

Познай своё тело

Старшая группа «Б»
Детский сад № 100 ОАО
«РЖД»

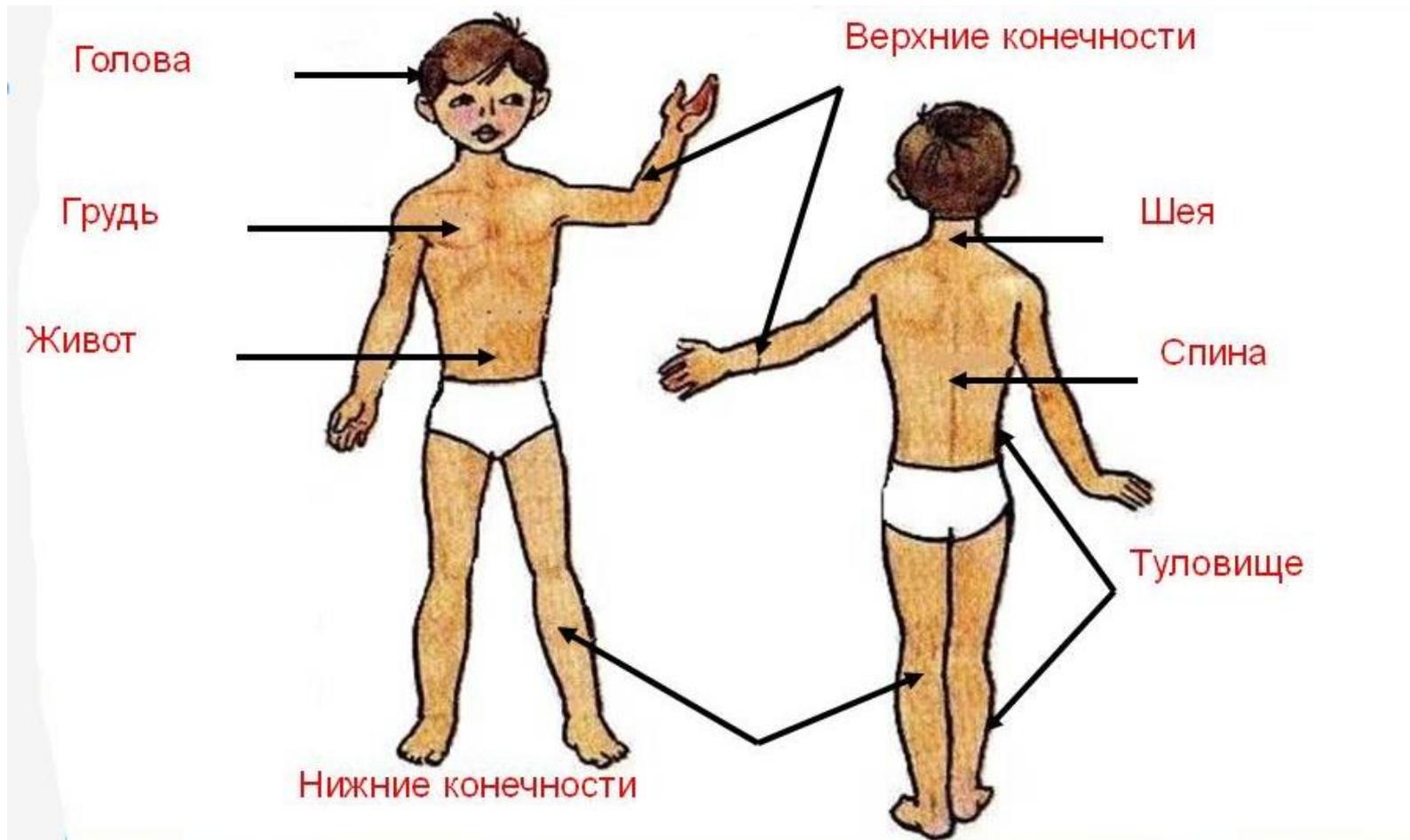
Кто такой человек?

**Человек – это живое
существо
обладающее даром
речи, мыслить,
размышлять и
способностью произ-
водить орудия труда
и пользоваться ими.**

