



## **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/>**

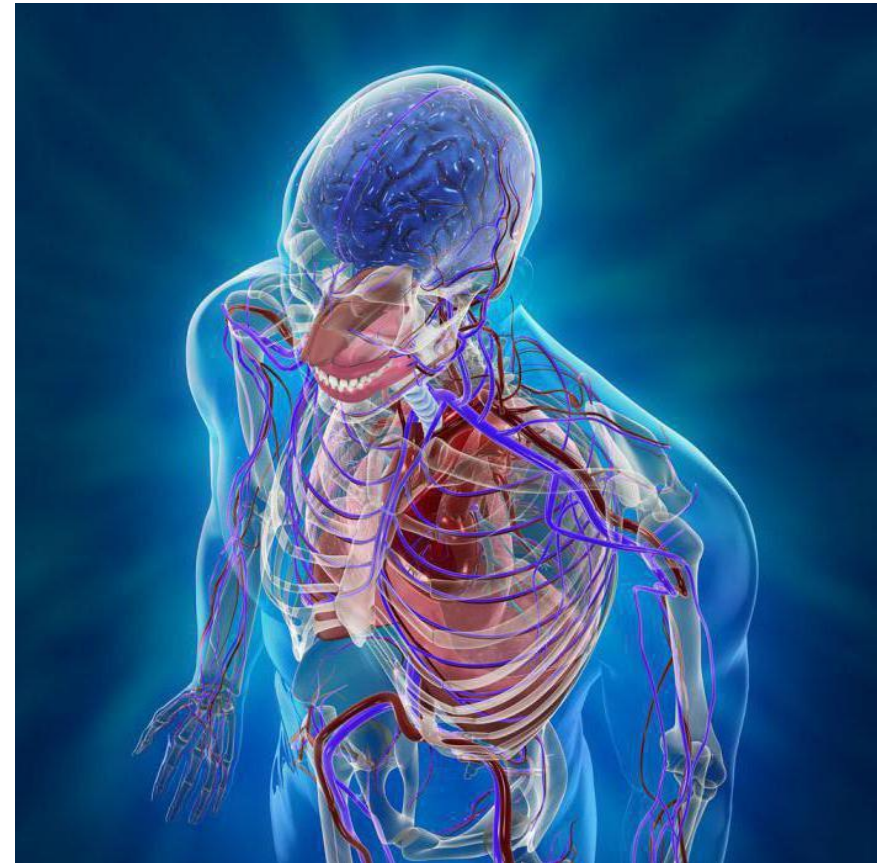
**Человеческий организм** – загадочный, самый сложный механизм, который способен не только совершать *физические действия*, но и *чувствовать, мыслить*.

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

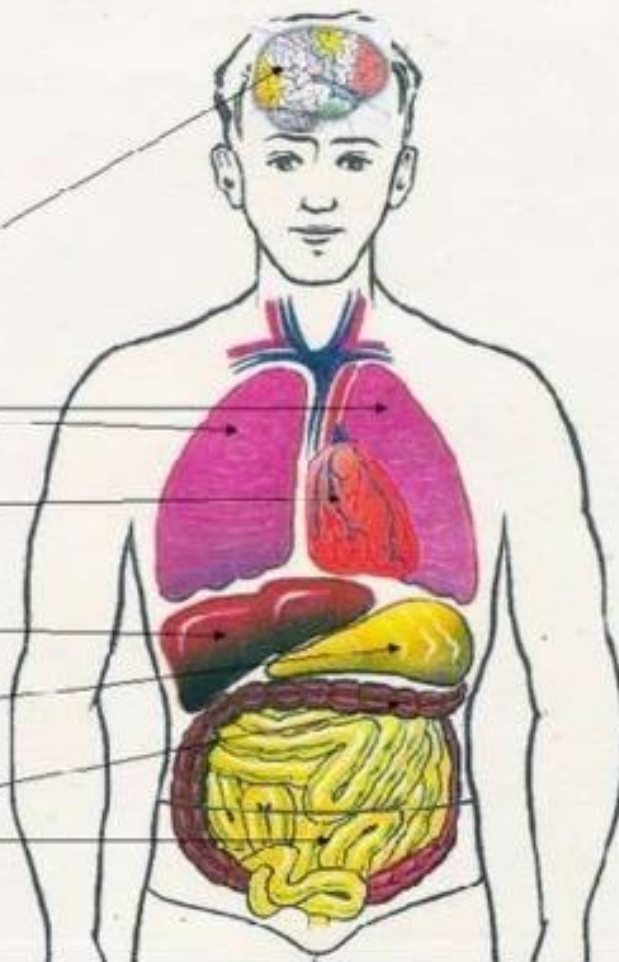
■ ЛЁГКИЕ

■ СЕРДЦЕ

■ ПЕЧЕНЬ

ЖЕЛУДОК

■ КИШЕЧНИК



<b>Системы организма человека</b>	<b>Их функции</b>
<b>Сердечно-сосудистая система</b>	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.
<b>Пищеварительная система</b>	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.
<b>Кожный покров</b>	Кожа защищает людей от воздействия окружающей среды. Волосы, ногти тоже входят в

<b>Системы организма человека</b>	<b>Их функции</b>
<b>Лимфатическая система</b>	Главная функция – извлечение и транспортирование лимфы.
<b>Скелетно-мышечная система</b>	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.
<b>Нервная система</b>	Нервная система несет в организме ответственность за информацию об организме и окружающей среде. Разделена на периферическую и центральную.
<b>Репродуктивная система</b>	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?