



**БИБЛИОТЕКА ВОСПИТАТЕЛЯ**



Е.А. Алябьева

# **ЗНАКОМИМ ДЕТЕЙ С ЧЕЛОВЕЧЕСКИМ ОРГАНИЗМОМ**

Сказки, рассказы, игры, стихи,  
загадки для детей 6—9 лет



Издательство «ТЦ СФЕРА»



**БИБЛИОТЕКА ВОСПИТАТЕЛЯ**

---

Е.А. Алябьева

# ЗНАКОМИМ ДЕТЕЙ С ЧЕЛОВЕЧЕСКИМ ОРГАНИЗМОМ

Сказки, рассказы, игры, стихи, загадки  
для детей 6—9 лет

На книги этой серии  
(в комплекте с журналом «Воспитатель ДОУ»)  
можно подписаться на почте по каталогам:

«Роспечать» — 80899,  
«Пресса России» — 39755,  
«Почта России» — 10395.

Библиотека Воспитателя выходит ежемесячно



Издательство «ТЦ СФЕРА»

УДК 373  
ББК 74.100.5  
А60

**Алябьева Е.А.**

**А60** Знакомим детей с человеческим организмом. Сказки, рассказы, игры, стихи, загадки для детей 6—9 лет. — М.: ТЦ Сфера, 2015. — 128 с. — (Библиотека воспитателя). (8)

ISBN 978-5-9949-1305-5

В методическом пособии представлены авторские сказки, рассказы, дидактические игры и упражнения, стихи, загадки, игры-путешествия по ознакомлению старших дошкольников с человеческим организмом, профилактикой заболеваний и безопасностью жизнедеятельности.

Материал поможет педагогам разнообразить методы и формы организации познавательной деятельности детей, сформировать у них осознанное отношение к своему организму и здоровью.

Методическое пособие адресовано педагогам ДОО, учителям начальных классов, гувернерам, родителям.

## От автора

Забота о здоровье ребенка состоит не только в правильно организованном питании и отдыхе. Современный человек должен хорошо знать свой организм, его потребности и возможности. Без этого нельзя сохранить и приумножить свое здоровье. Пренебрежительное или безразличное отношение к собственному телу и здоровью приводит к раннему старению, болезням. С раннего детства, формируя самосознание ребенка, взрослые должны дать ему знания о своем физическом «Я», состоящем не только из внешних, но и внутренних органов человеческого тела. Понимание простейших физиологических процессов, происходящих в человеке, часто удерживает детей от вредных привычек и необдуманных поступков.

Образовательные программы последнего поколения предусматривают это направление работы. Детей знакомят с понятием «здоровье», объясняют, как его беречь и что значит быть здоровым; дают представление о строении человеческого тела (позвоночник, органы дыхания, пищеварения, кровообращение); вводят понятия «вирусы», «микробы», рассказывают о том, как предупредить болезни и что нужно делать, если заболел; дают знания о пользе витаминов и закаливания.

В ДОО проводят специальные занятия, беседы, читают познавательную литературу, организуют дидактические игры, досуги и т.п. На доступном детям языке воспитатели стремятся привить интерес к собственному организму и здоровью, формируют желание быть здоровым и делать для этого все возможное.

Познавательные рассказы о профилактике детских заболеваний и травм помогают детям увидеть проблему глазами героев произведения, таких же маленьких, как они. Жизненные ситуации позволяют как бы примерить их на себя, идентифицироваться с Машей или Алешкой, о которых говорится в рассказе.

Большое значение в жизни детей имеет сказка. Она учит доброму и вечному, помогает поверить в себя и понять себя, найти в обычном необычное, познать мир взрослых.

Познавательные сказки привлекают внимание детей не меньше, чем волшебные. Они формируют к окружающему и себе интерес, служащий основой всей познавательной деятельности ребенка. В них говорится, казалось бы, о простых вещах. Сказку можно слушать много раз, запоминая и уточняя ее содержание. Ее можно разыгрывать с куклами, драматизировать, рисовать.

Трансформация сказки — одна из интереснейших творческих деятельностей для дошкольника. Нет ограничений, правил: ребенок свободен в своем творчестве, и его принимают окружающие, что чрезвычайно важно.

Иллюстрирование сказок — еще один ценный компонент творчества старшего дошкольника, связанного с развитием воображения, памяти, изобразительных умений.

Чтение или рассказывание познавательных сказок прекрасно сочетается со специально организованными занятиями, на которых детям дается познавательный материал, организуется практическая деятельность. Сказка может поддержать интерес к изучаемому объекту или закрепить и уточнить уже имеющиеся знания. Идентифицируя себя с героями сказок, ребенок в реальной жизни начинает обращать внимание на значимые для его здоровья моменты. Например, не есть мороженое большими кусками, не спрыгивать с травмоопасной высоты, не капризничать во время приема лекарств и т.д.

В *первом разделе* книги представлены авторские дидактические игры и упражнения, загадки, темы бесед и изобразительной деятельности.

Во *втором разделе* вы можете найти авторские познавательные сказки о человеческом организме. Их своеобразие в том, что главными героями являются сами органы. Ребенок познает особенности их внешнего вида, расположение, функции, причины заболеваний и их предупреждение. Сказки дают понятие о взаимосвязи и взаимозависимости всех систем организма. С одной стороны, внутренние органы человека живут в волшебной стране и с ними происходят разные невероятные события; с другой — в основе сказок лежат научные сведения. Поэтому дети и увлечены, и имеют возможность уточнить, расширить и закрепить знания о себе. Сказки побуждают более внимательно относиться к познанию своего физического «Я», прислушиваться к собственному самочувствию, отличать здоровое состояние от болезни, бережно относиться к здоровью собственному и окружающих.

Все сказки снабжены вопросами и заданиями, которые помогут воспитателям организовать общение с детьми после чтения или рассказывания.

Несложные эксперименты дают возможность детям осознать особенности работы собственного организма. Возможно и использование простейших макетов, дающих представление о физиологическом процессе.

Сказки имеют *определенную последовательность*, необходимую для лучшего понимания материала детьми, которую лучше не нарушать.

Начиная читать следующую сказку, не забудьте вспомнить с детьми содержание предыдущей. Это поможет детям увидеть взаимосвязь всех органов человеческого организма.

В *третьем разделе* содержание авторских сказок и рассказов включает детские болезни и их профилактику. Они дают возможность ребенку выделить и запомнить основные признаки заболевания и меры их предупреждения. Дошкольник, даже старший, часто не может рассказать взрослым о том, что у него болит. Это затрудняет использование оперативной помощи. Рассказы помогут детям научиться прислушиваться к своему организму и изменениям в нем, умению рассказывать о своем самочувствии.

В *четвертый раздел* вошли рассказы и сказки о профилактике несчастных случаев. Они заостряют внимание детей на возможных травмоопасных ситуациях, которые могут произойти с ними в реальной жизни. Таких ситуаций немало, даже когда ребенок находится дома. Привлечение личного опыта детей помогает им лучше осознать опасность своего поведения на улице, воде, при общении с огнем, животными и в других ситуациях.

В *пятом разделе* книги содержатся тематические стихи.

Все сказки, рассказы и стихи методически оснащены.

Материал позволит воспитателям использовать в своей работе разные методы и формы организации детской деятельности, что сделает ее наиболее привлекательной и результативной.

## Познавательный материал для детей 6—9 лет

### Игры и упражнения

#### Дидактическая игра «Чем люди отличаются друг от друга»

*Задачи:*

- закреплять представление о том, что люди отличаются ростом, цветом и формой глаз, цветом кожи, волос, овалом лица, формой губ, полом, возрастом;
- уметь находить и называть отличия;
- развивать внимание, зрительное восприятие, умение сравнивать;
- формировать интерес к отличительным особенностям сверстников.

*Оборудование:* фотографии, вырезки из журналов с изображением лиц людей с внешним различиями, одной или разных национальностей (в полный рост, разного пола, возраста), фишки.

\* \* \*

Воспитатель предлагает детям устроить соревнование на самого внимательного. Дети должны найти как можно больше отличий при сравнении двух сверстников или фотографий людей одной или разных национальностей. Выиграет тот, кто получит больше фишек. При сравнении сверстников воспитатель предлагает назвать отличия сначала с визуальной, а потом без визуальной опоры.

#### Дидактическая игра «Найди сходство»

*Задачи:*

- уточнять знания об отличительных особенностях внешнего вида сверстников в группе ДОО;
- учить отгадывать по описанию или картинке-шаблону, о ком из сверстников идет речь;

- развивать внимание, память;
- формировать интерес к сверстникам.

*Оборудование:* картинки-шаблоны с изображением губ, глаз, носов, овалов лица, причесок разных форм и цвета.

\* \* \*

Воспитатель предлагает поиграть в игру-загадку. Он будет описывать какого-нибудь ребенка, а дети должны отгадать, о ком идет речь. Затем воспитатель показывает один из шаблонов, а дети должны найти, кому из них он больше подходит.

Загадку может загадать и ребенок, а остальные дети отгадать. После отгадки проверяют, правильно ли описание, подходит ли оно конкретному ребенку, о каких особенностях внешнего вида не было сказано в загадке. Ребенок, описавший сверстника наиболее подробно, получает звание и отличительный знак главного художника.

### **Дидактическая игра «От младенца до старика»**

*Задачи:*

- закреплять общие представления обо всех возрастных периодах человека: детстве, юности, зрелости и старости;
- учить находить внешние различия у людей разного возраста, называть некоторые отличия в поведении, деятельности и образе жизни;
- развивать наблюдательность, внимание, зрительное восприятие, умение сравнивать, речь; формировать самосознание.

*Оборудование:* фотографии людей от младенческого возраста до старости, семейные фотоальбомы детей.

\* \* \*

Воспитатель предлагает детям прокатиться в машине времени. Сначала назвать, в каком возрасте дети находятся сейчас, сколько им лет. Затем отправиться в прошлое, найти свои фотографии в младенческом и раннем возрасте, разложить их в последовательности от самой ранней. Потом из предложенных фотографий людей разного возраста выложить «поезд жизни» от младенца до старика. Рассказать об отличиях людей разного возраста. Дети могут получить одну из фотографий, построиться в порядке возрастания лет и рассказать каждый об особенностях своего возраста.



## Дидактическая игра «Узнай по голосу»

*Задачи:*

- закреплять знания о том, что тембр голоса у всех людей разный, по нему можно узнать человека;
- учить без визуальной опоры по голосу узнавать, кто их позвал;
- развивать слуховое внимание;
- формировать интерес к индивидуальным особенностям сверстников.

\* \* \*

Дети стоят стайкой или в кругу, один ребенок поворачивается к ним спиной. Воспитатель на ушко договаривается с тем ребенком, который будет звать водящего. Если водящий правильно называет имя ребенка, тот встает на место водящего. Если неправильно, то играет еще один кон. При повторном отгадывании зовущий ребенок может менять фразы, силу и высоту голоса.

## Дидактическая игра «Человек и животное»

*Задачи:*

- закреплять понимание гомологичности органов людей и животных: руки и ноги равноценны лапам животных, волосы — шерсти и т.п.;
- учить видеть сходство в строении человека и животных, уметь называть, в чем оно выражается;
- развивать наблюдательность, память, речь, умение сравнивать, обобщать;
- формировать экологическую культуру.

*Оборудование:* картинки с изображением млекопитающих.

\* \* \*

Воспитатель предлагает детям выбрать картинку с изображением животного, хорошо его рассмотреть. Затем «волшебной палочкой» «превращает» детей в животное, которое они выбрали. Предлагает отправиться в удивительный мир животных. Говорит о том, что между человеком и животными очень много общего. Но знают ли это сами животные? Называет часть тела или орган человека, а дети в образе животного должны ответить, есть ли это у них. Дает образец ответа.

В о с п и т а т е л ь. У меня есть голова, а у вас?

Р е б е н о к. Я — лев. У меня тоже есть голова.

**Воспитатель.** У меня есть две руки и две ноги, с помощью которых я могу все делать: ходить, бегать, прыгать, лазать.

**Ребенок.** Я — кошка. У меня есть передние и задние лапы. Я могу ловить передними лапами мышей, катать клубочек, что-то подвинуть к себе, а на четырех лапах бегать, прыгать, лазать.

За каждое правильное сравнение ребенок получает фишку. Выигрывает тот, кто найдет больше сравнений.

### **Дидактическая игра «Сравни человека с животным»**

*Задачи:*

- учить видеть параллели в развитии человека и животных, рассказывать об этом;
- развивать умение сравнивать и обобщать, речь;
- формировать экологическую культуру.

*Оборудование:* картинки с изображением животных и человека (от новорожденного до взрослого).

\* \* \*

Воспитатель дает детям выбрать картинки с изображением животных и людей на разных возрастных этапах, рассказать, как развиваются животные и человек от рождения, в чем их сходство и различие. Изобразить поведение животного и человека: когда они только родились, чуть подросли, научились ходить и т.д. Показать животных и детенышей, взрослых и детей в конкретных ситуациях, старых животных и пожилых людей. Можно для начала выбрать картинки с изображением беременных женщины и самки животного.

### **Дидактическая игра «Мальчики и девочки»**

*Задачи:*

- закреплять понимание того, что пол необратим, что мальчики будут папами, а девочки мамами, что люди разного пола отличаются друг от друга;
- учить находить сходство и различие между детьми и взрослыми разного пола во внешнем виде, поведении и деятельности;
- развивать умение сравнивать, обобщать, речь, внимание;
- формировать любознательность.

*Оборудование:* картинки с изображением детей и взрослых разного пола с выделением особенностей внешнего вида, одежды, деятельности; картинки с изображением женской и мужской одежды, предметов деятельности.

\* \* \*

Воспитатель предлагает двум группам детей посоревноваться в наблюдательности. Дети должны из серии предложенных картинок выбрать те, на которых изображены лица определенного пола, деятельность, которой они занимаются преимущественно, предметы быта, одежды, игрушки, рассказать, почему выбраны именно эти картинки. Выигрывает группа, выполнившая задание быстрее и правильнее.

Далее воспитатель группирует картинки, специально делая ошибки: дети должны их увидеть и назвать (например, к картинке с изображением мужчины подбирается женская одежда, к мальчику — кукла и т.п.).

### Дидактическая игра «Узнай и назови»

*Задачи:*

- учить различать эмоции по внешним проявлениям, называть основные эмоции и их оттенки;
- связывать эмоциональное состояние с самочувствием героя;
- развивать внимание, зрительное восприятие, воображение, выразительность пантомимики, словарь, монологическую речь;
- формировать доброжелательное отношение к окружающим людям.

*Оборудование:* пиктограммы (схематическое отображение эмоций) основных эмоций, фотографии людей, иллюстрации к художественным произведениям, отображающие основные эмоции и их оттенки.

\* \* \*

Дети выбирают из предложенного материала, перевернутого изображением вниз, карточку. Они должны узнать эмоцию, назвать ее, рассказать, почему они так решили, показать ее.

Дети могут выбирать материал по названной эмоции, разделять его по положительным и отрицательным эмоциям, объяснять эмоциональное состояние героев какого-то произведения по иллюстрации.

Вариантом игры может быть разыгрывание знакомых сценок из сказок или рассказов одними детьми и угадывание эмоционального состояния героев другими.

Еще одним вариантом игры может быть рисование выражения лица героев в предложенных воспитателем картинках с изображением сцен определенной эмоциональной окраски. Ребенок должен догадаться, что происходит на картинке, в каком эмоциональном состоянии герои, изобразить его схематично, рассказать об этом.

Можно дать задание последовательно выложить пиктограммы с изображением основных эмоций и их оттенков по ходу чтения художественного произведения. Затем рассказать об изменении эмоционального состояния героя или героев.