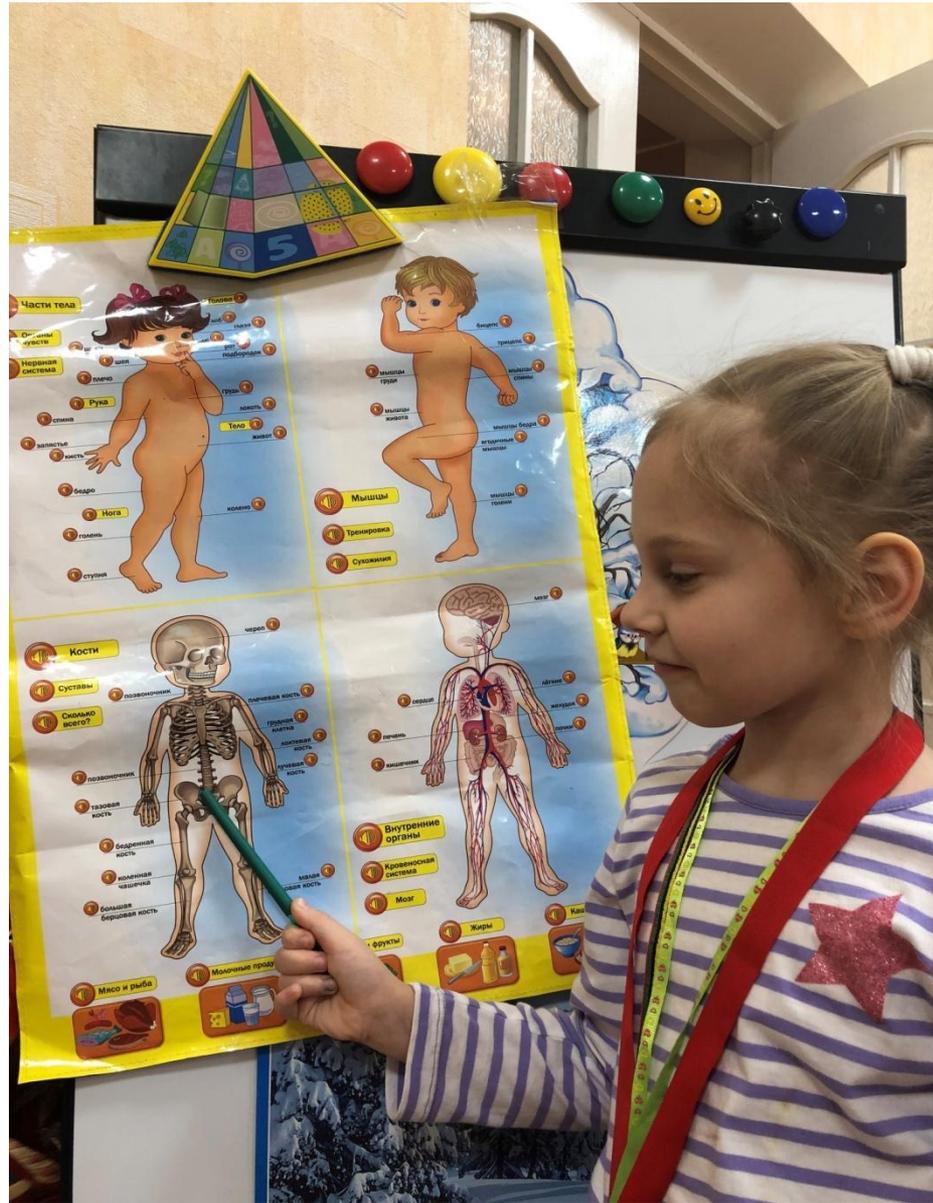


Строение человека

Внешнее строение человека – это части тела человека



Внутреннее строение человека



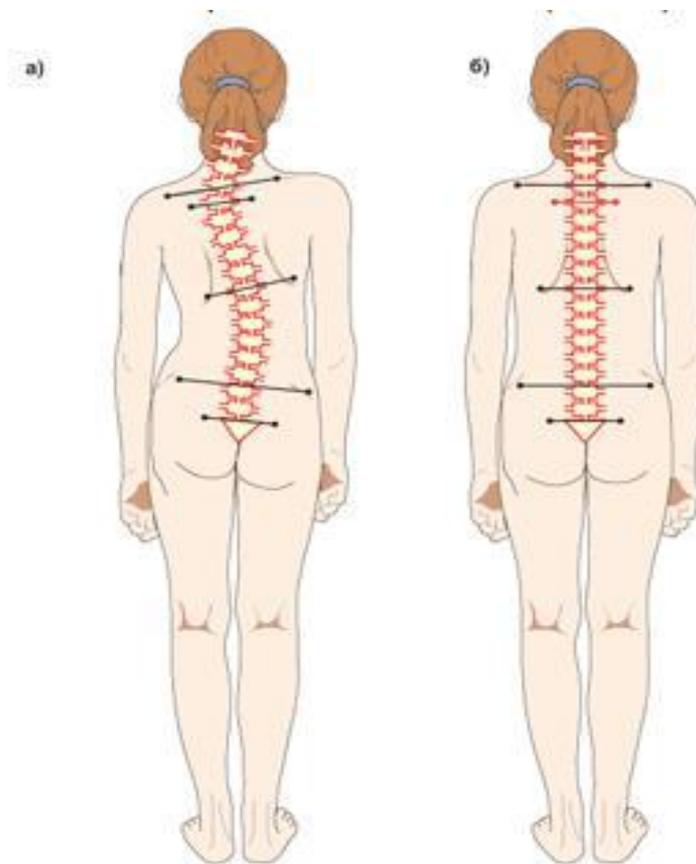
Скелет – это наша опора и защита

Скелет состоит из огромного количества костей, скрепленных друг с другом. Благодаря ему мы можем двигаться.



