

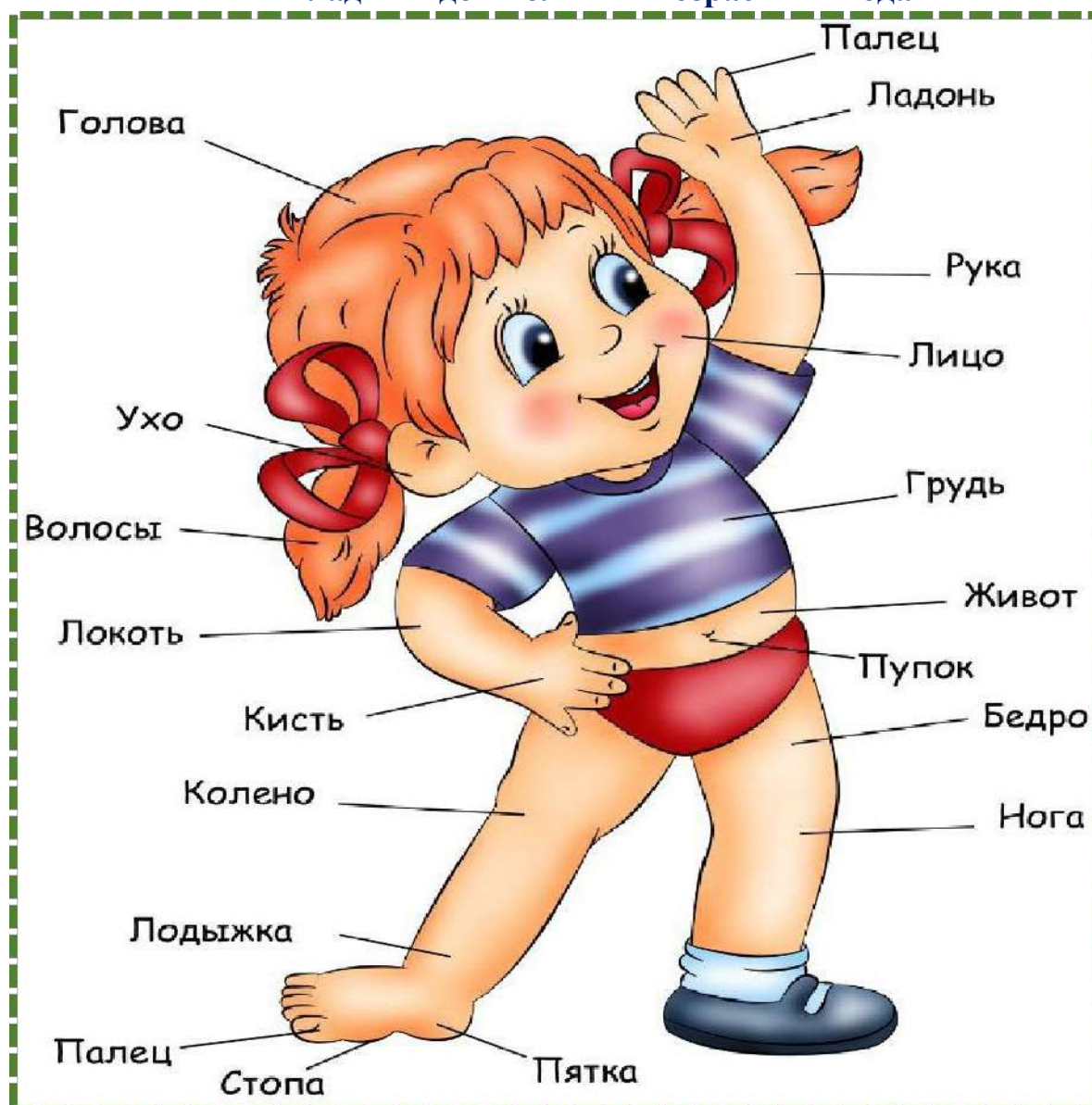
Консультация для родителей

«Тело человека»

ТЕЛО ЧЕЛОВЕКА

Детство - уникальный период жизни человека, в процессе которого формируется в том числе и здоровье. Уже в дошкольном возрасте необходимо формировать у детей главную позицию, направленную на укрепление и сохранение своего здоровья, которая в последствии стала бы потребностью, привычкой, элементарным навыком. Ребенок, изучая себя, особенности своего организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать своё здоровье.

Младший дошкольный возраст 2- 4 года



Воспитание потребности в здоровом образе жизни осуществляется по следующим основным направлениям:

- привитие стойких культурно-гигиенических навыков;
- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов.