### Дидактическое упражнение «Назови часть тела»

*Задачи:*

- закреплять знания о назначении частей тела;
- учить по действию определять часть тела, называть ее в конце строчки рифмованного текста;
- развивать внимание, речь, быстроту реакции;
- формировать интерес к играм, в которых можно проверить свои знания.

\* \* \*

Воспитатель читает рифмованный текст, а дети договаривают окончание строчки и показывают на соответствующую часть тела. Выбывает тот, кто ошибается.

*1-й вариант*

Чем мы топаем? ... *(Ногами.)*

Чем рисуем мы? ... *(Руками.)*

Чем же смотрим мы? ... *(Глазами.)*

А чем слушаем? ... *(Ушами.)*

Нюхаем и дышим? ... *(Носом.)*

Я задам еще вопросы.

А едим и пьем мы? ... *(Ртом.)*

И язык во рту зачем? ... *(Говорить.)*

Чем мы думаем, друзья? ... *(Головой.)*

Это точно голова.

Что на голове растет

Непрерывно круглый год?

*(Волосы.)*

Чем мы узелок завяжем

И куда идти покажем?

*(Пальцами.)*

Чем мы можем наклониться,

А потом и распрямиться.

Вправо, влево повернуться

И опять к земле нагнуться?

*(Телом.)*

*2-й вариант*

Мы ногами ... (*топаем*),  
Мы руками ... (*хлопаем*),  
Мы глазами ... (*смотрим*).  
Мы ушами ... (*слушаем*),  
Головой мы ... (*думаем*).  
Носом нюхаем и ... (*дышим*),  
Пальцами письмо ... (*напишем*).  
Ртом едим и ... (*говорим*),  
И за вкусом мы ... (*следим*).

**Дидактическое упражнение****«Определи следствие неправильных действий»***Задачи:*

- закреплять правила личной гигиены и сохранения здоровья;
- учить достраивать предложение, определяя следствие события;
- развивать логическое мышление, фразовую речь;
- формировать внимательное отношение к собственному организму и здоровью.

\* \* \*

Воспитатель предлагает детям закончить предложение, определив следствие события.

*Варианты*

Если не чистить зубы, то...  
Если не умываться, то...  
Если не причесываться, то...  
Если не стричь ногти, то...  
Если не мыться, то...  
Если есть одни сладости, то...  
Если целый день смотреть телевизор, то...  
Если сутулиться, то...  
Если неправильно сидеть за столом, то...  
Если во время еды разговаривать, то...  
Если в холодную погоду ходить легко одетым, то...  
Если в жаркую погоду тепло одеться, то...  
Если по лужам ходить в туфлях, то...  
Если зимой есть снег и лизать сосульки, то...  
Если пить холодную воду, то...  
Если пить горячую воду, то...

- Если играть с колющими и режущими предметами, то...
- Если не заниматься физкультурой, то...
- Если громко кричать, то...
- Если прыгнуть с большой высоты, то...
- Если поздно ложиться спать, то...
- Если в жаркую погоду ходить без панамы, то...
- Если находиться рядом с больным человеком, то...
- Если в холодную ветреную погоду гулять без шапки, то...
- Если не закаляться, то...
- Если не делать прививки, то...
- Если бояться врачей, то...
- Если с больным зубом не пойти к врачу, то...
- Если есть грязные овощи и фрукты, то...
- Если не мыть руки перед едой и после туалета, то...

### **Дидактическое упражнение «Назови причину болезней и травм»**

*Задачи:*

- учить находить причину события, связанного с соблюдением правил личной гигиены и сохранения здоровья;
- развивать умение находить причинно-следственные связи;
- формировать внимательное отношение к собственному телу и здоровью.

\* \* \*

Воспитатель предлагает детям закончить предложение, определив причину или возможные причины события.

*Варианты*

У мальчика заболели зубы, потому что...

У Лены заболело горло, потому что...

Миша уколол себе палец, потому что...

Сережа упал и разбил себе колено, потому что...

Наташа слегла в постель с высокой температурой, потому что...

У Ани ногти были грязные, потому что...

Петя поскользнулся и больно шлепнулся, потому что пол... (*мокрый, скользкий*).

Наташа ночью пошла в туалет, споткнулась о собственную куклу на полу и сломала руку, потому что... (*не убрала на место игрушки перед сном*).

Саша, вылезая из ванны после купания, поскользнулся и больно ударился о край ванны, потому что... *(пол в ванной мокрый и скользкий, надо наступать на специальный коврик).*

После купания в пруду Коля серьезно заболел, потому что... *(переохладился или набрался через рот или нос вредных микробов).*

Таня обожгла руки, когда хотела их помыть, потому что... *(первым открыла кран с горячей водой).*

Помогая маме, Нина переставляла кастрюлю с горячим супом с плиты на стол и выплеснула его себе на ноги, потому что... *(кастрюля была тяжелой, Нина не могла удержать ее).*

Саша пролежал на пляже весь жаркий день, а к вечеру на коже у него вскочили волдыри и поднялась температура, потому что... *(получил солнечный ожог, не закрывался от солнца).*

Сбегая вниз по лестнице, Саша упал, потому что... *(не держался за перила).*

Сережу укусила незнакомая собака, которую он хотел погладить, потому что... *(собаке показалось, что он ей угрожает... собака стояла спиной к Сереже и не ожидала прикосновения... собаке показалось, что Сережа дразнит ее... собака в это время грызла косточку и подумала, что Сережа хочет ее отнять).*

Девочка обморозила кончики пальцев на руках и ногах, потому что... *(долго играла в снегу в холодный зимний день).*

Мальчик потерял глаза руками, и они воспалились, потому что... *(руки были грязными).*

Ученик заметил, что стал хуже видеть, потому что... *(много читал при плохом освещении... не защищал глаза от солнца... несколько часов подряд смотрел телевизор).*

Во время насморка у Саши заболели уши, потому что... *(он сильно сморкался).*

Коля повредил барабанную перепонку, потому что... *(ковырялся в ухе палочкой).*

После длительного слушания музыки Степан стал хуже слышать, потому что... *(музыка была очень громкой).*

Зубной врач обнаружил у Севы кариес и воспаление десен, потому что... *(Сева не чистил каждый день зубы... был ослаблен длительной болезнью... у него был неправильный прикус... ел мало овощей, фруктов, мяса, рыбы, яиц и пил молока... ел слишком много конфет и сладкого).*

Саша больно прищемил палец дверью, потому что... *(не держал дверь за дверную ручку).*

Наташа ходила босиком по полу и простудилась, потому что... (*пол был холодным*).

Саша обжег ступни на асфальте, потому что... (*день был жарким и асфальт раскалился*).

*Примечание.* Варианты вопросов и ответов можно составить по содержанию книги Р. Ротенберга «Расти здоровым: Детская энциклопедия здоровья» / Пер. с англ. М., 1992.

### **Дидактическое упражнение «Установи причину и следствие»**

*Задачи:* те же.

\* \* \*

Воспитатель читает детям рифмованные тексты и задает вопросы по их содержанию.

#### *Сластена*

Маша ест одни конфеты,  
Шоколадки, пастилу.  
Очень любит она сладкое,  
Не уступит никому.  
А недавно у Марии  
Заболели зубы все.  
Плачет девочка, ей больно.  
Ела сладкое зачем?

#### *Вопросы*

- Почему у Маши заболели зубы?
- Что нужно делать, чтобы зубы не болели?
- Какие продукты полезны для зубов?
- Какие продукты вредны для зубов?

#### *Качели*

Во дворе качался Витя.  
Высоко летят качели.  
Руки Витины разжались,  
Вверх качели полетели.  
С них в песок свалился он.  
Слышен только Витин стон.

#### *Вопросы*

- Почему Витя упал?
- Какие правила надо соблюдать, когда качаешься на качелях?



### *Озорник*

Не послушал мальчик маму  
И по лужам долго бегал.  
Намочил он туфли, ноги.  
А когда ушел с дороги,  
То простыл и заболел.  
Слег в постель с температурой.  
Больше в лужу не хотел.

#### *Вопросы*

- Почему мальчик заболел?
- Почему нельзя ходить по лужам без специальной обуви?
- Чем можно пораниться в луже, если вода в ней не прозрачная?

### *Пожар*

Мальчик дома развлекался,  
Спички чиркал, любовался.  
Вот одна упала на пол,  
Не заметил ее он.  
И сгорел от этой спички  
Деревянный старый дом.

#### *Вопросы*

- Почему дом сгорел?
- Почему детям нельзя играть со спичками?
- Как надо обращаться с огнеопасными предметами?

### *Шла по улице Алена*

Шла по улице Алена  
И бананы уплетала.  
Кожура упала наземь,  
Поднимать ее не стала.  
За Аленой шел прохожий,  
Не заметил кожуру,  
Наступил и поскользнулся,  
И разбил коленку всю.

#### *Вопросы*

- Как кожура банана попала на тротуар?
- Почему прохожий упал?
- Почему он разбил коленку?
- Какие правила поведения и безопасности на улице вы знаете?

### **Обжора**

Один пузатый здоровяк  
Съел десять булок натошак.  
Запил все булки молоком,  
Съел курицу одним куском.  
Затем барашка он поджарил  
И в брюхо бедного отправил.  
Раздулся здоровяк, как шар!  
Обжору тут хватил удар.

#### *Вопросы*

- Почему здоровяка хватил удар?
- Почему нельзя сразу есть столько пищи?
- Почему вредно есть столько булок?
- Почему пищу надо тщательно пережевывать?

### **Ветер**

В песочнице играли дети,  
Но вдруг поднялся сильный ветер,  
Запорошил глаза песком,  
Игрушки разбросал кругом.  
Во рту, в глазах один песок,  
Никто глаза открыть не мог.

#### *Вопросы*

- Почему игрушки оказались разбросанными?
- Почему песок попал детям в глаза?
- Что нужно сделать, если песок попал в глаза?
- Что будет, если глаза не промыть?

## **Дидактическое упражнение «Подбери слово-действие, связанное с работой внутренних органов»**

#### *Задачи:*

- закреплять знания о работе внутренних органов;
- учить подбирать глагол в соответствии с контекстом предложения;
- развивать внимание, слуховое восприятие, быстроту реакции;
- формировать познавательный интерес к своему организму.

\* \* \*

Воспитатель начинает предложение, а ребенок его заканчивает словом-действием. Игру можно проводить с мячом.

*Варианты*

Головной мозг всеми органами... (*управляет*).

Спинальный мозг сигналы от всех органов в головной мозг... (*передает*).

Легкие в себя кислород... (*вбирают*), а от углекислого газа... (*избавляются*).

Печень кровь от вредных веществ... (*очищает*).

Мышцы желудка неперевавленную пищу... (*размельчают*).

Желудочный сок помогает пищу... (*переваривать*).

Переваренная пища, минеральные соли и витамины в стенки тонкой кишки... (*всасываются*).

Толстая кишка отходы из организма... (*выводит*).

Почки вместе с мочой вредные вещества из организма... (*выводят*).

Кожа температуру нашего тела... (*регулирует — налаживает, контролирует*).

Сердце кровь через все органы... (*прокачивает*).

### Дидактическое упражнение «Закончи предложение»

*Задачи:*

- закреплять знания о том, что человек выражает свое отношение к окружающему через эмоции и чувства, настроение и переживания человека влияют на его самочувствие;
- учить подбирать в контексте предложения существительное, обозначающее эмоции и чувства;
- развивать внимание, быстроту реакции;
- воспитывать внимательное отношение к эмоциональному состоянию окружающих.

\* \* \*

Воспитатель начинает предложение, а ребенок заканчивает его существительным, обозначающим какую-либо эмоцию или чувство. Игра может проводиться с мячом.

Эти же варианты предложений можно использовать для подбора глаголов и прилагательных.

Когда человеку хорошо, он... (*испытывает радость, радуется, становится радостным, выглядит радостным*).

Когда человек переживает чувство радости от приятных ощущений, переживаний, мыслей, он... (*испытывает удовольствие, выглядит довольным*).

Когда человек сталкивается с чем-то неожиданным, странным, непонятным, он... *(испытывает удивление, удивляется, выглядит удивленным).*

Когда человек чем-то очень доволен, он... *(испытывает восхищение, восторг, восхищается).*

Когда человек видит или слышит что-то необыкновенное, восхитительное, он... *(испытывает изумление, изумляется, выглядит изумленным).*

Когда внимание человека привлекает что-то значительное, интересное, он... *(испытывает интерес, этим интересуется, выглядит заинтересованным).*

Когда человек на чем-то сосредотачивается, он... *(проявляет внимательность, становится внимательным).*

Когда у человека случается несчастье, он... *(испытывает горе, горюет).*

Когда человек находится в безысходной, крайне тяжелой ситуации, он испытывает... *(отчаяние, отчаивается, совершает отчаянный поступок).*

Когда человек чувствует нравственную или физическую боль, мучение, он испытывает... *(страдание, страдает, у него страдательное выражение лица).*

Когда человек кого-то жалеет, сочувствует его горю, несчастью, он... *(испытывает сострадание, сострадает чужому горю).*

Когда человека что-то или кто-то сильно возмущает, вызывает негодование, он... *(испытывает гнев, гневается, от возмущения у мамы гневный взгляд).*

Когда человек по отношению к кому-то враждебен, раздражен, он... *(испытывает злость, злится, выглядит злым).*

Когда у человека благополучие и успехи других людей вызывают досаду, он... *(испытывает зависть, завидует им, завистливый человек).*

Когда человека несправедливо оскорбили, огорчили, он... *(испытывает обиду, обижается, выглядит обиженным).*

Когда человека настигает неудача в чем-то, он... *(испытывает досаду, может тоже кому-нибудь досадить, понимает, что сделал досадную ошибку).*

Когда человек показывает по отношению к кому-то или чему-то глубоко пренебрежительное отношение, он... *(испытывает презрение, презирает такого человека, в разговоре использует презрительный тон).*

Когда нечистоплотность вызывает у человека отвращение, он... *(испытывает брезгливость, брезглив)*.

Когда человеку что-то крайне неприятно, он... *(испытывает отвращение)*.

Когда человек кого-то или чего-то сильно боится, он... *(испытывает страх, ему страшно)*.

Когда человека внезапно напугают, он... *(испытывает испуг, может испугаться, пугается, выглядит испуганным)*.

Когда человека сильно смущает его неблаговидный (нехороший) поступок, он... *(испытывает стыд, чувство стыда, стыдится своего поступка)*.

Когда человек совершил нехороший поступок, он... *(испытывает вину, чувство вины, может повиниться, может обвинить в этом другого, чувствует себя виноватым)*.

Когда человека ожидает что-то неизвестное или опасное, он... *(испытывает тревогу, чувство тревоги, тревожится, у него появляются тревожный взгляд и голос)*.

Когда человек волнуется, у него нарушен покой, он... *(испытывает беспокойство, беспокоится, становится беспокойным)*.

Когда человеку безразлично несчастье других, он... *(испытывает к ним сочувствие, сочувствует им, проявляет сочувствие)*.

Когда человек по отношению к кому-то или чему-то проявляет сострадание, сожаление, он... *(испытывает жалость, чувство жалости, жалеет их, является жалостливым человеком)*.

Когда по отношению к кому-то человек ласков, приятен, выражает свою любовь, он... *(испытывает нежность, нежный, у него нежный взгляд, нежные чувства)*.

Когда человеком овладевает уныние или печаль, он... *(испытывает грусть, чувство грусти, грустит, грустный)*.

Игру можно дополнить вариантами предложений о проявлении эмоций у животных. Сравнить проявления эмоций у человека и животных.