Основой скелета является ПОЗВОНОЧНИК

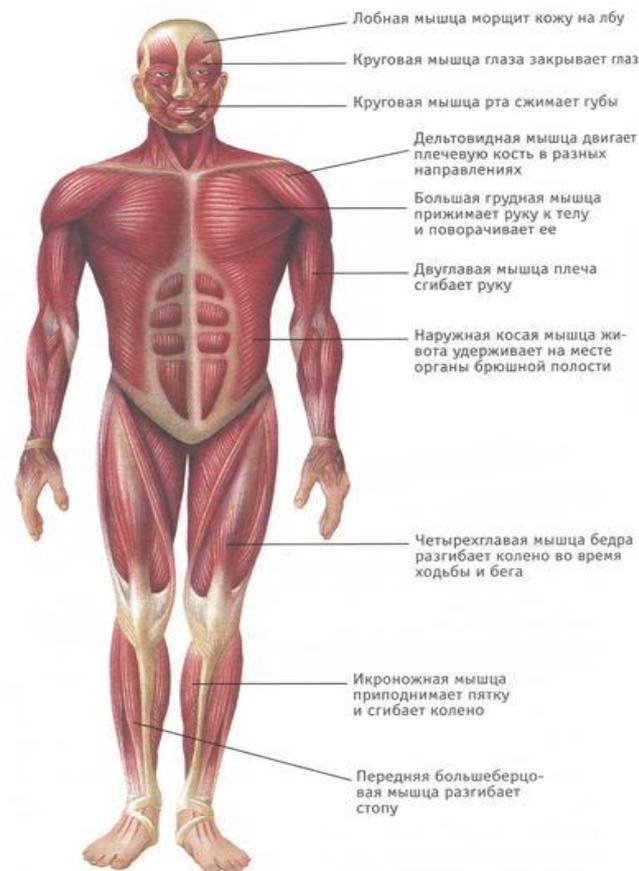
Если часами сидеть за
столом или партой
изогнувшись,
позвоночник может
искривиться. Это
некрасиво и вредно
для здоровья!
Поэтому следи за
своей осанкой и
береги ее смолоду!





Мышцы

**Все тело
человека
покрывают
мышцы.
Благодаря им
мы движемся.**



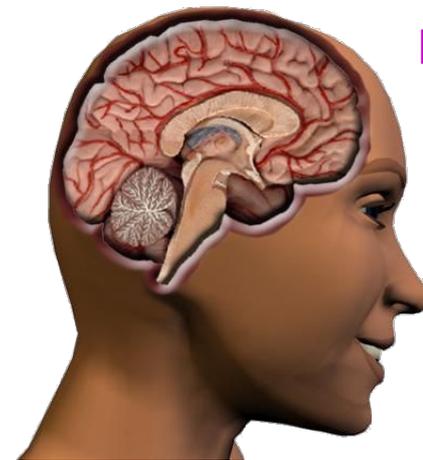
Мышцы и скелет образуют опорно – двигательную систему человека



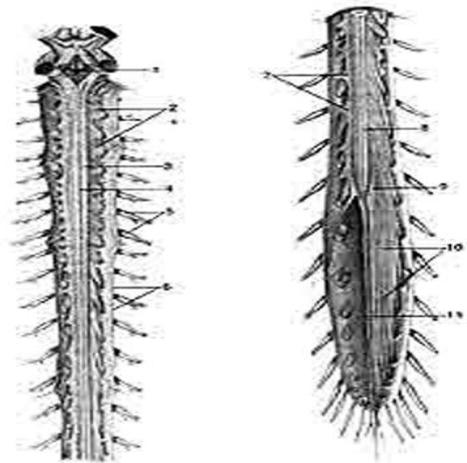


Кто управляет нашим телом?

Мозг! Вернее, даже два мозга. Спинной мозг находится в канале твоего позвоночника, а головной мозг надежно укрыт в черепе.



