**Консультация для воспитателей**

**на тему:**

**«Методика работы по ознакомлению детей со своим организмом»**

Воспитатель: Булай Н.А.

МКДОУ № 14

Каждый ребенок хочет быть сильным, бодрым, энергичным: бегать не уставая, кататься быстро на велосипеде, мастерски плавать, играть с ребятами во дворе, не мучатся головными болями или бесконечными насморками. Плохое самочувствие, болезни являются причинами отставания в росте, неуспеваемости, неважного настроения. Поэтому каждый должен думать о своем здоровье, знать свое тело, научиться заботиться о нем, не вредить своему организму.

Педагоги используют различные формы организации физической активности: утренняя гимнастика, физкультурные занятия, физкультминутки, физические упражнения после сна, подвижные игры в помещении и на воздухе, спортивные игры, развлечения, физкультурные праздники, дни здоровья. Эти формы работы необходимы для формирования у детей правил безопасного поведения и для здорового образа жизни. Проводятся занятия по формированию у детей навыков личной гигиены.

На занятиях педагоги знакомят детей с тем, как устроены тело человека, его организм; в доступной форме, демонстрируя иллюстрационный материал, рассказывают об анатомии и физиологии основных систем и органах человека. Рассказывают детям: ты – человек, мальчик или девочка. У тебя, как и у всех ребят, есть голова и живот, спина и грудь, ноги и руки, глаза и уши. Что твое тело тебя слушается. Захочешь – сядешь, захочешь – встанешь, захочешь – ляжешь, захочешь – побежишь. Как работает твое сердце, твои легкие, твои мышцы, твой мозг; почему ты все время вдыхаешь и выдыхаешь воздух, и не можешь пробыть, даже несколько минут не дыша;по всему твоему телу постоянно бегает кровь, куда и зачем она бежит; твое тело пронизано густой сетью совсем тоненьких ниточек – нервов, все они направляются к самому главному органу – мозгу, который надежно спрятан внутри головы. У тебя есть и органы чувств – это глаза, уши, нос, язык и кожа, они рассказывают о том, что тебя окружает.

Надо сказать, что человек устроен довольно сложно. Рассказывая об устройстве и работе организма, педагог обращает внимание детей на его сложность и хрупкость, а так же необходимость бережного отношения к своему телу, уходу за ним.