## Дидактическое упражнение «Назови причину эмоциональных переживаний»

*Задачи:*

- учить определять причины, по которым человек может испытывать те или иные эмоции и чувства, показывающие его настроение и влияющие на его здоровье;

- учить строить сложное предложение;
- развивать внимание, логическое мышление;
- воспитывать внимательное отношение к состоянию окружающих людей.

\* \* \*

Воспитатель произносит первую часть предложения, а дети продолжают его, называя возможные причины состояния человека. Причин может быть несколько.

Саша затаил на своих товарищей *обиду*, потому что...

Лену во время игры распирала *злость*, потому что...

Мама была в *гневе*, потому что...

Маша с *завистью* смотрела на подругу, потому что...

Дети пришли в *восхищение* оттого, что...

Воспитательница смотрела на детей с *удивлением*, потому что...

Алеша с *жалостью* смотрел на щенка, потому что...

После соревнований Света плакала от *досады*, потому что...

Лежа в палатке, в лесу, Сережа дрожал от *страха*, потому что...

Витя проявил *сочувствие* по отношению к Саше, потому что...

После дня рождения Даша была в глубокой *печали*, потому что...

На празднике Нового года дети были вне себя от *радости*, потому что...

### **Дидактическое упражнение «Подбери действие, связанное с эмоциями»**

*Задачи:*

- учить подбирать слово-действие, обозначающее эмоциональное состояние человека, связанное с его здоровьем;
- согласовывать слово-действие с местоимением «мы»;
- развивать внимание, слуховое восприятие, логическое мышление;
- формировать внимательное отношение к эмоциональному состоянию окружающих.

\* \* \*

Воспитатель начинает фразу, а ребенок ее заканчивает. Упражнение можно организовать с мячом. Если ребенок неправильно подбирает глагол, то мяч передается другому, а воспитатель просит объяснить подбор слова-действия.

Хорошему дню мы... (*радуемся*).  
О прошедшем лете мы... (*печалимся*).  
Случайной встрече с другом или знакомым мы... (*удивляемся*).  
Увидев то, что никогда не видели, мы... (*изумляемся*).  
Когда нас обманывают, мы... (*возмущаемся*).  
Когда нам запрещают что-то желанное, мы... (*обижаемся*).  
Если у нас что-то долго не получается, мы... (*злимся, досадуем*).  
По поводу непредвиденного дождя в хороший день мы... (*досадуем*).  
Прекрасным цветком мы... (*восхищаемся, восторгаемся*).  
Сталкиваясь с несправедливостью, мы... (*гневаемся, возмущаемся*).  
Чужому горю мы... (*сочувствуем, сострадаем*).  
От долгой ссоры с другом мы... (*страдаем*).  
Больного человека мы... (*жалеем*).  
О случившемся с кем-то несчастье мы... (*сожалеем, горюем*).  
Новой игрушке сверстника мы можем... (*завидовать*).  
Неизвестного нам мы чаще всего... (*пугаемся, боимся, страшимся*).  
Плохого поступка мы... (*стыдимся*).  
За совершенный плохой проступок перед мамой мы... (*винимся*).  
Если мама долго не приходит, мы... (*беспокоимся, тревожимся*).

### Дидактическое упражнение «Скажи правильно»

*Задачи:*

- учить подбирать слово-действие в обращении к другому человеку, обозначающее эмоциональное состояние, соотнося его с местоимением «ты»;
- выражать свое эмоциональное состояние, используя выразительные средства голоса и мимики;
- развивать внимание, слуховое восприятие, логическое мышление, умение образовывать глагол от существительного;
- формировать внимательное отношение к эмоциональному состоянию окружающих, своему эмоциональному состоянию;
- развивать понимание того, что испытывать негативные эмоции нельзя, это вредно для здоровья.

\* \* \*

Воспитатель произносит фразу, в конце которой стоит существительное, обозначающее эмоцию или чувство. Ребенок должен повторить фразу, заменив существительное (слово-предмет) на глагол (слово-действие), окрашивая фразу эмоционально и мимически. По-

вторить фразу могут и другие дети, подбирая разные оттенки голоса и мимику.

*1-й вариант*

Ты меня *радость*. (*Радуешь.*)

Ты меня *злость*. (*Злишь.*)

Ты меня *удивление*. (*Удивляешь.*)

Ты меня *изумление*. (*Изумляешь.*)

Ты меня *горе*. (*Огорчаешь.*)

Ты меня *обида*. (*Обижаешь.*)

Ты меня *гнев*. (*Гневишь.*)

Ты меня *испуг*. (*Пугаешь.*)

Ты меня *стыд*. (*Стыдишься.*)

Ты меня *беспокойство*. (*Беспокоишь.*)

Ты меня *тревога*. (*Тревожишь.*)

Ты меня *печаль*. (*Печалишь.*)

*2-й вариант*

В данном варианте ребенок строит фразу от местоимения «я».

Я на тебя *злость*. (*Зол.*)

Я за тебя *радость*. (*Радуюсь.*)

Я тебе *удивление*. (*Удивляюсь.*)

Я твоему дару *изумление*. (*Изумляюсь.*)

Я из-за твоего поведения *огорчение*. (*Огорчаюсь.*)

Я на тебя *обида*. (*Обижен.*)

Я на тебя *гнев*. (*Гневаюсь.*)

Я твоих слов *испуг*. (*Пугаюсь.*)

Я твоих поступков *стыд*. (*Стыжусь.*)

Я за тебя (за твое здоровье) *беспокойство*. (*Беспокоюсь.*)

Я за твоих родных *тревога*. (*Тревожусь.*)

Я из-за разлуки с тобой *печаль*. (*Печалюсь.*)

*Примечание.* Как вариант можно использовать местоимения «он», «она», «они» не только в настоящем времени, но и в прошедшем (злит, злят, разозлил, разозлили, разозлила, разозлили).

### Дидактическое упражнение «Вырази названные эмоции»

*Задачи:*

- учить вербально выражать названные эмоции и чувства, понятно подбирая фразы;
- развивать коммуникативные способности, умение справляться со стрессовыми ситуациями;



- развивать фразовую речь, эмоциональную и пантомимическую выразительность;
- формировать желание быть понятым и принятым.

\* \* \*

Воспитатель предлагает детям варианты проявления эмоций и чувств в конкретных жизненных ситуациях. Дети должны в двух-трех фразах высказать названные эмоции и чувства, используя средства выразительности. Воспитатель дает образец высказывания. Упражнение можно проводить в парах.

*Примерные варианты ситуаций и их эмоционального восприятия*

1. Сверстник не поделился игрушкой. Обида.

*«Я на тебя обиделся. Ты со мной не поделился игрушкой»; «Я на тебя обижен за то, что ты мне не дал поиграть с твоей игрушкой».*

2. Не получается постройка из песка. Досада.

*«Меня досада берет. Никак не получается замок из песка»; «Мне досадно, что у меня не получается постройка из песка, а у тебя получается»; «Мне хочется плакать от досады. Постройка все никак не получается».*

3. Разрушение дома из строительного материала. Злость.

*«Меня зло берет. Зачем ты разрушил мой дом?»; «Ты меня разозлил. Почему ты разрушил мой дом?»; «Ты меня окончательно разозлил! Ты разрушил мой дом».*

4. Порвана любимая книга. Гнев.

*«Я разгневан! Ты порвал мою любимую книгу!»; «Я в гневе! Я сильно возмущен! Как можно было разорвать мою любимую книгу!».*

5. Девочка принесла в детский сад новую куклу. Зависть.

*«Я тебе немного завидую. Мне тоже хочется поиграть в такую куклу»; «Я лопну от зависти, если ты не дашь мне поддержать твою замечательную куклу».*

6. Ребенок один в спальне. Страх.

*«Я очень боюсь! Мне кажется, что в темноте ко мне приходят монстры»; «Мне очень страшно. В темноте из всех углов ко мне тянут свои руки чудовища».*

7. Щенок на улице один. Жалость.

*«Мне очень жалко этого щенка. Если мы о нем не позаботимся, он погибнет»; «Мне так жалко щенка! Я хочу ему помочь».*

8. Ребенок упал, ушиб ногу. Сочувствие.

*«Я сочувствую тебе. Я знаю, как тебе больно»; «Прими мое сочувствие. Давай я тебе помогу».*

9. Родился маленький братик. Нежность.

*«Я испытываю к братику такие нежные чувства! Он такой малюсенький, беззащитный!».*

10. Мама уехала. Грусть.

*«Мне так грустно. Мама долго не возвращается»; «Я совсем загрустил. Мама все не едет и не едет».*

11. Отъезд в конце лета из деревни (с дачи). Печаль.

*«Мне так печально, что скоро придется уезжать»; «У меня такое грустное настроение, потому что надо уезжать в город»; «Я в глубокой печали. Завтра мы уезжаем в город».*

12. Переход улицы в непопозанном месте. Беспокойство, тревога.

*«Я беспокоюсь за тебя. Надо переходить улицу на переходе»; «Я испытываю беспокойство по поводу перехода в этом месте»; «Я в тревоге за твою жизнь»; «Меня охватила тревога. Не переходи улицу в этом месте».*

13. Восприятие розы. Восхищение.

*«Я в восхищении от красоты этой розы! Она прекрасна!».*

14. Восприятие заката. Изумление.

*«Я изумлен этой красотой! Сколько разных красок!».*

### **Малоподвижная игра «Что могут руки»**

*Задачи:*

- закреплять действия, которые можно совершать с помощью рук;
- уметь быстро находить вариант ответа;
- развивать память, быстроту реакции, точность броска, ловкость при принятии мяча, глагольный словарь, выразительность движений;
- формировать честность при выполнении правил игры.

\* \* \*

Дети образуют круг, воспитатель находится в середине круга, бросает по очереди мяч каждому ребенку и говорит: «Наши руки не знают скуки. Они могут...». Ребенок, поймавший мяч, должен быстро назвать действие, которое можно сделать руками, не повторяя то, что сказал предыдущий, и изобразить его. Проигрывает тот, кто не сумел быстро и правильно выполнить задание.

### **Игра-путешествие «Путешествие в организм человека»**

*Задачи:*

- закреплять знания о том, что организм человека — единая система;

- развивать воображение, ориентировку на себе, внимание, речь, выразительность;
- формировать бережное отношение к своему и чужому здоровью.

\* \* \*

Воспитатель предлагает детям отправиться в самое необычное путешествие. В стране, куда они отправятся, живут внутренние органы человека. Спрашивает у детей, какие внутренние органы человека они знают. Дети отвечают, воспитатель дополняет.

Первый орган, которым становятся дети, — *сердце*. Воспитатель говорит, что оно — самый главный орган, как мотор для машины. Мышцы сердца непрерывно сокращаются и расслабляются. Если сердце работать не будет, человек умрет. Предлагает детям показать, как бьется сердце. Дети встают в круг, кладут руки на плечи друг друга, изображая большое сердце. Затем изображают ритмический рисунок биения сердца шагами — медленно: «тук-тук-тук» (три шага в круг и три шага из круга; чуть быстрее: «тук-тук-тук-тук» (четыре шага в круг и из круга); человек взволнован, сердце бьется часто-часто: «тук-тук-тук-тук-тук-тук-тук-тук» (маленькими шагами вперед и назад); сердце успокаивается, возвращается к медленному ритму на три шага.

Этюд «Отдай частичку сердечного тепла товарищу». Дети, стоя по кругу, начиная с воспитателя, поворачиваются к соседу, стоящему с правой стороны, берут его ладони в свои и произносят: «(Имя ребенка), возьми частичку моего сердечного тепла. Пусть оно тебя согревает».

Воспитатель говорит о том, что сердце работает, пока в кровь поступает кислород. Спрашивает, через какой орган кислород поступает в организм. Дети отвечают. А поступает он через *легкие*. Их два — правое и левое, они похожи не на круг, а на овал. Предлагает стать легкими, разделить на две группы и образовать форму овалов, положив руки на плечи друг другу, приблизиться друг к другу. Дети изображают, как дышат легкие, расходясь и сходясь. Воспитатель предлагает как можно ближе сойтись, послушать, как дышат товарищи, подстроиться под один ритм дыхания; подышать глубоко 3—5 раз; подышать поверхностно, как собака, когда набегалась.

Дети могут изобразить внутренним и внешним кругом ребра и легкие. «Ребра» остаются неподвижными, а «легкие» дышат. Можно проверить прочность «ребер», которые защищают «легкие» («Петушиные бои»).

Воспитатель говорит о том, что кислород поступил через легкие в кровь, кровь принесла кислород к сердцу, сердце забилося часто. А дети станут *кровеносными сосудами*, через которые кровь разносит кислород и питательные вещества по всем органам и тканям. Дети встают цепочкой и бегут, изменяя направление от «органа» к «органу», который называет воспитатель.

Воспитатель останавливает детей и говорит о том, что кровь не может дальше двигаться, сосуд закупорен сгустком крови. Что же делать? От этого человек может заболеть и даже умереть. Взрослый предлагает протолкнуть сгусток, освободить проход. Он изображает сгусток крови, а дети пытаются его вытолкнуть (так несколько раз, продвигаясь по сосуду). Но сгусток все же остается в сосуде. Тогда воспитатель превращает детей в лекарство, которое должно рассосать сгусток крови, чтобы он исчез. Дети бегают вокруг воспитателя, имитируя боксирование с произнесением: «Вот тебе, вот тебе!» Сгусток растворяется, воспитатель приседает. Дети-«лекарство» радуются, прыгают, кричат: «Ура!» Воспитатель напоминает о том, как предупредить появление опасных сгустков крови в сосудах — больше двигаться, обязательно физически трудиться.

Далее воспитатель говорит о том, что организм не может нормально существовать без питательных веществ. Спрашивает у детей, где перерабатывается пища. Дети отвечают. Воспитатель предлагает стать *желудком*, показать, как он работает. Дети встают в круг, но за руки не берутся. Сгибают руки в локтях перед собой. В желудок поступила пища. Дети ее перерабатывают, как мельница, изображая это движениями рук. Сначала на большие кусочки, затем до кашицеобразного состояния. Воспитатель выбирает ребенка, изображающего *желудочный сок*. Он бегает внутри круга, дотрагиваясь до рук каждого ребенка. Затем дети изображают пантомимически, вздохами и ахами «грустный желудок», в который попала пища большими кусками, плохо пережеванная; очень острая, соленая, перченая. Произносят слова:

Ох, как больно и опасно!  
Травите меня напрасно.  
Буду долго я болеть.  
Невозможно станет есть.

Дети радуют «желудок», показывая, как надо жевать твердую пищу, «съедая» полезную пищу. От имени желудка выражают благодарность:

Всех я вас благодарю  
За пищу полезную.  
Вы жуете хорошо.  
Чувствую себя легко.

Воспитатель напоминает, что из желудка пища попадает в *кишки*, которые бывают тонкими и толстыми. Дети изображают тонкие кишки, встав цепочкой с растянутыми сцепленными руками, изогнув цепочку, показывая, как располагаются кишки в организме человека. *Тонкую кишку*, которую изображают дети, можно измерить метром. Дети на практике видят, что тонкая кишка очень длинная, в реальности более шести метров.

Дети могут показать, как в тонкую кишку, в которой пища продолжает перерабатываться и всасываться, поступает *желчь* из *печени* и *желчного пузыря*, *сок* из *поджелудочной железы*, *кишечный сок* из стенок кишечника. Все эти вещества помогают переваривать белки, жиры и углеводы. Дети образуют два круга — внешний и внутренний. Дети внешнего круга встают на некотором расстоянии друг от друга, берутся за руки и поднимают их вверх. Дети внутреннего круга проходят через «воротца» детей внешнего круга, поднимая руки вверх после прохода и образуя внешний круг (меняются местами).