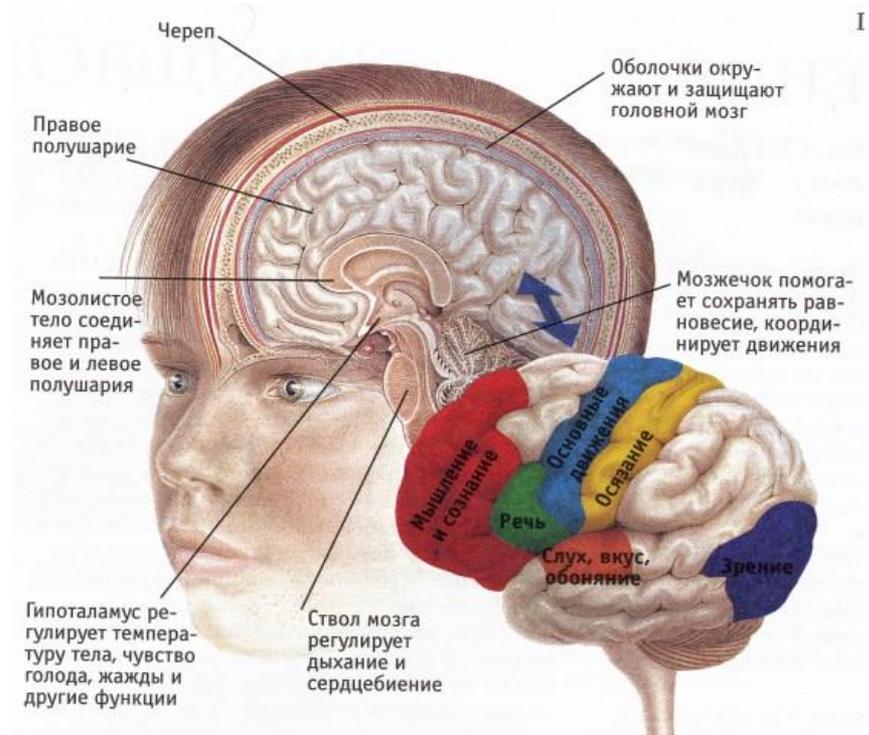
**Головной
мозг**



**Спинной
мозг**

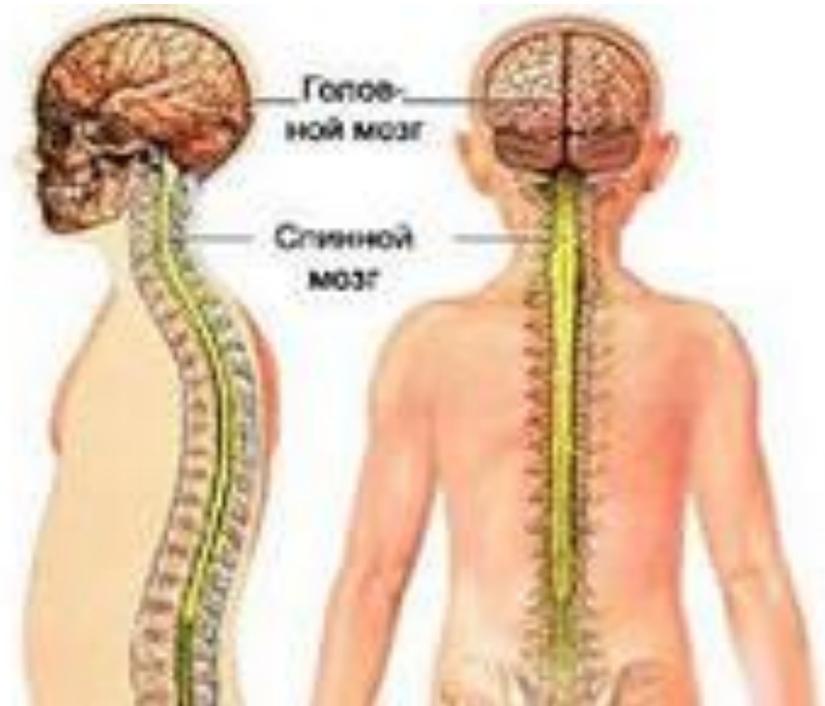
Головной мозг

Головной мозг отвечает за мысли и чувства. Мозг похож на мощный компьютер. Он принимает самые разнообразные сигналы — звуки, запахи, изображения, распознает и обрабатывает их. Компьютер умеет считать, ты тоже можешь складывать числа. Компьютер хранит в памяти разные сведения, и ты помнишь номер своего телефона и домашний адрес.