Мы рекомендуем закреплять полученные знания в играх:

1. Рассмотрите с ребенком себя в зеркале. Назовите вместе части тела (туловище, голова, руки, ноги).
2. Посмотрите вместе фотографии в фотоальбоме (как я рос, родители в детстве, старшие дети). Отметьте с ребенком, что человек с возрастом меняется.
3. Поиграйте с ребенком в игру «Покажи, что назову». Вы называете части тела, а ребенок их показывает.
4. Рассмотрите совместно с детьми ладони мамы, папы, ребенка, нарисуйте с детьми работу на тему «Ладони нашей семьи».
5. **Поиграйте в игры:**

«Это я»

Это глазки. Вот. Вот.

(Указательными пальцами обеих рук показать на глаза)

Это ушки. Вот. Вот.

(Указательными пальцами обеих рук показать на уши.)

Это нос.

(Указательным пальцем правой руки показать на нос)

Это рот.

(Указательным пальцем правой руки показать на рот)

Там спинка.

(Показать обеими руками спину)

Тут живот.

(Показать обеими руками живот)

Это ручки. Хлоп. Хлоп.

(Похлопать руками)

Это ножки. Топ. Топ.

(Потопать ногами)

«Тело будем изучать».

Раз, два, три, четыре, пять –

Тело будем изучать *(шагать на месте.)*

Вот спина, а вот животик *(показать обеими руками свою спину, затем живот)*

Ножки *(потопать ногами)*

Ручки *(протянуть вперед руки и вращать кистями)*

Глазки *(указательными пальцами обеих рук показать на глаза)*

Ротик *(указательным пальцем правой руки показать на рот)*

Носик *(указательным пальцем правой руки показать на нос)*

Ушки *(указательными пальцами обеих рук показать на уши.)*

Голова *(положить руки на голову)*

Показать успел едва *(покачать головой из стороны в сторону)*

Шея крутит головой *(обхватить шею ладонями)*

Ох, устала! Ой – ой – ой-ой!

6. Для развития словаря и закрепления названия частей тела поиграйте в речевые упражнения:

«Скажи ласково»

Рука – ручка,
палец – пальчик,
ноготь- ноготок,
(ладонь, нога, колени, спина, живот, глаз, нос, рот, ухо, плечо, локоть,
пятка, шея, бровь, лоб, висок, затылок, ресницы)

«Один – много»

Глаз – глаза – много глаз
(волос, рот, ухо, лоб, голова, рука, нога, локоть, палец)

«Подумай и ответь»:

- Чем мы ходим?
- Чем мы смотрим?
- Чем мы слушаем?
- Чем мы работаем?
- Чем мы хлопаем?
- Чем мы думаем?
- Чем мы жуем?
- Чем мы нюхаем?

«Большой и маленький»

Зуб – зубик (глаз, нога, рука, нос, ухо, живот, спина, рот, язык).

**Средний дошкольный возраст
4-5 лет**

Дети должны усвоить: название основных частей тела; их функции; уметь различать правую и левую руку и ногу; пространственные направления (вверх- вниз, спереди – сзади, направо – налево, вперед – назад).

Поиграйте с детьми:

Предложите ребенку ответить на вопросы:

- Что на голове?
- Что на лице?
- Что на руке?
- Что на ноге?
- Что на туловище?

Упражнение «Подбери, называй, запоминай»: предложите ребенку назвать как можно больше слов-действий:

Глаза нужны для того, чтобы видеть, смотреть, рассматривать, читать...

Нос нужен для того, чтобы...

Язык нужен для того, чтобы...

Уши нужны для того, чтобы...

За волосами ухаживают так: их моют, расчесывают, вытирают, сушат...

За зубами ухаживают так: ...

За лицом ухаживают так: ...

Упражнение «Один – много»

(глаз – глаза, ухо – уши и т.д.)

Нос - ... палец - ... рука - ... рот - ... нога - ... лоб - ...

Что лишнее?

Ноги, руки, платье, туловище.

Лоб, рот, нос, рука.

Хвост, морда, плечи, лапы.

Хитрые вопросы

Как ты думаешь, что случится, если человек перестанет:

- умываться –
- чистить зубы –
- есть –
- пить –
- гулять –

Речевое развитие:

Собери предложение

Едой, перед, руки, мыть, надо.

Утрам, необходимо, по, зарядку, делать.

Обувал, ноги, мальчик, на, ботинки.

Употребь слово в нужной форме

Что? – уши.

У змей нет чего? –

Холодно чему? –

Отморозить что? –

Слушать чем? –

Девочки носят сережки в чем? -

Старший дошкольный возраст 5-7 лет

В старшем дошкольном возрасте дети должны понимать:

- зачем и как чистить зубы;
- зачем и как нужно беречь глаза, уши;
- что такое правильная осанка и для чего важно её сберечь на всю жизнь;
- для чего дошколятам необходим дневной сон;
- где находится сердце и почему оно «стучит»;
- иметь понятие о больном и здоровом организме, хорошем и плохом самочувствии;
- значение соблюдения режима дня и необходимость подвижного образа жизни и физических упражнений для укрепления здоровья.

«Познай себя»

Необходимо расширять представления детей об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Формировать представления о зависимости здоровья человека от питания, о здоровом образе жизни. Знакомить с возможностями здорового человека.