Желчь и сок в меня вливаются —  
Пища соком наполняется,  
Очень быстро расщепляется.  
Кровушка обогащается.

Затем изображают менее длинную *толстую кишку*. Она в реальности длиной более двух метров. Играют в игру «Ручеек», где дети, делающие воротца, — это кишка, а дети, пробегающие, — отходы, вредные вещества в виде кала. Причем воротца периодически сжимаются, проталкивая отходы вперед — к прямой кишке.

Воспитатель предлагает детям вспомнить, о каком большом и очень значимом органе мы забыли. Дети называют. Воспитатель говорит о том, что печень — самый трудолюбивый орган человеческого организма. По своей форме она похожа на большую улитку, которая вылезла из домика. Печень накапливает полезные вещества и выделяет их в кровь, а еще очищает ее от вредных продуктов. Дети играют в игру «Успей зайти в дом». На слова воспитателя «Полезные вещества, двигайтесь по организму!» дети бегают по всей площадке, не наталкиваясь друг на друга; на слова «Полезные вещества — в печень!» — стараются быстрее забежать в очерченное пространство. Выбывает тот, кому не

хватило места. Затем дети изображают, как печень очищает кровь. Два ребенка образуют поднятыми руками «воротца». Остальные дети из колонны по одному перестраиваются в колонну по два, проходят под воротцами. «Грязная кровь» уходит направо, а «чистая кровь» — налево.

Воспитатель просит детей напомнить, какой орган человеческого организма величиной с кулак очищает кровь от вредных веществ и выводит их из организма с мочой. Также этот орган следит за тем, чтобы вещества, необходимые нашему организму, сохранялись в крови. Дети отвечают. Воспитатель напоминает детям, что *почки*, как и легкие, парный орган. Они похожи на фасолины и располагаются по обе стороны позвоночника. Воспитатель предлагает прочитать стихотворение о почках с помощью движений рук.

На фасолины похожи,  
Только кушать нас нельзя.  
Почками нас называют  
В организме неспроста.  
Мы подружками живем,  
Человеку жизнь даем.  
Очищаем дружно кровь  
От веществ плохих,  
А полезные — храним,  
В кровь пускаем их.

*Дети сжимают пальцы рук в кулачки.  
Отрицательно качают указательным  
пальцем.*

*Соединяют кулачки боковой стороной.  
Руки поднимают вверх.*

*Трут кулачок о кулачок.*

*Скрещивают пальцы рук.*

В заключение дети вспоминают, в какие органы человеческого организма они превращались, проектируют дальнейшие путешествия в организм человека.

В следующих путешествиях дети могут изображать *головной мозг (большие полушария)* извилистой шеренгой, решают логические задачи; *спинной мозг* — колонной детей, у которых приподняты руки в стороны (нервные корешки), совершают различные движения, которые контролирует позвоночник; *нервную систему* — сплетенной из рук сеткой верхним хватом выполняют команды, которые дает воспитатель; сенсорные органы и т.д.

## **Загадки, беседы, изодейтельность**

### **Загадывание загадок**

*Задачи:*

— учить отгадывать загадки, выделяя признаки и поясняя свою отгадку, закреплять знания о частях тела;

— развивать логическое мышление, внимание, речь; формировать любознательность.

Брат с братом через дорожку живут,  
А один другого не видит.

*(Глаза.)*

На ночь два оконца  
Сами закрываются,  
А с восходом солнца  
Сами открываются.

*(Глаза.)*

Твои помощники — взгляни —  
Десяток дружных братцев.  
Как славно жить, когда они  
Работы не боятся.  
И, как хороший мальчик,  
Послушен каждый... *(пальчик)*.

Всегда он в работе,  
Как мы говорим,  
А отдыхает,  
Когда мы молчим.

*(Язык.)*

Красные двери в пещере моей,  
Белые звери сидят у дверей.  
И мясо, и хлеб — всю добычу мою —  
Я с радостью белым зверям отдаю.

*(Губы и зубы.)\**

Управляю человеком,  
Думаю, решаю.  
С высоты на всех смотрю  
Зоркими глазами.

*(Голова.)*

---

\* Источники: Игры в логопедической работе с детьми / Под ред. В.И. Селиверстова. М., 1974; Арефьева Л.Н. Лексические темы по развитию речи детей 4—8 лет. М., 2004.

На плечах сажу,  
Голову держу.

*(Шея.)*

Не живут в нас раки,  
Не живут моллюски.  
Говорят частенько,  
Что мы на макушке.  
Ловим звуки и шумы,  
Лечимся от тишины.

*(Уши.)*

Быстро запахи ловлю,  
Очень нюхать я люблю.  
Что готовится на кухне,  
Без ошибок расскажу.

*(Нос.)*

Угол острый на руке  
Очень помогает мне.  
Можно руку разогнуть,  
А потом ее согнуть.

*(Локоть.)*

Чтоб красиво ходить,  
Надо нас распрямить.  
Ну а если опустить,  
То сутулым тебе быть.

*(Плечи.)*

Держу я позвоночник,  
Он в организме главный.  
Должна я быть прямою,  
Чтоб он служил исправно.

*(Спина.)*

Округлый, словно чаша,  
И ямка в середине.  
Сдуваюсь, надуваюсь,  
Как мячик из резины.

*(Живот.)*



Две сестрички на лице  
Видят себя в зеркальце.  
Если воздуха набрать,  
Станут круглыми, как мяч.

*(Щеки.)*

Два окошка есть на нем,  
Коромысла два,  
Есть крючок, два лепестка  
И два бугорка.

*(Лицо.)*

Если хочешь похлопать,  
Лучше нас попроси.  
Если что-нибудь сделать,  
Наших братцев бери.

*(Ладонь.)*

Так щекотки я боюсь,  
Поэтому брыкаюсь.  
Чтобы человек ходил,  
Очень я стараюсь.

*(Пятка.)*

Они, как шелкова трава,  
И день и ночь растут.  
Расправят их граблями,  
Да и венки сплетут.

*(Волосы.)*

Часто в играх все мальчишки  
Набивают на мне шишки.

*(Лоб.)*

Над озером с камышами  
Коромысло повисло.

*(Бровь.)*

Когда ночь настает,  
Когда ветер метет,  
Ставни окна прикрывают,  
От света и соринок нас спасают.

*(Веко.)*

Мы похожи на лицо,  
Нас десяток братцев.  
Если нужно подрасти,  
Можем постараться.

*(Ногти.)*

Что исправил себе волк  
В сказке о козлятах?  
По чему, не видя вас,  
Узнают ребята?

*(По голосу.)*

### **Беседы по теме**

*Задачи:*

- дать знания о работе органов, названии некоторых болезней, их признаках, причинах возникновения;
- учить дифференцировать понятия «здоровье» и «болезнь»;
- дать простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья;
- учить понимать значение профессии врача;
- понимать, что свое здоровье надо беречь самому;
- дать знания о правилах безопасности в быту, процессе труда, во время занятий;
- учить увязывать состояние здоровья с поведением и соблюдением гигиенических мероприятий;
- развивать диалогическую речь, внимание, умение высказывать суждения, приводить примеры из жизни;
- воспитывать уважительное отношение к людям, имеющим необычный внешний вид или физические недостатки, стремиться им помочь.

\* \* \*

Содержание бесед «Что такое здоровье и как его сохранить и приумножить», «Как правильно ухаживать за зубами», «Как ухаживать за волосами», «Какими должны быть мальчики и девочки», «Ты — часть природы» представлено в книге Е.А. Алябьевой «Нравственно-этические беседы и игры с дошкольниками» (М., 2005).

Содержание бесед и познавательных занятий «Почему мы двигаемся», «Письмо Ильи Муромца», «Чудо-нос», «Чей нос лучше»,

«Берегите нос», «Ушки на макушке», «Чтобы уши не болели», «У бабушки в гостях», «Кто такие микробы», «Крепкие, крепкие зубы», «Чтобы зубы не болели», «Твой вечный двигатель» представлено в книге М.Ю. Картушиной «Быть здоровыми хотим» (М., 2004).

## Изобразительная деятельность

*Задачи:*

- закреплять отличительные особенности мимических реакций, окрашенных разными эмоциями, особенности своего лица;
- уметь с помощью разных техник и материала рисовать автопортрет с разными выражениями лица;
- развивать внимание, память, мимические реакции, изобразительные умения;
- формировать интерес к изучению собственного тела.

\* \* \*

Варианты занятий по теме «Портрет» («Смешинки и злючки», «Зеркало души», «Как “рассердить” и “развеселить” цвет», «Маска, я тебя знаю», «Ожившие маски»); по теме «Автопортрет» («Я дома», «Вот такой я человек», «Авангардный автопортрет»); по арт-терапевтической технике («Мой страх») можно найти в пособии С.К. Кожохиной «Путешествие в мир искусства. Программа развития детей дошкольного и младшего школьного возраста» (М., 2002).

## Сказки о человеческом организме

### Страна Человекия

*Задачи:*

- активизировать знания о человеческом организме, словарь по теме;
- закреплять названия частей тела, их форму и расположение;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, воображение, память, диалогическую речь;
- формировать познавательный интерес к собственному организму.

\* \* \*

Была на свете одна необычная страна — Человекия. В ней и жили такие же необычные жители, которых называли Органами. Настроили они городов — один одного чуднее.

На самой высокой горе располагался город под названием *Голова*. По своей форме он был, как мячик, круглым. Украшали тот город два чудных озера, непроходимый лес, пещера, холм и два больших локатора, улавливающих каждый звук. В этом городе жил правитель Человекии — *Головной мозг*. С высоты он мог все видеть и слышать.

Чуть пониже Головы раскинулся самый большой город Человекии под названием *Туловище*. Он был почти прямоугольной формы и такой просторный, что в нем умещалось очень много домов и жителей. Чтобы уберечься от холода, вредных бактерий и травм, жители города Туловища соорудили целую защитную конструкцию из костей и мышц, которые укрывали город и сверху, и снизу, и с боков. В этом городе жил премьер-министр Человекии. Звали его — *Сердце*. А еще в Туловище жили *братья Легкие, сестры Почки, Печень, Желудок, Кишечник* и другие. Всех и не перечислишь. Жили они дружно, всегда друг другу помогали, никого не обижали, вместе боролись с врагами-вирусами и бактериями.

К Туловищу слева и справа пристроился город, разделенный на две равные части, под названием *Рука*. Когда-то город Туловище так разросся, что даже врос в город Рука и разделил его на две половины. Одну стали называть *Правой Рукой*, а вторую — *Левой Рукой*. Форма двух половинок города Рука была похожа на большую сардельку.

К сожалению, жители правой и левой половины не могли уже ходить друг к другу в гости. Это их очень расстраивало. Дети жили в одной половине, а родители — в другой. Стали жители жаловаться правителю Головному мозгу на такое положение вещей. Правитель рассмотрел их жалобу и с тех пор стал помогать своими указаниями сверху совместной жизни жителей обеих Рук. На том все и успокоились. Связь была хорошая, да и соединяться некоторыми частями города Левая Рука и Правая Рука могли. Особенно это хорошо получалось у жителей пяти переулков на каждой стороне, расходящихся с площадей — *Ладоней*, которые назывались *Пальцами*.

К нижней части города Туловище пристроились еще две половинки одного города под названием *Нога*. Они назывались *Правой Ногой* и *Левой Ногой*. По форме они, как и Руки, напоминали две большие палки. С ними случилась совсем другая история. Они никак не могли опреде-

литься, где строить свой город. Одни хотели поближе к правому краю города Туловище, а вторые — к левому. Они долго ссорились, но никак не могли прийти к единому соглашению. Правителю очень не нравилась постоянная вражда жителей Ноги. Руководить ими было невозможно. Все их действия были не согласованы. Тогда правитель постановил разделить город на две равные части. Жители сразу успокоились и стали жить каждый в своей половине. Но Головным мозгом было поставлено им одно условие — жители правой и левой половины никогда не должны больше ссориться, жить всегда в мире и делать все вместе. Пришлось жителям Правой Ноги илевой Ноги подчиниться правителю.

Вот такие странные города были в Человекии. Трудно было Головному мозгу как правителю управлять ими. Поэтому через все города страны были проложены специальные каналы и дороги, через которые передавались информация, энергия и пища. А чтобы города не расплзлись по стране и вне ее, как медузы, правитель приказал построить костяной остов, укрепив его крепкими нитями-мышцами.

#### *Вопросы и задания*

- О какой стране говорится в сказке?
- Какие города были в этой стране?
- Где располагался город Голова? Какой он был формы? Кто в нем жил?
- Где располагался город Туловище? Какой он был формы? Кто жил в нем? Кто из руководства страной жил в этом городе?
- Где располагался город Рука? На какие две половины он был разделен? Почему жители были недовольны разделением? Как этот вопрос был решен?
- Где располагался город Нога? На какие две половины он был разделен? Почему? Какое условие поставил Головной мозг жителям двух половинок города Нога?
- Какие сооружения помогали правителю управлять Человекией?
- Какие главные части человеческого тела вы знаете? А второстепенные? Для чего они даны человеку?
- Нарисуйте человека, обозначив все его части.

### **Костяной каркас страны Человекии**

#### *Задачи:*

- активизировать знания о человеческом организме, словарь по теме;
- закреплять знания о скелете, его значении, профилактике травм;

- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, воображение, память, диалогическую речь;
- формировать познавательный интерес к своему организму, стремление к сохранению собственного здоровья.

\* \* \*

Мы уже знаем, что изменить свои форму и местоположение городам Человекии не давал костяной каркас. Его еще называют *Скелетом*. Состоял он из двухсот разных *костей*. Некоторые из них были такими прочными, что могли бы удержать вес целой машины! Но отдельные кости надо было скрепить, чтобы они не рассыпались. Для этого жители страны использовали несколько сотен *мышц* — очень крепких волокон! Чтобы правитель мог руководить действиями жителей Человекии, волокна выбрали эластичные, как резиновая лента. Они могли удлиняться и укорачиваться, сокращать или расслаблять мышцы. К костям мышцы были прикреплены плотными и упругими связками — сухожилиями. Много дней и ночей жители страны скрепляли все кости мышцами и сухожилиями, но вот наконец-то получился прочный и надежный каркас. Теперь они могли быть спокойны за свою страну и города.

Приказы мышцам от Головного мозга поступали через *Нервную систему*, в которой маленькие *человечки Нервы* держали друг друга за руки, передавая таким образом приказы по цепочке. Не было места в стране, где бы ни работали Нервы. Если по какой-то причине Нервы расцепляли руки, приказы до мышц не доходили, и они не сокращались и не расслаблялись. Тогда приходилось чинить испорченный участок Нервной системы.

Кости и мышцы умели расти. Ежегодно Человекия все увеличивалась в размерах, поэтому и костяной каркас должен был увеличиваться. Чтобы кости росли хорошо и были крепкими, обитатели Человекии поили их молоком, в котором много кальция. Кальций очень необходим для роста костей. А еще кости получали кальций из мяса, свежих фруктов и овощей. А вот от пирожных, конфет и других сладостей они обычно отказывались. Им же надо было крепнуть, а не толстеть.

О мышцах тоже нельзя было забывать. Чтобы управлять Скелетом, они должны были быть очень сильными. Поэтому каждый день правитель выгонял их на тренировку. Специально для мышц были разработаны упражнения, причем для каждой группы мышц свои. Чтобы мышцам не надоедали физические упражнения, вместо них предлагались танцы, езда на велосипеде, плавание и другие виды спорта.