Спинной мозг

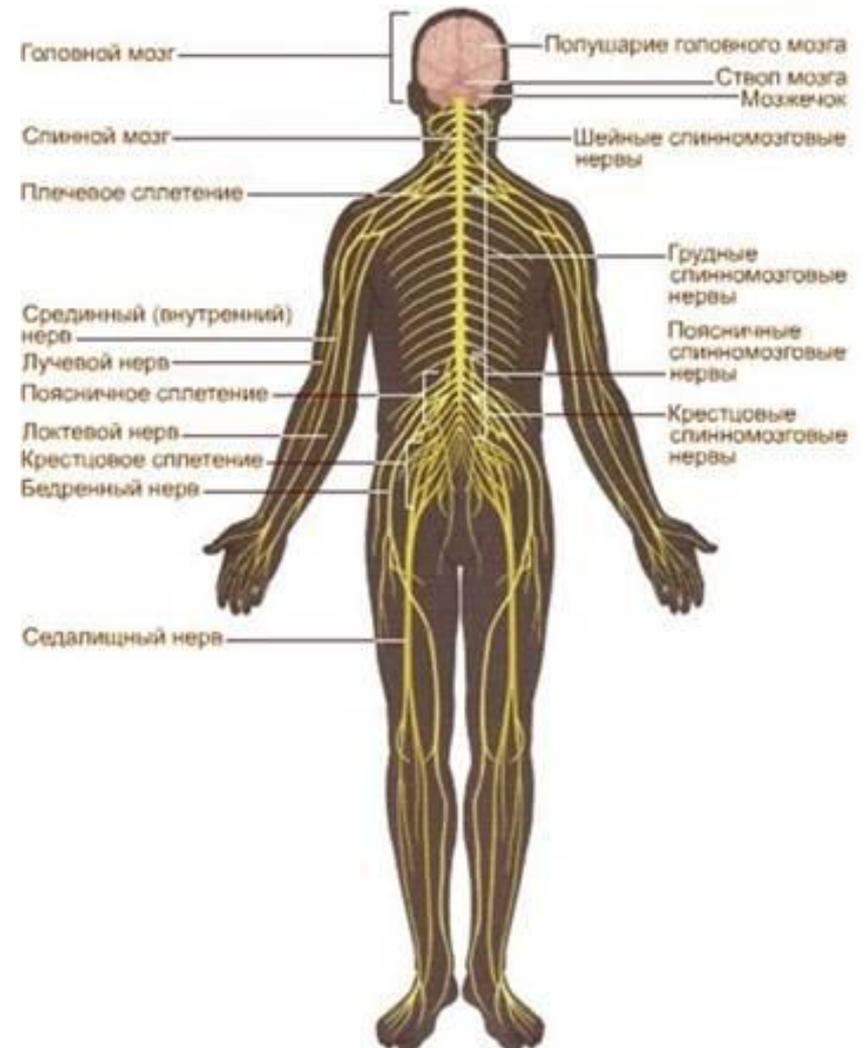
Спинальный мозг передает информация от головного мозга к разным частям тела и обратно. Важная роль принадлежит спинному мозгу и в рефлексах. Если, например, человек дотронется до чего-нибудь острого, импульсы поступят через спинной мозг к двигательным нервам, которые тут же заставят мышцы отдернуть руку от опасного предмета.



Нервная система человека

Мозг состоит из миллиардов нервных клеток — нейронов. Нервные клетки объединяясь, образуют коммуникационную сеть тела - нервную систему, которой управляет головной мозг.

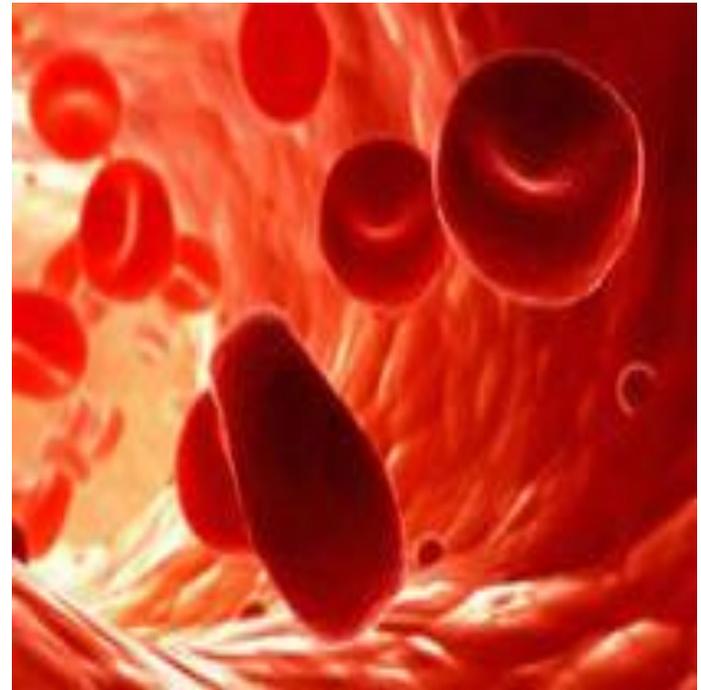
По нервной системе передается информация в мозг и обратно.





