**Конспект занятия для детей подготовительного возраста «Мои помощники - глаза»**

**Цель:** уточнить представление детей об анализаторе человека – как глаз; воспитывать у дошкольников ценностное отношение к своему здоровью, тренировка зрительных ощущений.

**Ход занятия:**

В гости к ребятам приходит человечек «Здоровейка».

Здоровейка: Здравствуйте, ребята, я очень рад видеть Вас! Как ваше здоровье? Пришёл я к вам сегодня для того, чтобы пригласить вас в страну «Здоровья». Мне кажется, вам там будет интересно. Ну, что идём?

Здоровейка: В стране «Здоровье» окажется только тот, кто назовёт мне органы человека.

Дети: Сердце, печень, почки, уши, нос, глаза и т.д.

Здоровейка: Молодцы, ребята, вот мы и в стране «Здоровья». Я уже вижу домик, интересно, с кем мы сейчас повстречаемся? Давайте постучимся (Стучатся). Кто в домике живёт? Никто не открывает. Ребята, нужно отгадать мою загадку, и тогда откроются двери.

Загадка:

Два соседа – непоседы,

Днём на работе – ночь на отдыхе.

Дети: Глаза.

Здоровейка: Да, это глаза. Днём глаза смотрят, моргают, прищуривают, а ночью вместе с нами отдыхают.

Из домика появляется человечек с большими глазами.

Здоровейка: А вот и хозяин – весёлый человек. Здравствуйте. Обратите внимание на лицо человечка, скажите, есть в лице что-то необычного?

Дети: У него большие глаза.

Здоровейка: А для чего нам нужны глаза?

Дети: Чтобы смотреть, видеть, чтобы не упасть, цветы различать, книжки читать, телевизор смотреть, плакать.

Здоровейка: Совершенно верно. Попробуйте придумать ему имя.

Дети: Глазастый, Видик, Смотрилкин, Большеглазый, Луноглазый, Всевидящий, Глазкин.

Здоровейка: Хорошо, пусть это будет Видик. А теперь присаживайтесь поудобнее, и мы рассмотрим, из каких частей состоит наш глаз (вывешивается плакат)

Здоровейка: У галаза есть верхнее веко, с ресницами и нижнее веко, с ресницами. В центре находится чёрная точка, которая называется зрачок, а вокруг зрачка располагается радужная оболочка. У каждого она своего звета.

Что есть у глаза сверху и снизу? Внутри глаза?

Дети: Вернее веко, с ресницами и нижнее веко, с ресницами, зрачок и радужная оболочка.

Здоровейка: Все сели за стол, взяли в руки зеркало и рассмотрели радужную оболочку своих глаз. Перед вами лежат рисунки глаз, надо раскрасить радужную оболку цветом своих глаз. (дети берут карандаши и раскрашивают)

Здоровейка: Ребята, какого цвета глаза у людей?

Дети: Голубые, зелёные, карие, серые, смешанные.

А сейчас подошли все к нашей полянке «Здоровья». Проведём Физминутку.

Физминутка:

Вот какая стрекоза- как горошины глаза.
*(Пальцами делают очки.)*
Влево- вправо, назад- вперед-
*(Глазами смотрят вправо- влево.)*
Ну, совсем как вертолет.
*(Круговые движения глаз)*
Мы летаем высоко.
*(Смотрят вверх.)*
Мы летаем низко.
*(Смотрят вниз.)*
Мы летаем далеко.
*(Смотрят вперед.)*
Мы летаем близко.
*(Смотрят вниз.)*

Здоровейка: Отдохнули, а теперь идём к домику весёлого человечка. Он приготовил нам интересные картинки с изображением животных. Я думаю, что вы все знаете, что у животных, птиц, насекомых, рыб – есть глаза, но они все разные по размеру (показывает картинки)

Здоровейка: У медведи не глаза?

Дети: Глазищи.

Здоровейка: А как можно сказать про лисьи глаза?

Дети: Глазки.

Здоровейка: У зайчонка?

Дети: Глазки.

Здоровейка: Видик приготовил для вас разноцветную слюду. Давайте посмотрим на окружающий мир, как через разноцветные очки. Что вы видите?

Дети: Я вижу окружающий мир в розовом цвете.

Я зелёным вижу мир.

Я в голубом цвете.

Я в жёлтом цвете.

Здоровейка: Ребята, хотя у людей разная оболочка глаз, но предметы, цвета мы все видим одинаково.

Здоровейка: Ребята, а кто знает, что такое очки? И почему люди носят очки?

Дети: Очки улучшают зрение. Бабушки и дедушки носят очки. Очки нужны, чтобы лучше видеть.

Здоровейка: Ребята, для того, чтобы наши глаза не болели, не уставали и лучше видели, нужно делать для них гимнастику.

 Физкультура для глаз:

Сели поудобнее, плечи выпрямили.

1. Крепко зажмурить глаза на 3-5 секунд, затем открыть их.

2. Быстро моргать в течение 15 секунд. Повторить 3-4 раза.

3. Закрыть глаза и массировать веки круговыми движениями пальца в течение 1 минуты.

Здоровейка: Отлично, наши глаза отдохнули, а теперь пора возвращаться и в детский сад, но через "ворота" смогут пройти только те дети, которые знают правила "как беречь глаза".

Игра каждому выходящему ребенку бросается мяч, а он говорит правило.

Дети: Книжки надо читать сидя, а не лежа.

Нельзя смотреть телевизор близко.

Делать гимнастику для глаз.

Чтобы свет всегда падал слева, когда занимаемся.

Нельзя смотреть долго на солнце.

Не бросать в глаза песком.

Здоровейка: Давайте еще раз вспомним, из каких частей состоит наш глаз.

Дети: Глаз состоит из верхнего века с ресницами.

Из нижнего века с ресницами.

Из зрачка.

Из радужной оболочки.

Здоровейка: Спасибо нашему волшебному человечку, ведь благодаря нему мы так много узнали о своих глазах. До скорых встреч. До свидания.