Формировать привычку следить за чистотой своего тела, опрятностью одежды. Познакомить с правилами закаливания организма, сохранения и укрепления здоровья. Прививать интерес к физической культуре и спорту. Воспитывать стремление вести здоровый образ жизни. Продолжать знакомить с видами спорта, известными российскими спортсменами, правилами спортивных игр.

Беседуйте с ребенком на темы: «Зачем человеку нужны глаза, уши, руки, ноги, зубы, нос?»; «Почему люди болеют?»; «Что может здоровый человек»; «Что делать, если ты заболел?»; «Где прячутся витамины?»; «Зеленая аптека: здоровье без лекарств»; «Чистота – залог здоровья»; «Полезные и вредные привычки»; «Как сохранить здоровье?»; «Как спорт помогает человеку быть здоровым?»; «Что такое здоровый образ жизни».

Обсудите с ребенком значение пословиц: «Здоровье дороже золота»; «Здоровье, ни за какие деньги не купишь»; «Добрый человек здоровее злого»; «Заболеть легко, вылечится — трудно»; «Сладко есть и пить — по врачам ходить»; «Ешь чеснок и лук — не возьмёт недуг»; «Недосыпаешь — здоровье теряешь»; «Кто много лежит, у того бок болит»; «Здоров будешь — всё добудешь»; «Держи голову в холоде, живот в голоде, а ноги в тепле»; «Двигайся больше, проживёшь дольше»; «Утро встречай зарядкой, вечер провожай прогулкой»; «Сидеть да лежать, болезни поджидать»; «Кто любит спорт, тот здоров и бодр».

Речевое развитие и обогащение словаря по теме:

Существительные: Человек, мужчина, женщина, ребенок; части тела, голова, лоб, ухо, нос, глаз, рот, губы, зубы, язык, подбородок, шея, рука, палец (большой, указательный, средний, безымянный, мизинец), нога, колено, спина, живот, волосы, ладонь, ноготь, локоть, кулак, туловище, грудь, плечо, сердце, ступня, носок, пятка, бровь, щека, ресницы, усы, прическа; органы; вкус, зрение, слух, обоняние, голос, речь.

Глаголы: Поднимать, нюхать, поворачивать, кивать, чистить, бегать, прыгать, топать, хлопать, махать, стучать, сидеть, улыбаться, смеяться, говорить, петь, слушать, согнуть, разогнуть, сжимать, разжимать, жевать, дышать, чувствовать, смотреть, видеть, слышать.

Прилагательные: Темный, светлый, чистый, грязный, длинный, короткий, широкий, узкий, взрослый, детский, сильный, слабый, злой, добрый, зубной, длинноволосый, рыжеволосый, темноволосый, синеглазый, кареглазый, длинноногий.

Поиграйте с ребёнком:

Игра "Посчитай"

Цель: Учить согласовывать числительные с существительными.

1 ухо, 2, 3 ..., 4 ..., 5 ушей

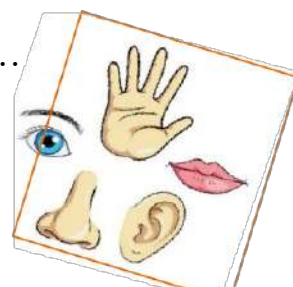
1 шея, 2 ..., 3 ..., 4 ..., 5 ...

1 нос, 2 ..., 3 ..., 4 ..., 5 ...

1 рука, 2 ..., 3 ..., 4 ..., 5 ...

1 живот, 2 ..., 3 ..., 4 ..., 5 ...

1 бровь, 2 ..., 3 ..., 4 ..., 5 ...



Игра «Как можно назвать человека?»

Цель: Учить образовывать сложные прилагательные.

например: У девушки длинные волосы, она длинноволосая.

У девушки длинные ноги, она...

У мальчика большие глаза, он...

У мальчика большой рот, он...

У женщины рыжие волосы, она...

У женщины светлые волосы, она...

У женщины темные волосы, она...

У мальчика голубые глаза, он...



Развитие связной речи и общей моторики.

Цель: Учить детей выполнять движения, согласно тексту стихотворения.

Есть на пальцах наших ногти,
На руках — запястья, локти.
Темя, шея, плечи, грудь
И животик не забудь.
Есть колени, есть спина,
Но она всего одна.
Есть у нас на голове
Уха два и мочки две.
Брови, скулы и виски,
И глаза, что так близки.
Щеки, нос и две ноздри,
Губы, зубы – посмотри!
Подбородок под губой.
Вот что знаем мы с тобой!



Прочитайте: «Про умное Здоровье» Автор сказки: *Ирис Ревю*

Посмотрите мультфильмы: «Про бегемота, который боялся прививок»,
«Митя и микробус», «Зубная быль».

Выполнила: *Шибко Т.С., воспитатель группы “Ягодки”*