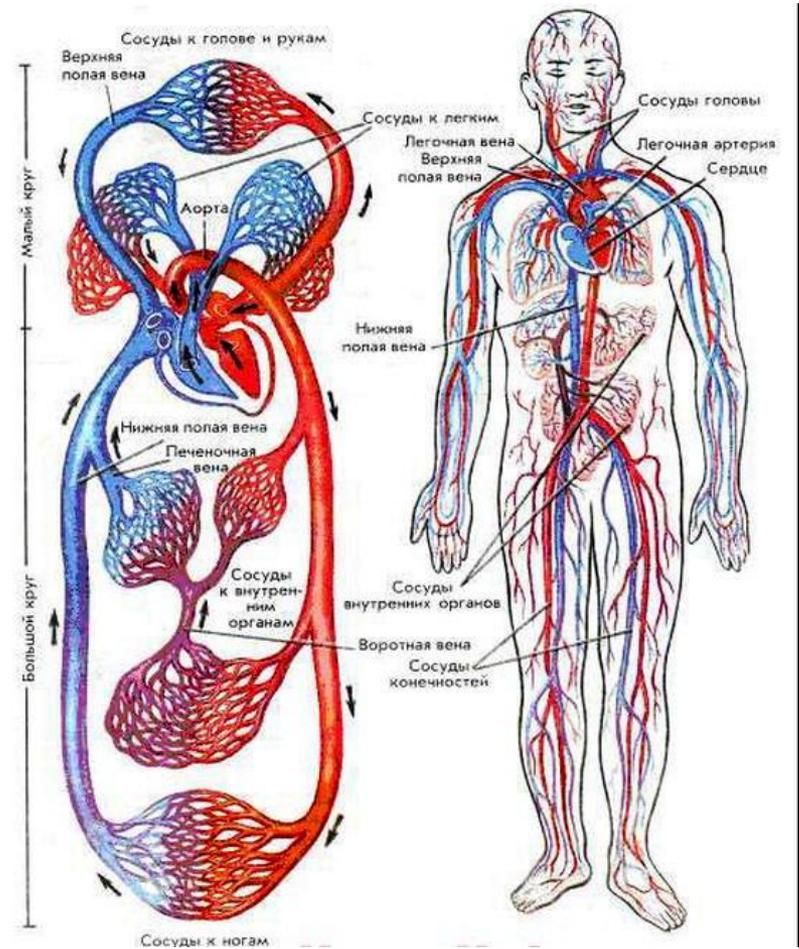
Кровеносная система человека

Кровь — самая важная жидкая ткань нашего организма. Кровь снабжает миллиарды клеток тела необходимыми веществами и удаляет отходы. Она борется с инфекциями и восстанавливает поврежденные кровяные клетки.



Кровеносная система

Кровь движется по сосудам, образуя кровеносную систему человека. Сосудами пронизано все тело человека.



Внутренние органы человека

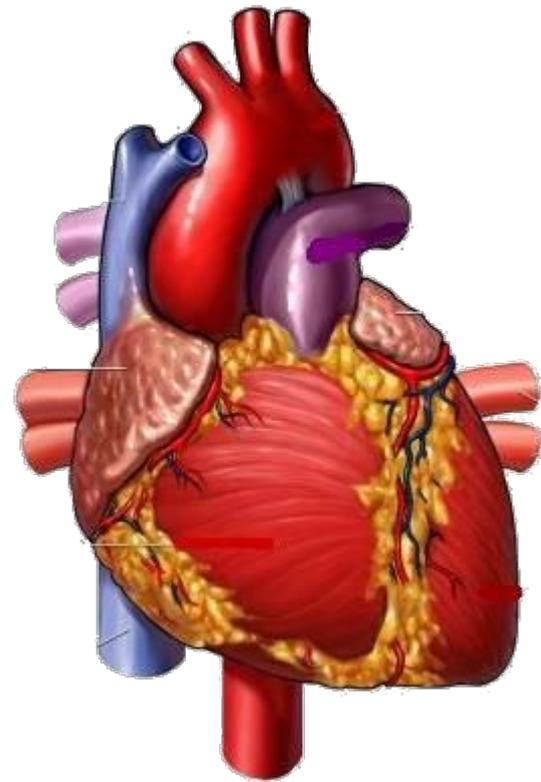
Внутри человека находятся внутренние органы, необходимые ему для жизни

Сердце

Сердце – главный орган человека. Сердце - это мощный насос, непрерывно качающий кровь.

Послушайте как бьется ваше сердце!

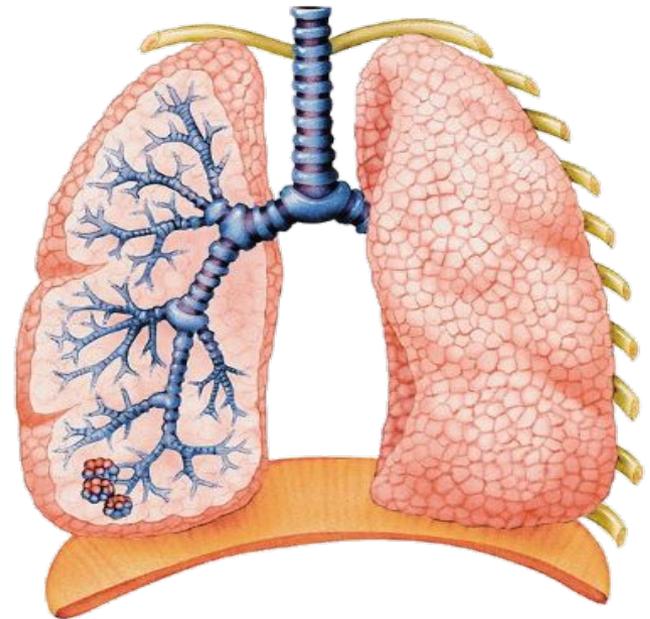
Для того чтобы сердце было здоровое его нужно тренировать – **заниматься спортом!**