Как только мышцы ленились и много спали, они сразу становились мягкими и дряблыми. Ох и доставалось тогда им от правителя! Ведь управлять Скелетом без мышц он не мог. Только ночью Головной мозг позволял всем мышцам расслабиться. Иначе они бы быстро изнашивались и превратились в тряпочку.

Но иногда случались и травмы. Кости трескались и ломались, а сухожилия и мышцы рвались. Тогда приходилось класть их в специальную больницу. Там на кости накладывали специальный фиксатор — гипс, чтобы они не двигались и срастались правильно. Больную мышцу или сухожилие закрепляли тугой повязкой, а иногда даже сшивали разорванные места. После таких травм кости и мышцы долго болели, но все же выздоравливали, восстанавливались. Поломанные кости срастались, волокна мышц и сухожилий восстанавливали свою эластичность.

Жители Человекии, как могли, берегли свой костно-мышечный каркас. Ведь это словно охранять свою крепость.

#### *Вопросы и задания*

- Для чего Человекии нужен был каркас? Что такое каркас? (*Остов — внутренняя опорная часть предмета, костяк какого-то сооружения, изделия.*)
- Как назывался каркас из костей? Сколько их было?
- Чем жители Человекии скрепили между собой кости?
- Какими были мышцы по качеству? Для чего они должны были быть эластичными?
- Чем мышцы прикрепили к костям? Какими должны были быть сухожилия, чтобы каркас был прочным?
- Как Головной мозг руководил мышцами?
- Чем кормили жители страны кости? Почему? Какие продукты не нравились костям?
- Почему мышцам нужны были ежедневные тренировки? Что можно было использовать для тренировки?
- Почему мышцам нужно было время от времени и ночью отдыхать?
- Какие травмы могли случиться с костно-мышечным каркасом? Как они лечились?
- Почему надо бережно относиться к своим костям и мышцам? Чего не надо делать, чтобы не навредить себе?
- Нарисуйте на предложенном скелете мышцы-связки. Превратите скелет в человека. Оденьте нарисованного человека в одежду для определенного пола.

- Найдите у себя кости и мышцы, пощупайте их. Напрягите мышцы руки, расслабьте. Расслабьте все мышцы тела, превратитесь в мокрую тряпочку, которую стряхивает мама. Напрягите все мышцы тела, превратитесь в железного Дровосека.

## Головной мозг — правитель Человекии

*Задачи:*

- закреплять знания о значении и деятельности головного мозга как главного органа человеческого организма; о том, как предупредить возможные травмы головы;
- активизировать словарь по теме;
- развивать целенаправленное внимание, воображение, память, диалогическую речь;
- формировать интерес к собственному организму и здоровью, желание быть здоровым.

\* \* \*

### *Какой он, правитель Человекии?*

На самой вершине высоких гор Человекии жил *Головной мозг*. Дом у него был особенный, прочный. И название дома было какое-то странное — череп. Ну ладно юрта, хижина, яранга, а этого названия среди названий домов не встречалось. Дом был такой прочный, что жилось Мозгу в нем безопасно и комфортно.

Головной мозг был правителем Человекии. Он руководил всей деятельностью жителей страны, даже их мыслями, поступками, чувствами. Он мог воображать и представлять. Без него бы жизнь в стране закончилась. Он помогал своим подданным видеть и слышать, чувствовать запахи и вкусы, тепло и холод, даже боль.

Сам Головной мозг выглядел, прямо скажем, странно. Он был похож на полусферу. Это если бы слепили большой колобок, а потом плотно прижали бы его к столу и нижняя его часть сплюснулась. Голова Мозга разделялась бороздой на две части — большие полушария (правое и левое). Голова была такой большой, что разглядеть другие части тела, которые прикреплялись к ней снизу, можно было с трудом. Рук у Головного мозга было две, но разного размера и формы. Одна, похожая на неправильную форму картофелины, почему-то называлась мозжечком. Другая, больше похожая на сливу, называлась еще уморительнее — варолиев мост. Почему они так странно назывались, мы узнаем ниже.



Имелась всего одна нога со странной конструкцией. Она выходила прямо из нижней части головы, т.е. больших полушарий, и называлась продолговатым мозгом. Странное название ноги! Конечно, и форма у нее была продолговатой.

### *Странная голова правителя*

Вы представили себе этого инопланетянина? Но это еще не все. Голову Головного мозга покрывало множество таких извилин, будто это морщинистый столетний старик. Чем больше их было, тем умнее была голова.

Внутри головы Головного мозга жили миллиарды малюсеньких существ — *нервных клеток*, обладавших поразительными способностями: они могли запоминать информацию на долгие годы, познавать все новое, различать и запоминать запахи, звуки, вкусы, которые никогда не забывали, изобретать, творить. Благодаря этим малюсеньким существам появились и самолеты, и космические корабли, и многое другое.

Со своими нервными клетками Головной мозг жил всю жизнь. Они рождались и умирали вместе с ним и никогда не заменялись новыми.

Вот это работоспособность и жизнестойкость!

Нервным клеткам никогда не приходилось обучать новичков, поэтому они помнили все и всегда. Если же некоторые нервные клетки погибали, то их место оставалось навсегда пустым.

Питался Головной мозг большим количеством кислорода и сахара. Без кислорода он мог бы погибнуть уже через несколько минут. Без сахара ему невозможно было бы думать. Поэтому во дворе у Головного мозга стояли огромные цистерны с кислородом и целые возы сахара.

### *Трудная работа Головного мозга*

Даже когда все жители Человекии спали, Головной мозг продолжал шевелить извилинами больших полушарий, думать, рождать мысли. Эти мысли жители страны часто видели в своих снах. Они казались им запутанными, не связанными с определенным временем и местом. Но они знали, что сновидения что-то означают, пытались разгадывать их, как кроссворды. Во время бодрствования мысли Головного мозга для жителей страны становились ясными, четко выстроенными. Их не надо было разгадывать как сновидения, поэтому и трудились, и отдыхали жители по приказам «сверху».

Большие полушария Головного мозга управляли не только мыслями жителей Человекии, но даже их движениями и ощущениями.

Не напоминает ли вам это театр кукол-марионеток? Только в нашем случае кукловодом является Головной мозг.

Еще одним «кукловодом» была левая рука Головного мозга, *мозжечок*. Как дирижер руководит оркестром, так мозжечок руководил работой мышц всех жителей страны, поэтому их органы работали слаженно, а не дергались одновременно в разные стороны. А еще мозжечок не давал жителям падать, следил, чтобы они всегда держали равновесие, а не вели себя, как ваньки-встаньки.

Правая же рука, которая, как вы помните, называлась *мостом* да еще *варолиевым* (Просто язык сломаешь, пока выговоришь!), занималась приемом и рассылкой сигналов, поступивших из головы, больших полушарий.

Правда, похоже на почту? Рука-почтальон. Смешно!

Но без рассылки никто из жителей страны не получил бы от Головного мозга ни мыслей, ни приказов. Такой своеобразный мост между правителем и подчиненными.

Свою часть управляющей деятельности выполняла и нога Головного мозга — продолговатый мозг. Она соединялась с самой длинной необычной дорогой, шедшей через всю Человекию, и называлась Спинным мозгом. Через нее по специальным проводам от всех жителей страны, из всех домов и организаций к Головному мозгу поступали разные сигналы: один — заболел, другой — переутомился или в плохом настроении, третий — вообще разрушился, кому-то нужен ремонт и т.п.

Как же передавались сигналы и приказы от Головного мозга ко всем обитателям Человекии? А так: всю страну пронизывали провода — нервы. Одни провода-нервы несли сигналы к Головному мозгу, все ему докладывали, другие — доставляли от него жителям указы. Оплетая всю страну, они представляли целую систему, называемую нервной.

### ***Необычные события в жизни правителя***

Головной мозг был очень серьезным и трудолюбивым. Он так много работал, что часто переутомлялся. Однажды жители Человекии вдруг заметили, что в стране творится что-то неладное: все разладилось, все ходят какие-то сонные, рассеянные. Они сразу догадались, что с их правителем что-то случилось. Пришли они к Головному мозгу, а тот от усталости даже голову поднять не может. Закрыли тогда жители темными шторами все окна и заставили правителя хорошенько выспаться. Правитель возмутился, все рвался работать, говорил, что без него все остановится. Но жители были непреклонны.

Все время, пока правитель спал, у дверей дома стояла стража, которая никого не пускала и не позволяла его будить. Как только Головной мозг отдохнул, вся жизнь в стране сразу наладилась.

В другой раз жители заметили, что приказы, отдаваемые Головным мозгом, какие-то странные. Они даже подумали, что правитель сошел с ума. Пришли они к нему, чтобы узнать, в чем дело, а он лежит на полу в голодном обмороке. Поняли тогда жители, почему правитель отдает такие странные приказы. Он был просто голоден. Ему некогда было поесть. А голодный всегда плохо думает. Принесли они Головному мозгу много разной полезной еды, дали попить кислородный коктейль. После этого Головной мозг сразу оживился, пришел в себя и продолжил свою ответственную работу. Жители же приставили к правителю специальных людей, которые каждый день следили за тем, чтобы он полноценно питался. С этих пор Головной мозг никогда не голодал.

Однажды Головной мозг перестал быть внимательным во время приема докладов от Нервов, стал тупеть. За ним и жители страны стали невнимательными, не слушали друг друга, не вникали в суть дела. Пришлось им снова разбираться в сложившейся ситуации. Никому не хотелось стать тупым. Оказывается, правитель перестал тренироваться во внимательной приемке информации. Он подумал, что все уже знает и понимает, поэтому перестал развиваться. Пришлось жителям раскрыть глаза своему начальнику, опустить его задравшийся нос, показать, что он знает далеко не все. Стыдно стало Головному мозгу за свое поведение, свою гордыню. Покраснел он, как рак, до ушей и дал обещание своим подданным, что будет учиться всегда внимательно слушать важную информацию, много читать полезной литературы, смотреть интересные телепередачи.

Случались и другие казусы в поведении Головного мозга. Как-то жители заметили, что он стал очень раздражительным, часто гневался, ссорился со всеми, стал каким-то агрессивным. Это перессорились маленькие существа — *Нервы*. Ладно бы на этом все закончилось. Но дело в том, что такое поведение повлияло на работу правителя: он стал отдавать не совсем продуманные распоряжения. Они часто были поспешными и под влиянием отрицательных эмоций. От этого стали страдать все обитатели Человекии. Пришлось им вызывать к правителю врача-невропатолога. Тот прописал ему нужные пилюли. Потом Головной мозг ходил на специальные занятия к психологу, который научил его сдерживать свой гнев, правильно от него избавляться. Правитель стал более сдержанным, уравновешенным и

решения его стали правильными. К тому же у него появилось много новых интересных друзей, которые тоже помогли Мозгу стать более умным и эмоционально уравновешенным. Жизнь в Человекии потихоньку наладилась.

*Вопросы и задания*

- Что это за страна, о которой говорится в сказке?
- Как выглядел Головной мозг? За что отвечали голова, руки и нога правителя?
- Что умел Головной мозг?
- Почему он был самым главным в Человекии?
- Какие маленькие клетки ему помогали?
- Что случилось с Головным мозгом, когда он стал плохо спать? Почему человек должен хорошо выспаться?
- Что случилось с Головным мозгом, когда он стал плохо питаться? Чем питается мозг? Почему так важно полноценно питаться?
- Что случилось с Головным мозгом, когда он стал невнимательным к тому, о чем говорят окружающие? Почему человеку так важно быть внимательным к информации, поступающей от окружающих? Почему мозг надо тренировать? Как это можно сделать?
- Что случилось с Головным мозгом, когда он стал раздражительным, гневливым? Почему таким людям отрицательные эмоции мешают думать?
- Какая беда случилась с Головным мозгом? К чему это привело?
- Что может привести к травмам головного мозга? Почему так важно беречь голову от травм? В каких случаях после травмы головы надо обязательно обратиться к врачу? (*Потеря сознания, головная боль, изменение зрения, кровотечение из ушей или носа, из головы, повышенная сонливость, тошнота или рвота.*)
- Что следует делать, чтобы избежать тяжелых травм головы? (*Использовать шлем при игре в футбол, хоккей или езде на мотоцикле; не нырять там, где мелко, в незнакомом водоеме; не прыгать с большой высоты; не бегать и не делать резких движений в темноте; быть очень осторожным в гористой местности; не швыряться камнями; пристегиваться ремнем безопасности в машине.*)
- Что нужно делать, чтобы мозг получал как можно больше кислорода?
- Что может мешать человеку думать?

- Как мы узнаем, о чем человек думает? (*Мысли можно высказать, записать.*)
- Нарисуйте правителя Человекии, используя картинку с изображением головного мозга.

## Ох уж эти Нервы!

*Задачи:*

- закреплять знания о значении и деятельности нервной системы, о том, как предупредить возникновение заболеваний нервной системы;
- активизировать словарь по теме;
- развивать целенаправленное внимание, воображение, память, диалогическую речь;
- формировать интерес к собственному организму и здоровью, желание быть здоровым.

\* \* \*

Мы уже с вами знаем, что вся Человекия была покрыта сетью, образованной Нервами. Напомню, что эту сеть мы называли нервной системой. Где их только не было! Во всех домах, на всех улицах и в переулках, в организмах всех жителей и даже в реках и озерах. Они были везде. Но для чего?

Одни из Нервов жили на улице Органов чувств и помогали жителям страны чувствовать. Без них невозможно было бы ощутить тепло и холод, давление и боль, вкус и запах. Они поселились в домах Носа, Ушей, Глаз, Кожи, Языка и других местах.

Другие Нервы поселились только в домах на улице, где жили разные Мышцы: мышцы рук, ног, туловища, шеи, внутренних органов... Вот уж и командиры были эти Нервы! Они командовали мышцами день и ночь, то сокращая, напрягая их, то расслабляя. Без них невозможно было бы движение, невозможно было бы играть на музыкальных инструментах, вытачивать детали, что-то мастерить. Они работали как моторчики. Их и прозвали за это *моторными Нервами*.

Надо сказать, что все Нервы были очень дружными и всегда помогали друг другу.

А еще Нервы были очень шустрыми. Сигналы проходили по ним со скоростью, с которой зажигается электрическая лампочка! Эта их быстрота защищала жителей страны от разных травм.

Например, кто-то уколёт палец острым предметом, а Нервы тут как тут. Учуют боль да быстрее передавать сигнал на главную дорогу страны — Спинной мозг. А там тоже есть Нервы. Они примут сигнал и передадут его Нервам, которые находятся в руке, мышцы руки сожмутся, и она сразу отдернется от острого предмета. Хорошо, что Нервы такие шустрые, передают сигналы очень быстро, а то бы последствия травм были бы тяжелыми.

Однажды поспорили Нервы, кто из них самый чувствительный к теплу, холоду или боли. Стали соревноваться. Больше всех хвалились Нервы, жившие в домиках Кожи Живота и Бедер. Судьи прикладывали к ним лед, кололи иголками, накладывали монету, но, к удивлению всех, в этом соревновании выиграла Нервы, которые жили в домике Кожи на кончиках Пальцев Рук. Эти Нервы оказались самыми чувствительными из всех Нервов. Они были такими скромными, что сразу застенялись от пристального внимания к их особе, поэтому спрятались вместе с Руками за Спину. А Нервы кожи Живота и Бедер еще долго пыхтели от обиды.

Еще Нервы были хорошими исследователями. Когда в их поле зрения попадался незнакомый предмет, они исследовали его и сразу передавали сигнал о нем своему правителю — Головному мозгу. Правитель по сигналам узнавал, что за предмет находится в Руке или какой предмет видит Глаз. Тогда Головной мозг отдавал соответствующий приказ Нервам, насколько опасен или хорош предмет, нужен он или не нужен, полезен он или вреден.

