

## «Я И МОЕ ТЕЛО»

**Задачи:** закреплять знания о теле человека; совершенствовать навыки перемещения предметов, использования дыхательной гимнастики; активировать фантазию детей посредством создания «человека»; продолжать знакомить детей с окружающим миром, учить разгадывать загадки.

**Оборудование:** компьютер, проектор, 2 конуса, кубы (2 больших, 2 средних, 2 маленьких, 4 обруча, 6 красных и 6 синих кубиков, 2 металлических маленьких ворот, 2 шарика для н/тенниса, 8 гимнастических палок, 2 мяча, пара гантелей, 2 ленточки

### *Ход развлечения*

Дети входят в зал под музыку. Построение в полукруг.

**Воспитатель:** Здравствуйте, ребята. Сегодня мы поговорим с вами о строении человека. Из чего самое главное состоит человек? Конечно, это наши косточки, а все вместе они собираются в скелет. Кости в скелете соединены между собой суставами. Давайте посмотрим как они работают.

### *ОРУ без предметов:*

- Наклоны головы вправо-влево и вперед-назад;
- Вращение кистями рук;
- Вращение в локтевом суставе;
- Круговые вращения плечами руки вниз;
- Вращение в тазобедренном суставе;
- Приседания
- Вращение ступней.

Ребята, я расскажу вам интересный факт о костях. В нашем теле самой маленькой косточкой является кость, находящаяся в среднем ухе. Ее размер всего 3 мм, но она незаменима в нашем организме.

Молодцы, ребята. Продолжаем наше путешествие по телу человека. Следующее после костей, мышечная ткань человека. Именно благодаря мышцам наше тело становится сильным и ловким и мы можем перемещать даже тяжелые предметы.

**Воспитатель.** Интересный факт о мышечной системе человека – самая главная мышца в организме – сердечная мышца. Мы с вами даже можем услышать как она работает. Приложите ухо к груди своего товарища и вы услышите как стучит его сердце, перекачивая кровь по нашему организму.

### *Эстафета «Забей гол»*

Участвуют 2 команды по 3 человека. Каждая команда получает по одному шарiku для н/тенниса. Задача участника «забить гол в маленькие ворота» без помощи рук, дуя на шарик, находящийся на полу.

**Инструктор.** Вот наконец-то мы и узнали, из чего состоит человек внутри. А какие части тела имеет человек (*Ответы детей*). Предлагаю закрепить наши знания следующей эстафетой.

### *Эстафета «Собери человека»*

Участвуют 2 команды по 5 человек. Первый участник команды делает «тело человека» из обруча (красный/ синий, второй – «голову» из мяча, третий – «руки» из гимн. палок, четвертый – «ноги» из гимн. палок, пятый добавляет в руки «человека» предмет ленточки (если «тело»- красный обруч – «девочка») или гантели (если «тело»- синий обруч – «мальчик»).

### *Эстафета «Подарочки»*

(Около конусов рассыпаны кубики и стоит корзина. Нужно подбежать к конусу, сесть лицом к детям и зажав ступнёй кубик положить его в корзину.)

**Воспитатель.** Вот и закончено наше путешествие по телу человека. Теперь предлагаю проверить как работает наш организм. Одновременно мы будем смотреть, слушать и повторять движения за героями любимых мультфильмов.