Легкие

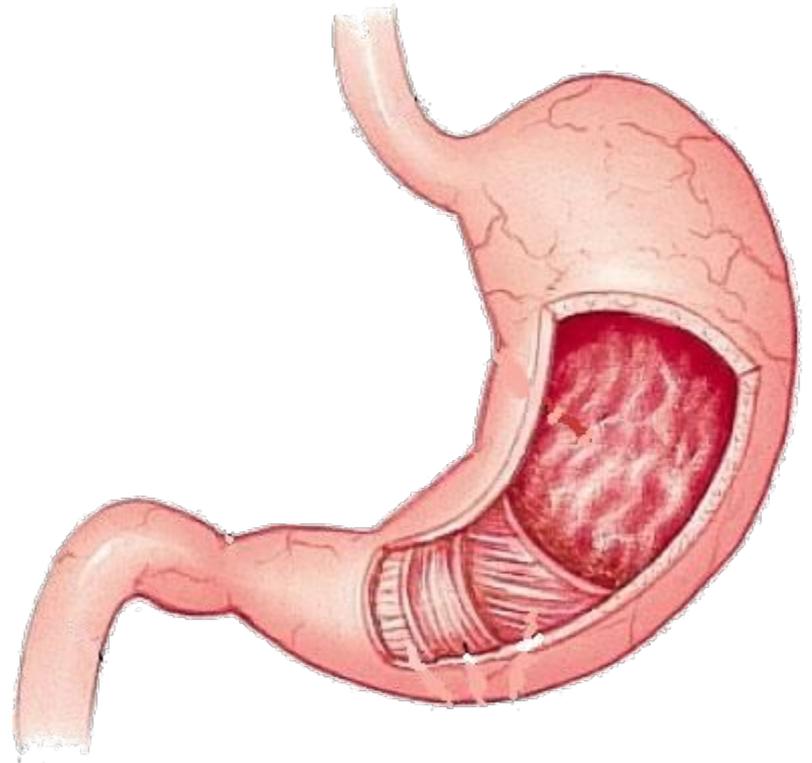
Легкие нужны нам для дыхания. Они располагаются в грудной полости по обе стороны от сердца. Благодаря работе легких в организм человека поступает кислород и выделяется углекислый газ

Попробуйте **глубоко**
вдохнуть и медленно
выдохнуть воздух. Что вы
чувствуете?



Желудок

Желудок нам необходим для переваривания пищи. Он похож на мешочек. В нем пища переваривается, а питательные вещества из нее попадают в кровь.



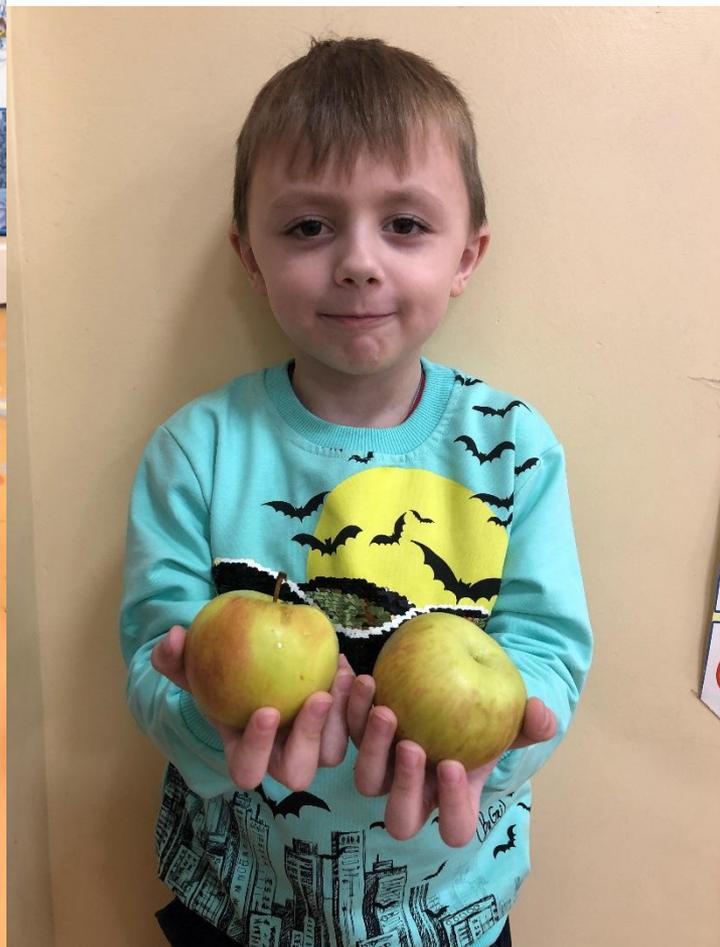
**Чтобы желудок был здоров необходимо питаться
правильно!**

Что мешает желудку?