Жила в Человекии еще одна группа Нервов, которая делала очень полезную работу. Например, с их помощью автоматически работали Легкие, и в страну бесперебойно поступал кислород. Они заставляли сжиматься и разжиматься кровеносные сосуды Кожи, чтобы в холод жители страны не замерзали, а в жару не перегревались. Они приказывали Сердцу чаще биться и приносить Мышцам больше крови, когда жители страны занимались спортом или физкультурой. Они подсказывали жителям страны, когда сходить в туалет, а когда уже пора есть. Эти Нервы не требовали вмешательства Головного мозга, они были очень самостоятельными. Но от этого не задирали нос, были всегда предельно вежливыми и доброжелательными.

Все обитатели Человекии берегли Нервы. Ведь от их здоровья так много зависело! А беречь — значит заботиться. В чем же проявлялась эта забота?

Во-первых, жители делали каждый день зарядку и закалялись. Это очень нравилось Нервам, которые становились крепкими.

Во-вторых, жители правильно питались. В пищу, которую они употребляли, было много витаминов группы В и минеральных солей, таких необходимых для хорошей работы нервной системы. Витамины этой группы содержатся в таких продуктах, как хлеб, свинина, печень, молоко, яйца, зелень и растительное масло.

В-третьих, жители старались не нервничать по пустякам, а больше радоваться жизни, улыбаться, смеяться. Ведь отрицательные эмоции так губительны для Нервов!

Вот каких замечательных помощников имел Головной мозг.

### *Вопросы и задания*

- Какие Нервы жили на улице органов чувств? Чем они занимались?
- Какие Нервы жили на улице Мышц? Чем они занимались? Почему их прозвали моторными?
- Какими качествами обладали Нервы? Какое значение имели эти качества для жителей Человекии?
- Нервы какого органа самые чувствительные?
- Почему Нервы можно назвать исследователями?
- Какая еще группа Нервов жила в Человекии? За что они отвечали?
- Как обитатели Человекии берегли свои Нервы?
- Почему люди часто говорят, что все болезни от нервов?
- Как дети должны себя вести, чтобы беречь нервы окружающих людей?

## **Премьер-министр страны Человекии**

### *Задачи:*

- закреплять представления о сердце, его значении в жизни человека, устройстве, профилактике сердечных заболеваний;
- активизировать словарь по теме;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, воображение, память, диалогическую речь;
- формировать стремление к здоровому образу жизни.

\* \* \*

Правой рукой Головного мозга и премьер-министром страны Человекии было Сердце. Располагалось оно в своем дворце почти в центре площади *Грудной клетки*. Это был самый работоспособный премьер-министр на свете! Он не знал отдыха ни днем, ни ночью. Он

работал как мотор, делая *12 тысяч ударов* в сутки и прогоняя свою главную помощницу — графиню Кровь по всем домам и закоулкам Человекии три тысячи раз в сутки! Без Сердца жители страны не получили бы ни кислорода, ни питания.

Чтобы так работать, надо быть очень сильным. Поэтому Сердце превратилось в сплошную мышцу, которая сокращалась и расслаблялась как автомат. Сердце могло расти. Оно выросло от размера с небольшой апельсин до размера с небольшой грейпфрут. В этом случае обычно говорят: «Мал золотник да дорог».

Внутри Сердце имело четыре отдельные комнаты-камеры. Оно походило на состоящий из двух частей двухэтажный дом: с комнатами наверху, называемыми *правым и левым предсердиями*, и комнатами внизу — *правым и левым желудочками*.

Через две комнаты-камеры с правой стороны графиня *Кровь* в своем темно-красном платье проплывала после того, как пропутешествует по всем весям и закоулкам Человекии. Отсюда она направлялась по крупным каналам-Артериям прямо в гости к братьям Легким, чтобы забрать у них кислород и переодеться в ярко-красное платье.

— Любезные братья, — обращалась она усталым голосом к Легким, — я так износилась в дороге, мое платье стало темным и некрасивым. Будьте добры, накачайте-ка мне, пожалуйста, кислорода да побольше. Хочу сменить наряд, да и голова у меня что-то кружится, даже немного подташнивает.

На что братья Легкие отвечали по-разному. Когда у них были хорошие запасы кислорода, они с удовольствием ими делились с Кровью. Когда же запасы истощались, делиться было нечем.

— Ты уж нас извини, — говорили они графине, — ничем тебе не можем помочь. Придется тебе, графиня, в темном платье ходить. Без кислорода ты какая-то бледная. Загляни к нам в следующий раз, может, подвезут кислород.

Чаще всего, насытившись кислородом, Кровь от Легких возвращалась к Сердцу. На этот раз в новом ярко-красном платье она проплывала через него, используя левые комнаты-камеры. Ей очень хотелось, чтобы Сердце увидело, какой она стала красивой.

Но Сердцу некогда было любоваться красотами, ему надо было работать. Оно отдавала Крови приказ быстро переместиться в самую *крупную артерию* — *Аорту*, которая была баронессой и матерью всех дочерей Артерий, расходившихся от нее по всей стране Человекии, как большие реки.



— Давай-ка, Кровь, потрудишься на благо всей страны! — приказывала баронесса Аорта. — Быстро напои всех жителей кислородом и накорми питательными веществами!

— Спешу выполнять ваше приказание! — делая реверанс, откликнулась графиня Кровь. — Уже отплываю.

По всем детям-Артериям баронессы Аорты Кровь разносила кислород, полезные питательные вещества, витамины и минеральные соли. А там, где нельзя было проплыть по Артериям, вступали в игру их дети, которых звали *Капиллярами*.

Отдав все полезные вещества и кислород, забрав все отходы и углекислый газ, сменив платье на темно-красное, Кровь возвращалась обратно к Сердцу. Только в таком виде сестры Артерии ее в свои каналы не пускали. Ей ничего не оставалось делать, как использовать другие пути.

— Какие вы задаваки! — обиженно говорила Кровь. — Я и без вас обойдусь! Мне графиня Вена поможет. Она добрее, чем вы.

В первых помощниках у Сердца была не только баронесса Аорта, но и графиня *Вена*, носившая фамилию *Полая*. Она жила прямо у входа в правые комнаты-камеры. У Полой Вены были свои дети и внуки, опутывавшие своими каналами всю Человекию. Вот по ним-то и возвращалась Кровь из путешествия по стране в правую половину Сердца. И все начиналось сначала, никогда не прекращаясь.

Однажды в Человекию завезли слишком много продуктов, да к тому же они были жирными. Сердце даже обжелось. Пока все запасы не закончились, оно ело и ело. В один прекрасный день подчиненные Сердца заметили, что оно стало покрываться жиром. Работать ему становилось все труднее и труднее. Появилась одышка, сбился ритм. Все жители страны изменения с Сердцем сразу почувствовали на себе. Появились сонливость, слабость. Пришлось Сердце посадить на диету, хоть оно и сопротивлялось.

А один раз Сердце подвели Мышцы ног и рук. Они так много работали без отдыха несколько часов подряд, что просто загоняли бедное Сердце. Сколько им Крови нужно было накачать! Пришлось Головному мозгу усмирить проказников, прописать им целые сутки отдыха.

Вот еще какой случай произошел с Сердцем. Тут переусердствовал Головной мозг. Он решил активно потрудиться несколько суток подряд без сна. А так как он активно бодрствовал, то постоянно хотел есть. Конечно, в работу включился Желудок. И давай молотить все подряд! Бедное Сердце не успевало гонять Кровь. Поспать никак не удавалось, и Сердце заболело. Пришлось его лечить. А правитель дал

после этого слово, что будет беречь Сердце. Сердце стало отдыхать по ночам. Когда оно отдыхало, то медленнее билось.

Случалось с Сердцем и другое. Однажды оно перестало заниматься физкультурой, тренировать свою мышцу. Мышца стала слабеть, хуже сокращаться. Сердце от этого стало делать свою работу хуже, у него не хватало сил. Пришлось правителю приставить к Сердцу специального тренера, который следил за тем, чтобы Сердце каждый день занималось физкультурой.

Так и трудилось Сердце день и ночь много-много лет. А все живущие в Человекии берегли его. От этого зависели их здоровье и жизнь.

### *Вопросы и задания*

- Что вы узнали про Сердце? Кем оно было в сказке? Какого оно может быть размера?
- Что было внутри Сердца?
- Как графиня Кровь помогала Сердцу в работе?
- Для чего использовались правые и левые комнаты-камеры?
- Какую роль в жизни Сердца играла баронесса Аорта? Как звали ее дочерей? Чем они занимались в Человекии?
- Какую роль в жизни Сердца играла графиня Вена? Какую фамилию она носила?
- Что случилось с Сердцем, когда оно стало слишком много есть?
- Почему работающие без отдыха Мышцы чуть не угробили Сердце?
- Почему Сердцу, как и другим жителям Человекии, надо ночью отдыхать?
- Почему людям так важно заниматься каждый день физкультурой?
- Почему во время заболевания гриппом или другими инфекциями важно лежать в постели и лечиться?
- Послушайте, как бьется сердце у вашего соседа.

## **Жила-была Кровь...**

### *Задачи:*

- закреплять знания о значении крови в деятельности организма человека, ее составе, кровообращении, кровеносной системе, о том, как не допускать нарушения состава крови;
- активизировать словарь по теме;
- развивать целенаправленное внимание, воображение, память, диалогическую речь;

— формировать действенный интерес к собственному организму и здоровью, желание быть здоровым и вести здоровый образ жизни.

\* \* \*

В Человекии жила-была графиня Кровь. Она была жидкой, теплой и немного солоноватой на вкус. Цвет ее менялся от ярко-алого до темно-красного. Ей нравилось жить в Человекии. Тем более что было куда течь и откуда вытекать. Всю свою жизнь она перемещалась по всей стране, не останавливаясь ни на минуту, затекая в самые далекие улочки и переулки, города и селения.

Плыла Кровь по особым каналам-сосудам. Одни из них назывались *Артериями*. В них Кровь текла быстро и всегда надевала ярко-алое платье. Все Артерии шли от Сердца — главного мотора и правой руки правителя Человекии. Они приносили Кровь к голове, шее, рукам, ногам и внутренним органам вместе с питательными веществами. Внутри Артерии были такими гладкими, что Кровь могла продвигаться по ним беспрепятственно. Иногда она ленилась. Тогда дядьки-мышцы, которые находились в стенках Артерий, сокращаясь, начинали ее подгонять. Кровь сразу начинала двигаться быстрее. Время от времени погонщики-мышцы засыпали от утомительной работы. Тогда Кровь начинала течь медленнее и пульсировала в такт биения Сердца, как будто танцевала.

Если температура тела была нормальной, Кровь пульсировала спокойно. Когда же температура тела поднималась, пульс учащался. Срочно надо было снижать температуру, чтобы Кровь не вскипела.

Кровь очень уважала Сердце. Ведь без него бы сразу остановилась вся жизнь в Человекии! Оно, как насос, подавало Кровь ко всем тканям и органам тысячи раз в сутки! Сколько раз она слышала его стук: «Тук-тук-тук, тук-тук-тук».

— Уважаемое Сердце, — обращалась она вежливо к живому мотору, — не хотите ли вы отдохнуть, поспать? Я могу посторожить ваш сон, чтобы его никто не беспокоил. Разве можно работать без перерыва день и ночь?

— Милая Кровь, — под мирное туканье отвечало Сердце, — я бы радо, да без меня все сразу остановится и умрет. Я этого допустить не могу. Спасибо, что позаботилась обо мне. Ты лучше принеси-ка мне побольше кислорода да полезного питания, чтобы мои стенки стали крепче, а мышцы сильнее.

Кровь скорее бежала к братьям Легким, чтобы попросить у них кислорода:

— Уважаемые Легкие, — просила она, — дайте мне, пожалуйста, побольше кислорода, так нужного Сердцу. С ним оно будет лучше работать и меньше уставать.

На такую вежливую просьбу братья Легкие не могли не ответить. Они начинали глубоко дышать и отдавать кислород Крови.

Потом Кровь бежала к Желудку и Тонкому кишечнику.

— Трудолюбивые друзья! — уважительно просила она. — Дайте, пожалуйста, для Сердца побольше питательных веществ и микроэлементов. С ними оно станет сильнее!

И Желудок и Тонкий кишечник, конечно же, откликнулись на просьбу Крови. Желудок еще энергичнее начинал переваривать пищу, а Кишечник всасывать ее.

Рядом с Артериями протекали другие сосуды-реки. Они назывались *Венами*. В них Кровь никогда не разгонялась, а текла медленно, таща за собой, как ишак, «отработанные», ненужные жителям Человекии вещества, которые потом выводились из нее на свалку. И платье она выбирала другое — темно-красного цвета. Если по Артериям Кровь текла от Сердца, то по Венам — прямо к Сердцу. Течь надо было осторожно, потому что стенки Вен были тоньше, чем у Артерий, да и мышц-погонщиков в них было гораздо меньше. В Венах погонщиком, а точнее локомотивом, который толкал Кровь вперед, было само Сердце.

Кровь господствовала во всей *Кровеносной системе*. Через вытекавшие из Артерий маленькие речки и ручейки, называвшиеся *Капиллярами*, она проникала в каждую клеточку человеческого организма, принося необходимые вещества, кислород и забирая отходы. С отходами Кровь перетекала в крошечные Вены, которые в свою очередь втекали в более крупные Вены. Так осуществлялось *кровообращение*.

Кровь чувствовала себя принцессой, которую берегли и охраняли. Ее всего-то и было в организме взрослого человека литров пять-шесть, а у ребенка — три-четыре. А это совсем немного.

Внутри Крови жили маленькие существа — *Кровяные тельца* (одни — *белые*, другие — *красные*). Жизнь у них была очень короткой. Они жили примерно два месяца, а потом заменялись новыми. Но, несмотря на это, постоянно воевали между собой за первенство.

— Мы переносим от Легких ко всем жителям страны кислород, а забираем от них углекислый газ! Что бы делал без нас организм? Как бы он существовал без кислорода? — отстаивали свое первенство красные тельца.

— А нас хоть и меньше, но зато мы умеем убивать бактерии и вирусы, побеждать инфекцию! Без нас все жители давно бы умерли! — задиристо отвечали белые тельца.

Их всегда мирила между собой тетушка *Плазма* — *бледно-желтая жидкость*, в которой жили красные и белые Кровяные тельца. Она быстро разнимала ссорящихся и разносила их по Артериям и Венам через все уголки Человекии. Ее ведь было в два раза больше, чем Кровяных телец.

Тетушка Плазма была очень скромной и трудолюбивой. Она никогда не хвалилась своими достижениями. А ведь ей было о чем рассказать. Она помогала Крови свертываться и образовывать корочку при порезах, разносила к органам питательные вещества, полученные из переваренной пищи, удаляла из тканей все вредные вещества и переносила их к близнецам-сестрам Почкам, где они превращались в мочу и выводились вместе с ней из организма. Так много полезного делала тетушка Плазма, но в своем поведении никогда не походила на задиристых спорщиков — Кровяных телец.

У тетушки Плазмы были помощники — *Кровяные пластинки*, которые тоже помогали Крови сворачиваться, когда она вытекала из ранки. Без них Кровь так и продолжала бы течь из пореза или царапины вместо того, чтобы образовывать корочку на ранке. Кровяные пластинки дружили с тетушкой Плазмой, никогда с ней не расставались.

