

Рекомендации по теме «Я и моё тело».

Побеседуйте с ребёнком 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 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».

Расскажите и объясните ребёнку, какой орган, где расположен в нашем организме, как он работает, оберегает его от опасных заболеваний.

Научите называть части своего тела: голова, волосы, брови, ресницы, нос, рот, зуб, губа, нёбо, язык, щёки, ухо, виски, подбородок, лоб, затылок, шея, плечи, грудь, живот, спина, туловище, рука, нога, ладонь, кисть, ступня, палец, ноготь, локоть, колено, пятка.

Загадайте загадки:

Он бывает самым разным:

Добрым, вредным,

Гордым, важным,

Длинным, маленьким, горбатым,

Толстым, тонким, конопатым (*нос*)

У зверюшки – на макушке,

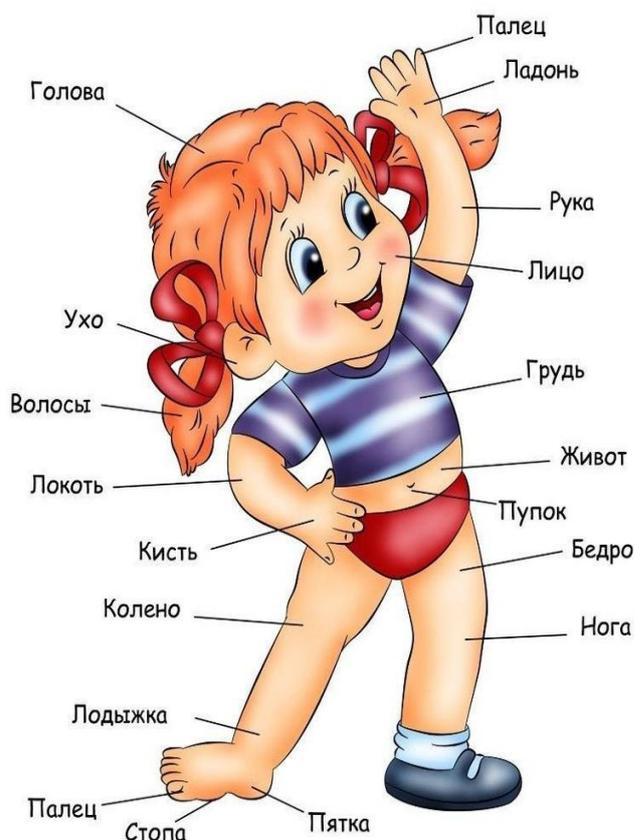
А у нас – ниже глаз (*уши*)

Два Егорки живут возле горки,

Живут дружно, а друг на друга не глядят (*глаза*)

За красными жердочками сидят белые курочки (*рот: губы, зубы*)

Их не сеют, не сажают, они сами вырастают (*волосы*)



Поиграйте в словесные игры:

«Скажи со словами один, одна, одно, одни»

Один язык. Одна голова. Одно ухо.

Одно лицо. Одни зубы.

(голова, уши, нос, рот, зубы, язык, затылок, лицо, лоб, руки, ноги).

«Чего у человека много?»

- У человека много волос, зубов, ногтей, пальцев, ресниц.

Что у человека можно сосчитать?

- У человека можно сосчитать руки, ноги, пальцы, зубы...

Что у человека нельзя сосчитать?

- У человека нельзя сосчитать волосы, ресницы.

«Не ошибись» (употребление притяжательных местоимений «мой», «моя», «мои»)

- Про какую часть тела можно сказать «моя»? (моя голова, моя нога ...)

- Про какую часть тела можно сказать «мой»? (мой нос, мой лоб ...)

- Про какие части тела можно сказать «мои»? (мои волосы, мои щёки ...)

«Подбирай, называй, запоминай»

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, расчёсывают, вытирают, сушат.

За зубами ухаживают так:

За лицом ухаживают так:

«Найдем хозяина» (взрослый произносит начало предложения, а ребёнок заканчивают его; затем ребёнок повторяет предложение и показывает те части тела, о которых идет речь).

Ресницы нужны (глазам).

Локти нужны (рукам).

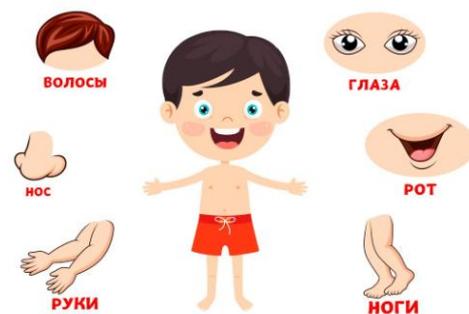
Пятки нужны (ногам).

Волосы нужны (голове).

Лопатки нужны (спине).

Пальцы нужны (ладошкам).

Колени нужны (ногам).



По материалам интернет-ресурсов.

Подготовил воспитатель
МДОУ «Детский сад № 95»
Сапогова М.С.