит из 206 костей. |
| Нервная система | Нервная система несет в организме ответственность за информацию об организме и окружающей среде. Разделена на периферическую и центральную. |
| Репродуктивная система | Сложнейшая система, полностью отличается женская от мужской. Отвечает за продолжение рода человека. |

Загадки (организм человека):

Тело сверху прикрываю, Я опору телу составляю,
ходить, бегать, прыгать помогаю (Скелет).

Защищаю и дышу
Пот наружу выделяю,
Температурой тела руковожу (Кожа).

Висит мешочек небольшой:
То полный, то пустой.
В него вагончики бегут,
Пищу, жидкости везут.
Кипит работа целый день,
Нам помогать ему не лень.
Готовит пищу, нас питает,
А что не нужно выгоняет. (Желудок).

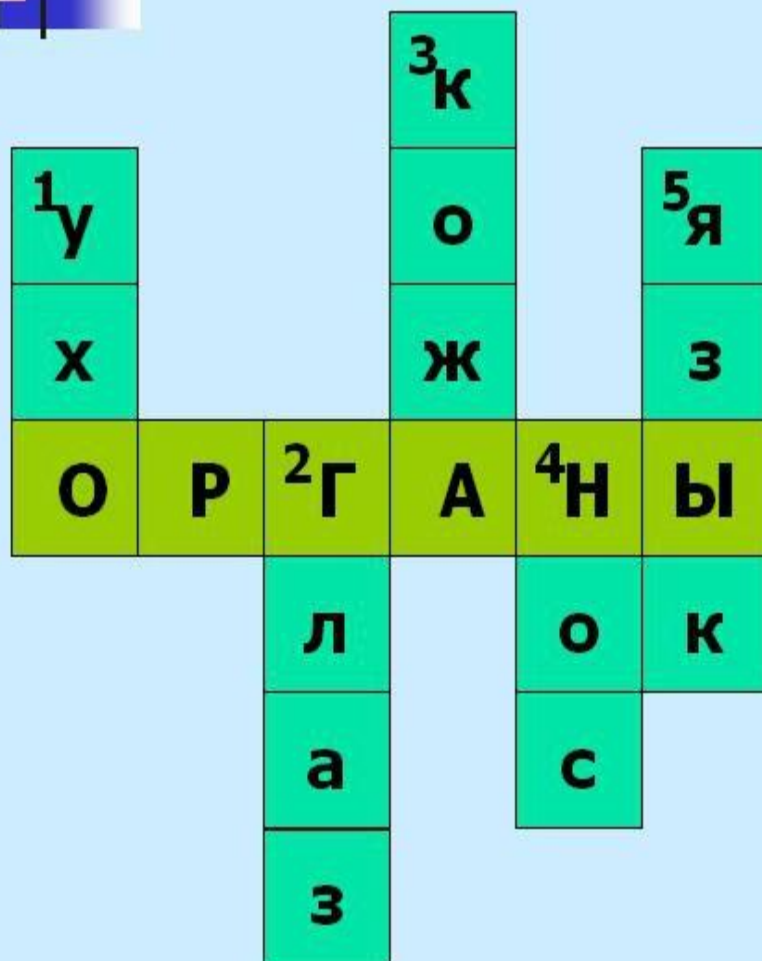
Загадки (организм человека):

Если б не было его,
Не сказал бы ничего.
Всегда он в работе,
Когда мы говорим,
А отдыхает,
Когда мы молчим (Язык).

По реке бежит вода, очень красная она.
По ней кораблики плывут, кислород, пищу нам везут,
От микробов защищают, и как могут – помогают (Кровь).

Мы части тела все связали,
Тоненькими паутинками нас назвали. (Нервы).

Разгадай кроссворд:



1. С помощью какого органа ты узнаешь, что запел соловей, зазвенел будильник?
2. С помощью какого органа ты видишь, что написано или нарисовано в книге?
3. Какой орган помогает узнать, колючие или мягкие хвоинки?
4. Какой орган помогает почувствовать запах хлеба, цветка, духов?
5. С помощью какого органа ты отличаешь сладкую пищу от горькой?