Тетушка Плазма внимательно следила за тем, чтобы состав Крови не нарушался. Даже ругалась, если человек дышал неглубоко и кислород поступал в Легкие плохо, а углекислый газ задерживался в организме.

Иногда Кровь чувствовала, что слабеет, и начинала капризничать. Как вы думаете, чего она просила? Представляете, она просила *железа*. Вот так приостанавливалась и хныкала:

— Хочу железа! Дайте мне железа! Как мои красные тельца будут разносить без него кислород?

Успокаивалась Кровь, только когда в Человекию завозили продукты, в которых есть железо: рыбу, мясо, фрукты и овощи, особенно говяжью печень, яблоки и гранаты.

Время от времени Кровь в сосудах застаивалась, начинала двигаться медленно, а то и густела так, что превращалась в настоящие пробки. Тогда тетушка Плазма, протекавшая по мышечным Капиллярам, командовала:

— Скорее займитесь гимнастикой! Скорее сокращайтесь! Займитесь своим кровообращением! Не расслабляйтесь! Энергичнее! Энергичнее!

Кого-то удавалось уговорить, а кто-то не обращал внимания на свое кровообращение и попадал в больницу с болезнями сердца.

Когда человек получал царапины и порезы, тетушка Плазма и Кровяные пластинки много трудились для того, чтобы остановить Кровь, но остановить инфекцию они не могли. Даже белые Кровяные тельца не всегда могли помочь. В таких случаях Плазма бежала к Воды и просила ее скорее промыть рану. Ведь в ране могло быть что угодно. Если Вода промывала рану, то белым Кровяным тельцам удавалось справиться с бактериями, а если Вода ленилась, не хотела идти на помощь, это так вредило всем жителям Человекии, что они могли даже погибнуть.

Некоторые жители страны умудрялись, заболев, ходить на работу, в школу и детский сад. Тогда очень переживали белые Кровяные тельца.

Им сложно было бороться в таких условиях с бактериями и вирусами! Они, конечно, очень старались, но не всегда получалось справиться с инфекцией, когда больной не лежит в постели.

Так и жила Кровь постоянно в трудах и заботах. Но ими она и гордилась.

#### *Вопросы и задания*

- Опишите Кровь.
- Как Кровь попадала к жителям страны?
- С чем можно сравнить Артерии и Вены? С чем можно сравнить Капилляры?
- Кто стоял во главе всей работы системы кровообращения? Почему Кровь так переживала за Сердце? Как она ему помогала?
- Что делала Кровь в Артериях? А в Венах? Почему она надевала платья разного цвета, когда путешествовала по Артериям и Венам?
- Почему Кровь должна была попасть даже в самые удаленные места Человекии?
- Какие маленькие существа жили в Крови? Что они там делали?
- Чем занималась тетушка Плазма? Из чего она состояла?
- Какого микроэлемента иногда не хватало Крови? В каких продуктах его много?
- Почему царапины и ссадины нужно тщательно промывать?
- Почему во время заболевания надо лежать в постели?
- Почему надо заниматься физкультурой и спортом?
- Почему надо чаще бывать на свежем воздухе?

## Братья Легкие

*Задачи:*

- закреплять представления о работе легких, дыхательной системы;
- показать значимость дыхательной системы для жизнедеятельности человеческого организма;
- активизировать словарь по теме;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, воображение, память, диалогическую речь;
- формировать познавательный интерес к своему организму, желание вести здоровый образ жизни.

\* \* \*

В Человекии жили братья-близнецы, которых звали Легкие. Одного братца звали Правое Легкое, а другого — Левое. Были они очень работящими. Буквально день за днем работали, месяц за месяцем, год за годом всю свою жизнь. В этом они брали пример со своего премьер-министра — Сердца. Уж очень они его уважали. К тому же их дома находились совсем рядом.

Жили братья в большой костяной клетке, называемой *грудной клеткой*, потому что располагалась на Грудной площади. Клетка не могла закрыть братьев от дождя или снега, но зато она защищала их от травм в виде ушибов или проколов. Прутья у грудной клетки были прочными, надежными. Ведь сами братья Легкие не отличались большой прочностью.

Внутренняя поверхность Легких была как *губка* и от этого они очень мало весили. К тому же в этой губчатой материи жили миллионы крошечных человечков. Они были воздушными, как воздушный шарик, и походили на мешочки. Звали их *Легочные пузырьки* — они были такими же эластичными, как и воздушные шары. Наполняясь воздухом, могли расширяться, а отдавая его, сужаться. Такие смешные воздушные человечки — то толстые, то тонкие!

Каждые три-четыре секунды братьям Легким требовался воздух. Они были настоящими воздушными обжорами! Откуда же они его брали?

Служил Легким заведующий воздушной насосной станцией — *Нос-Носович*, живший далеко от своих господ и никогда их не видевший. Его насосная станция находилась на внешней территории Человекии, а господа Легкие жили на внутренней территории, их разделяла прочная оболочка из Костей, Мышц и Кожи. Нос-Носович, как и его хозяин, работал сутки напролет. Он, как насос, вдыхал из атмосферы воздух.

В атмосфере этого воздуха было очень много. Только состав его был разным. Чистый горный, лесной и морской воздух очень нравился Нос-Носовичу. От грязного городского воздуха он постоянно чихал, а от воздуха, пропитанного табачным дымом, задыхался. Приходилось даже вызывать скорую помощь. Бедному Нос-Носовичу жилось несладко. Ведь чистого воздуха в атмосфере оставалось все меньше и меньше.

Чтобы воздух попал точно к братьям Легким, была изготовлена специальная труба. Долго думали, как ее назвать. Потом вспомнили, что при ковке металла воздух в печь подается с помощью горна. Так и назвали трубу *Гортанью*. Воздух несся через Гортань и кричал:

— Скорее пустите меня к Легким! Не задерживайте! Я на военной службе! Не могу просрочить ни секунды!

Но ему приходилось приостанавливать свой полет, потому что сеть воздушных трубок разветвлялась, пропуская небольшие порции воздуха. Гортань сменялась другой прямой трубкой, называемой *Трахеей*. От нее шли разветвления в Правое и Левое Легкое. Это были *Бронхи*, похожие на две ветки дерева с небольшими веточками. Благодаря им воздух поступал сразу ко всем воздушным человечкам, жившим в Легких. Легкие сразу расширились, становились большими и важными.

А дальше начинали работать воздушные человечки — Легочные пузырьки. Они быстро забирали из воздуха кислород и сразу отдавали его графине Крови, которая уже ожидала новую порцию кислорода. Ох и радовалась она такому товару от Легочных пузырьков! Ведь теперь она могла насытить кислородом всех жителей Человекии!

Но графиня Кровь не могла просто взять кислород. Она должна была его купить. Взамен Кровь отдавала Легочным пузырькам углекислый газ, который привозила с собой, забирая его от жителей. Но и этого было мало Легочным пузырькам в обмен на такой ценный продукт, как кислород. Они забирали у Крови еще и никому не нужные излишки воды. Сколько же было такой воды? Немало — от двух до четырех больших стаканов ежедневно!

Легочным пузырькам очень не нравился углекислый газ, да и вода им не требовалась. Так, от жадности они забирали все это у графини Крови. Стараясь поскорее избавиться от ненужного товара, они сжимались, выталкивая из себя и углекислый газ и воду. Это походило на то, как сдувается воздушный шарик, выпуская воздух.

Углекислый газ и вода всегда возмущались:

— Что это вы от нас избавляетесь? Что вам не нравится? Привереды! Больше к вам не придем! Задаваки! Подумаешь, пузыри! Много о себе думаете!



Легочные пузырьки же быстрее выталкивали возмущавшихся вместе с воздухом, приговаривая:

— Летите, летите! Нечего нас засорять! Мы хотим быть чистыми и прозрачными!

Углекислый газ и вода вылетали через Бронхи, Трахею и Гортань прямо назад к Носу-Носовичу, если он был здоров. А если прихварывал, то прямо в Рот. И Нос-Носович и Рот с удовольствием отдавали их назад воздуху, который жил в атмосфере.

Все были довольны. Жители Человекии получали кислород, братья Легкие были в почете у правителя Головного мозга и его премьер-министра Сердца. Нос-Носович получал премиальные от Легких.

### *Вопросы и задания*

- О каких братьях говорится в сказке? Какие они были? На кого хотели быть похожими?
- Где жили братья Легкие? Как назывался их дом? Чем он отличался?
- Что можно сказать об особенностях строения братьев?
- На что были похожи Легочные пузырьки?
- Кто служил братьям Легким? Чем занимался Нос-Носович?
- Как воздух попадал из Нос-Носовича к Легким?
- Что делали с воздухом Легочные пузырьки?
- Что взамен кислорода отдавала пузырькам Кровь?
- Куда девались потом углекислый газ и лишняя вода?
- Почему дома премьер-министра Сердца и братьев Легких в Человекии находились рядом?
- Почему нужно следить за здоровьем легких? Как это надо делать? *(Как можно меньше дышать загрязненным воздухом; как можно чаще выезжать за город, ходить в парк, на берег моря, озера, реки; поменьше простужаться, чтобы не заболеть трахеитом, бронхитом или воспалением легких; не переохлаждаться, не находиться на сквозняках, одеваться по погоде, употреблять достаточное количество витаминов; регулярно лечиться от аллергии или астмы, если они есть; никогда не курить; бороться против загрязнения воздуха; не сжигать мусор на открытом воздухе.)*
- Эксперимент с выделением воды из легких. Взять в руки зеркальце, глубоко вдохнуть, а потом с силой выдохнуть прямо на стекло. Оно запотеет, станет сырым.

## Электростанция, химическая лаборатория и склад в одном лице

*Задачи:*

- закреплять представления о значении печени в жизнедеятельности организма, мерах профилактики заболеваний печени;
- активизировать словарь по теме;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, воображение, память, диалогическую речь;
- формировать стремление к здоровому образу жизни, самопознанию.

\* \* \*

Самый большой дом во внутренней Человекии был у научной сотрудницы, называемой *Печенью*. Он располагался на площади, которая называлась *Брюшиная полость*. Несмотря на то что Печень жила намного ниже, чем братья Легкие, она все же умудрилась занять часть их Грудной клетки, совсем немного, лишь последние ребра. Но даже это обстоятельство было на пользу Печени — ребра защищали ее от вторжений извне, как и братьев. Легкие не стали с ней скандалить, все-таки научный сотрудник, уважаемый житель Человекии! Каких-то двух ребер им было не жалко.

В отличие от губчатых братьев Легких Печень была мягкой и мясистой да еще красно-коричневого цвета. Такую издали заметишь. Она не любила белых халатов, как другие научные сотрудники, поэтому никогда их не надевала.

Была эта особа очень деятельной. Много работала, как и другие жители страны Человекии, но все-таки имела особенность.

С одной стороны, Печень была настоящей электростанцией, производившей особые *белки-протеины*, очень нужные графине Крови для того, чтобы в ней *образовывались* новые кровяные клетки. А еще белки-протеины снабжали жителей страны *энергией* и *питательными веществами*.

С другой — Печень была настоящей химической лабораторией. В ней она производила *желчь* — желто-зеленую жидкость, горькую на вкус. Ее она отправляла в помощь Кишечнику для *переваривания жиров*.

— Уважаемый Кишечник, — звонила ему Печень, — прошу забрать очередную порцию желчи. Я ее уже приготовила и разлила по пробиркам. Хорошая желчь получилась в этот раз! Вот уж помощницей вам будет.

— Уже бегу! — отзывался Кишечник. — Спасибо вам большое, уважаемая Печень. Мне помощники нужны. А я вам вкусняшку приготовил в благодарность. Берите сколько хотите!

Кишечник взамен отдавал через Кровь Печени *питательные вещества, витамины*, полученные из переваренной пищи и впитавшиеся в стенки Кишечника.

Но Печень совместно работала не только с Кишечником. Самой близкой подругой ее была графиня Кровь. Можно сказать, что они были неразлучны. Для нее в своей химической лаборатории Печень создавала такие вещества, с помощью которых при необходимости *Кровь* не текла, а *сворачивалась*. Без таких веществ при соответствующих обстоятельствах Кровь могла бы просто вся вытечь из Человекии и умереть. Другие вещества не давали Крови *густеть* и закупоривать каналы, по которым она текла. Поэтому графиня всегда оставалась стройной и текучей.

— Возьми вот эти два сосуда, — говорила Печень подруге, — в них чудодейственное средство для тебя. Не захочешь течь, попей вот этого средства из синего сосуда, сразу загустеешь, а обленишься, застоишься, пей из красного сосуда, и тогда быстрее побежишь.

Но и это еще не все. Печень в лаборатории периодически *очищала* Кровь от *вредных веществ*, которые набирались в ней в процессе путешествия по Человекии. Как Кровь была ей благодарна! Ведь Печень спасала ее от болезней. Это настоящая подруга!

— Милая, милая, Печень, — благодарила подругу Кровь, — ты даже не представляешь, как я тебе благодарна! Если надо, я даже отдам за тебя жизнь! Ты так много для меня делаешь!

Но бывали и такие случаи, когда Кровь случайно или специально *травили ядовитыми веществами*! Ужас! Но в жизни разное случается. Что бы было с бедной графиней, если бы Печень не могла в своей лаборатории *разрушать* эти вещества и *выводить* их из подруги? Страшно себе представить! Да, Печень была не только хорошей подругой, но и настоящим ученым!

Кроме того, что Печень — электростанция и химическая лаборатория, она еще была и запасливой. У нее в доме находился настоящий склад. На этом складе она *хранила* очень ценные вещества — *жиры, белки, углеводы, минеральные вещества, витамины*. Со склада Печень выдавала их, когда жителям Человекии требовалась энергия для деятельности или строительный материал для замены изношенных клеток.

Еще одно удивительное свойство Печени — она могла сама себя *восстанавливать* после болезней или травм. Настоящая волшебница! Никто, кроме нее, этого делать больше не умел.

Такая способность вызывала у жителей Человекии и восторг и зависть одновременно. Наиболее завистливые старались навредить Печени. Одни насылали на нее разные инфекции, от которых она на-

чинала очень страдать. Другие подсовывали Желудку и Кишечнику вредную еду и напитки, чтобы они ими угостили Печень. А то еще вместо пищи подложат чистящую жидкость или стиральный порошок, средство от насекомых или лекарства.

Бедную Печень после этого приходилось госпитализировать и долго лечить. Еще пытались даже заморить Печень голодом. Неоткуда ей тогда было взять жиры, белки, углеводы, минеральные вещества и витамины. Работоспособность Печени сразу падала. А ведь от ее работы зависела жизнь всех жителей Человекии!

Правда, хороших соседей у Печени было больше, чем плохих. Поэтому она с удовольствием продолжала вырабатывать энергию, творить в химической лаборатории и накапливать ценные вещества для всех обитателей страны.

### *Вопросы и задания*

- О каком жителе Человекии говорится в этой сказке?
- Где жила Печень?
- Какая она была по описанию? Кем она работала?
- Почему Печень сравнивали с электростанцией?
- Что Печень делала в своей химической лаборатории?
- Как Печень дружила с Кишечником?
- Кто был самой близкой подругой Печени? Как Печень помогала подруге?
- Что хранила Печень у себя на складе? Для чего?
- Какой уникальной способностью обладала Печень?
- От каких вредоносных поступков плохих жителей Человекии она страдала?
- Как человек должен заботиться о своей печени? Сформулируйте правила.

## **Сестры Почки и Мочевой пузырь**

### *Задачи:*

- закреплять знания о работе почек и мочевого пузыря, профилактике заболеваний почек;
- активизировать словарь по теме;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, воображение, память, диалогическую речь;
- формировать ответственное отношение к собственному здоровью.