**Еда всухомятку, на бегу, обилие острой, сухой или
грубой пищи плохо влияет на твой желудок. В
результате может развиваться его заболевание —
гастрит. Порой он возникает у детей, которые
пропускают обед, лишь перекусывая бутербродом.**

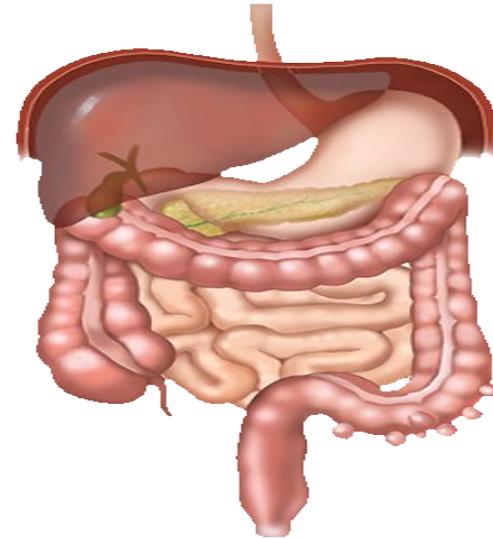
**Еда урывками, во время посторонних занятий
отвлекают желудок от правильной работы.**

**Питаться лучше в одно и то же время несколько раз
в сутки. При этом желудок будет работать четко, как
по графику!**

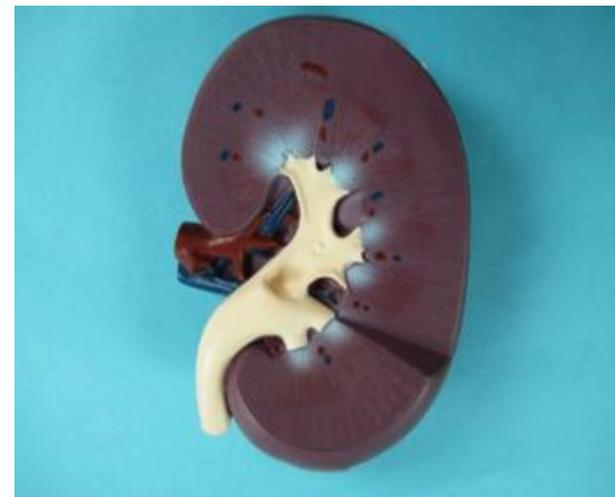


Кишечник и почки

Кишечник и почки это органы выделения. Они выделяют из организма ненужные и вредные вещества. Почек у человека две.



Кишечник

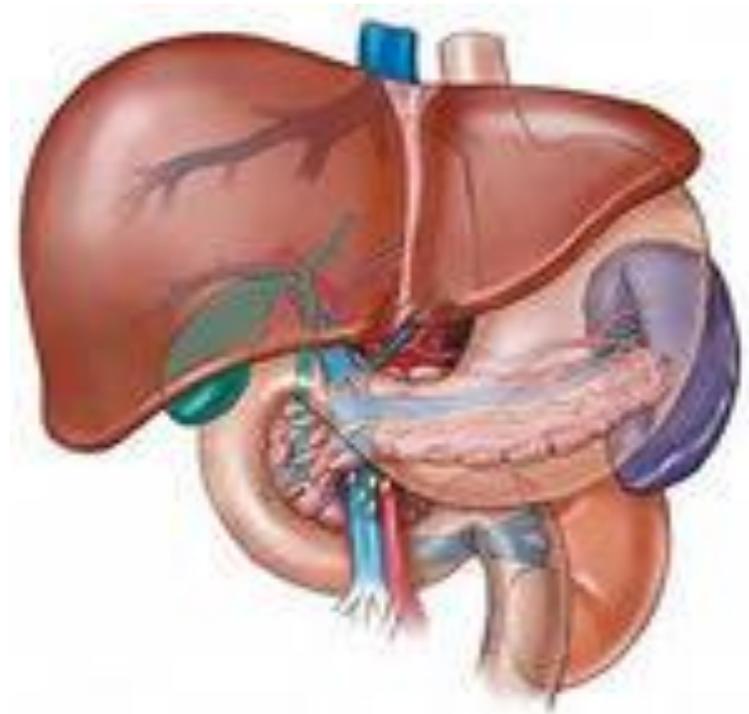


Почки

Печень

Печень - один из самых крупных внутренних органов нашего тела.

Печень играет главную роль в переработке питательных веществ. В ней накапливаются витамины, а также минеральные вещества



Что нужно делать для того чтобы
сохранить свое тело здоровым?



С/р игра «Больница»



Будьте
здоровы!!!