\* \* \*

Мы уже знаем, что в Человекии жили братья-близнецы Легкие. Но также там обитали и сестры-близнецы. Звали их Почками. Они походили на *фасолины* размером с кулак. Домик их располагался за большим домом Печени на площади Брюшной полости.

Как и Печень, они были *красно-коричневато*го цвета. Сестры никогда не расставались друг с другом. Даже любимый у них был один на двоих. Звали его *Мочевой пузырь*. Он жил несколько *ниже* Почек, но на той же площади.

Чтобы иметь постоянную связь с любимым, Почки проложили к нему длинные полые трубки и назвали их в честь его *Мочеточниками*.

Сестры Почки, как и Печень, очень дружили с графиней Кровью, которая часто у них гостила. В доме Почек стояли мощные *фильтры*, которые *забирали* у Крови *вредные вещества* — отходы. Кровь с удовольствием отдавала их. От этих отходов у нее начинала болеть голова, и все тело ломило, как при гриппе. После того как у нее отфильтровывались вредные вещества, Кровь чувствовала себя такой чистой, словно в баню сходила.

Еще Почки *забирали* у графини Крови *некоторое количество лишней воды*. И эта процедура была приятна для подруги. От лишней воды ее раздувало, как шар, опухали руки и ноги. Поэтому Кровь отдавала лишнюю воду сразу и с удовольствием, ничего не прося взамен.

Почкам очень нравилось, когда через них проходило большое количество воды, молока и фруктовых соков. Они могли выпить до восьми стаканов в день! Жидкость им была нужна для работы фильтров.

А не нравилось Почкам то, что они имели дело с вредными веществами. Они считали, что похожи на помойку, в которую бросают всякие отходы. Это их расстраивало. Разве они, похожие на помойку, могли понравиться Мочевому пузырю? От таких мыслей Почки часто плакали. Капли слез попадали в трубки Мочеточники. По *трубкам* они текли как раз напрямиком к *Мочевому пузырю*. Иногда слез было столько, что они могли бы за день наполнить целых *шесть стаканов*! Мочевой пузырь не знал, что это за жидкость поступает к нему по трубкам. Тем более что он не мог догадаться о том, что это слезы сестер. От жидкости он расширялся, становился тяжелее. Это ему явно не нравилось. Он не хотел быть толстым. Когда он уже не мог больше наполняться, он открывал специальный кранчик, соединен-

ный с трубочкой, которая называлась *Мочейспускательным каналом*. Через этот канал жидкость выходила из Мочевого пузыря наружу. После этого он облегченно вздыхал, настроение его поднималось. Но Почки плакали и плакали, поэтому Мочевой пузырь то растягивался, то сжимался. Ему было даже некогда познакомиться с сестрами-близнецами, не то что в них влюбиться.

Как-то узнал Головной мозг об огорчениях Почек. Позвал он их к себе и поручил им очень ответственное задание — *задерживать в Крови сахар, определенные белки и жиры*.

— Я очень доволен вашей работой, — сказал правитель Почкам, — вы ведь очищаете нашу страну от вредных веществ. Представляете, что бы было, если бы вы этого не делали? Все жители бы отравились или даже умерли. Это очень важная работа. Я вами горжусь! Ну раз вы такие ответственные, я поручаю вам еще одно важное дело — вы будете помогать графине Крови снабжать наших жителей полезным питанием. Я назначаю вас помощниками научного сотрудника Печени. Она тоже выполняет эту работу.

Сестры Почки даже покраснели от удовольствия. Им была очень приятна похвала правителя. С этих пор они плакали только от радости. В этих слезах они растворяли все вредные вещества. А Мочевой пузырь так и не понял, почему его используют как резиновую грелку. Он постоянно ворчал и возмущался.

### *Вопросы и задания*

- О каких сестрах-близнецах идет речь в сказке?
- Где они жили? Как выглядели?
- Как звали возлюбленного Почек? Какой канал сестры соорудили, чтобы Мочевой пузырь узнал о них?
- С кем дружили Почки? Как они помогали графине Крови?
- Что нравилось Почкам употреблять?
- Почему Почки все время плакали? Что их так огорчало?
- Куда утекали слезы Почек? Как в реальной жизни называется эта жидкость? (*Моча*.)
- Почему Мочевой пузырь был недоволен тем, что в него стекали слезы Почек? Сколько слез в него могло поместиться за сутки?
- Как Головной мозг успокоил Почки? Какую важную работу он им поручил?
- Что нужно делать, чтобы почки не болели?
- Найдите у себя место, где находятся почки.

## Шпионская сеть правителя

### Задачи:

- закреплять знания о сенсорной системе человеческого организма — глазах, ушах, носе, коже, языке, ее значении в нашей жизни, профилактике заболеваний;
- активизировать словарь по теме;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, воображение, память, диалогическую речь;
- формировать внимательное и заботливое отношение к собственному организму.

\* \* \*

Как мы уже знаем, правитель Челобекии жил в городе под названием Голова. С высоты своего положения он все видел, все слышал, про все знал. Помогала ему в этом целая сеть тайных агентов. Без них Головной мозг не мог бы управлять жителями страны.

### **Братья Глаза**

Самыми важными спецагентами были братья по имени *Глаза*. Они никогда не встречались и не видели друг друга, но были похожи друг на друга как две капли воды. Всей их шпионской деятельностью *руководил правитель*. Он же и управлял их совместными действиями, используя своих помощников-*Нервов*. В данном случае *зрительных Нервов*.

Жили братья по обе стороны от другого спецагента под именем Нос-Носович. Его дом был таким большим, что мешал Глазам видеться и общаться.

Глаза должны были следить за всем, что происходит вокруг Челобекии. Они все видели, за всем наблюдали. Мимо знакомых объектов они проскальзывали, а вот незнакомые внимательно рассматривали. Их сигналы часто оберегали жителей страны от бедствий и болезней. Головному мозгу Глаза *передавали* много полезной *информации* об окружающем мире, которую он потом перерабатывал и делал определенные выводы. Информации было так много, что правитель еле за ней поспевал.

Как любые спецагенты, Глаза любили маскироваться. Они то разливались двумя прекрасными голубыми озерами, то прикидывались полянками с зеленой травой, то вкусными коричневыми шоколадками или серым осенним небом. В этом им помогала *радужная оболочка*, которая могла менять свой цвет.

Спецагентам постоянно надо было прятаться, чтобы их никто не заметил. Глаза ведь были *круглыми*, как шар, как яблоко с немного вытянутой передней частью. Иногда жители Человекии их сравнивали с яблоками и говорили:

— Вон, смотрите, *Глазные яблоки* сидят. Опять что-то высматривают. Снова побегут правителю докладывать.

Круглому всегда спрятаться труднее. Нужно *специальное углубление* округлой формы. Вот такие углубления и вырыли себе Глаза и подобно своему имени назвали их *Глазницами*.

Были у спецагентов и специальные плащи, которыми они укрывались от посторонних взоров. Самым большим плащом белого маскировочного цвета была *Склера*. Она закрывала Глаза со всех сторон. Сквозь нее ничего не было видно, зато она хорошо защищала их от внешнего воздействия. Чтобы наблюдать за происходящим, спереди плаща Глаза вставили прозрачное окно. Когда их кто-то спрашивал, что это за прозрачные окошки, они отвечали:

— Да так, просто какая-то глазовица, *Роговица*.

Название прозрачного окошка сбивало любопытных с толку, и они быстро отставали от Глаз, крутя указательным пальцем у виска. Глазам это понравилось. Теперь они могли в шифровках без опаски докладывать: «Сегодня, наблюдая за происходящим через *Роговицу*, я увидел нечто необычное...».

Роговица была прозрачной. Это давало Глазам возможность подставлять под нее круглую *радужную оболочку* и таким образом маскироваться то под озеро, то под траву, то под небо, то под шоколадку.

*Радужная оболочка* не только меняла цвет, но и имела таинственный черный кружок в середине. Этот кружок был не простой. Настоящая черная дыра. Он мог пропускать через себя свет, сужаться при ярком свете и расширяться при тусклом свете, заставляя и радужную оболочку делать то же самое. Эту черную дыру Глаза называли *Зрачком*. Его они использовали как часть специального шпионского фотоаппарата. В нем были две *линзы*. Одна находилась между *Роговицей* и *Радужной оболочкой* в виде жидкости. Другая же овальная линза, *Хрусталик*, находилась позади радужной оболочки и зрачка. Хрусталик мог *менять свою форму*, становясь то выпуклым, то более плоским. Когда Глаза смотрели на близкие предметы, Хрусталик становился толще, когда на дальние — тоньше. *Хрусталик* делал *изображение четким*.

Еще одной частью шпионского фотоаппарата была *Сетчатка*, которая очень *плотно* покрывала всю *заднюю часть* Глазного ябло-



ка. Она выполняла роль пленки в фотоаппарате. Когда свет проходил через Зрачок и Хрусталик, он попадал на Сетчатку. Сетчатка тут же подавала сигнал *Зрительному Нерву* в виде *перевернутого* вверх ногами изображения, а тот немедленно рапортовал Головному мозгу об увиденном. А правитель видел уже в *нормальном*, перевернутом обратно виде то, что ему хотел передать Глаз. Вот такой необыкновенный фотоаппарат! Получается, что Глаза только передавали правителю информацию, а видел ее только он.

Спецагенты Глаза заботились о своем здоровье. У них ведь была такая нелегкая работа! Себе на службу они поставили *Слезные железы*, которые постоянно поставляли для своих хозяев слезы. Не подумайте, что слезы нужны были Глазам, чтобы плакать. Совсем нет. Эти слезы круглосуточно *омывали* Глазное яблоко, чтобы его поверхность всегда была *влажной* и не пересыхала. Вы же знаете, как неприятно, когда пересыхает во рту. И Глазам сухими было быть очень неприятно.

А еще Глаза могли прятаться от взглядов посторонних под специальные жалюзи — *Верхнее веко*. Когда Глазам надо было немного отдохнуть, выспаться или скрыться от яркого света или ветра, Верхнее веко прикрывало их, как жалюзи прикрывают окно.

Еще одними защитниками Глаз были особые стражники. Их звали *Ресницами*. Они стояли ровно в ряд на своем посту день и ночь по самому краю *Верхнего* и *Нижнего Века*. Стражники были похожи на волоски, но стояли так часто, что могли защитить Глаза от пыли и песка.

### *Вопросы и задания*

- Чем занимались спецагенты Глаза?
- Где они жили? Кто был их соседом?
- Почему братья-близнецы никогда друг друга не видели? Как они общались?
- Как могли маскироваться спецагенты Глаза? Какого цвета могла быть Радужная оболочка?
- Где прятались Глаза?
- На что они были похожи? Как их называли?
- Какой самый большой маскировочный плащ использовали Глаза?
- Для чего они вставили в Склеру окно? Как оно называлось?
- Что за таинственный кружок был в центре Радужной оболочки? Для чего он был нужен?

- Какой волшебный фотоаппарат придумали Глаза?
- Какие линзы помогли делать наводку на видимый предмет?
- Что служило фотопленкой в волшебном фотоаппарате? Как изображение отпечатывалось на Сетчатке?
- Кому Сетчатка передавала сигнал об увиденном? Что с этим сигналом делал Головной мозг?
- Как спецагенты Глаза заботились о своем здоровье и благополучии?
- Что вы знаете о том, как надо заботиться о своих глазах? Как предупредить травмы глаз?
- Рассмотрите глаза на картинке и назовите те их части, о которых говорилось в сказке.
- Для чего нужна гимнастика для глаз? Сделайте основные упражнения.

### ***Спецагент Нос-Носович***

Еще одним тайным агентом Головного мозга был Нос-Носович. Своим видом он напоминал небольшой холм. Его дом располагался между домиками Глаз. Нос-Носович был нюхачом. Если Глаза должны были все видеть, то Нос-Носович должен был *чувствовать* все *запахи*, отличать полезные запахи от вредных. Ведь запах может многое сказать об окружающем. Это мог быть и запах пищи, и запах цветов, и запах скошенной травы, и запах пота, и запах гари, дыма, и вредных химических веществ, и многие другие запахи. Нос-Носович без Глаз мог определить только по множеству запахов, что происходит где-то поблизости.

Сам Нос-Носович был *хрупким* и очень остерегался всяких столкновений и падений. *Хрящевая пластинка* разделяла его на две части, поэтому он имел два входных отверстия.

Помогали шпионить Нос-Носовичу все те же *Нервы*. Только теперь они назывались *обонятельными*. Нервы жили в средней части дома Нос-Носовича и постоянно ловили из поступавшего воздуха разные запахи. Сведения о *каждом отдельном запахе* они передавали Головному мозгу через *специальный сигнал*. Одними из приятных были сигналы: «Прекрасная роза», «Вкусная пища», «Прелестные духи», «Чистое тело», «Цветущие деревья», «Родной дом», «Морской бриз». Среди самых неприятных выделялись такие, как: «Гарь», «Сигарета», «Дым от заводских труб», «Выхлопные газы», «Мусорные контейнеры», «Помойка», «Испорченные продукты», «Газ из газовой плиты», «Грязное тело».

В зависимости от поступающих сигналов Головной мозг отдавал приказы: «Нюхать!», «Не нюхать!», «Дышать реже!», «Надеть противогаз!», «Быстро удалиться!», «Можно есть!» или «Нельзя есть!», «Надо помыться!», «Отключить прибор!» и др.

Нос-Носович себя очень берег. Чтобы различать разные запахи, ему нужно быть всегда чистым и здоровым. Для *защиты* от пыли он поставил специальных охранников — *волоски*, которые не пропускали пыль внутрь. А от микробов Нос-Носовича спасала специальная *слизь*, жившая постоянно у него внутри в специальном *лабиринте*.

Нос-Носович так уставал от ежедневного нюхания, что иногда затыкал свои проходы ватными тампонами, чтобы ничего не чувствовать. За это получал взбучку от Головного мозга. Но иногда все-таки Нос-Носович заболел. Тогда он не мог различать запахи. Приходилось срочно его лечить. Как же шпионская сеть без нюхача?! При этом страдал и еще один спецгент — Язык, которому Нос-Носович помогал различать вкус. Он первым посылал Головному мозгу депешу: «Срочно лечите Нос! Не могу без него работать!» Больной Нос-Носович начинал чихать, выпихивая из себя слизь, наполненную вредными микробами. Он ходил на прогревание, вливал в себя специальные капли. Ему было приятно, что все за него так переживают, и он старался побыстрее выздороветь.

### *Вопросы и задания*

- В качестве кого служил у Головного мозга тайный агент Нос-Носович?
- Почему он был хрупким?
- Как помогали Нос-Носовичу Обонятельные Нервы?
- Какие разные запахи ловил Нос-Носович? Как на сигналы агента реагировал Головной мозг?
- Как берег свое здоровье агент? Кто ему в этом помогал?
- Кто из агентов работал совместно с Нос-Носовичем? Почему Язык страдал, когда Нос-Носович болел?
- Как Нос-Носович лечился?
- О чем можно узнать по запаху?
- Почему чаще всего через нос вредоносные бактерии и вирусы попадают в наш организм? Почему надо дышать носом, а не ртом?
- Как надо ухаживать за своим носом? Почему?
- Как предупредить травмирование носа?
- Какой формы бывают носы? Сравните форму своего носа с формой носа соседа. Дорисуйте нос на лице человечка.

### Спецагенты Уши

Работали в секретной службе у Головного мозга не только братья-близнецы Глаза, но и братья-близнецы Уши. Как и Глаза, они никогда друг друга не видели. Если Глаза все видели, Нос-Носович все чувал, то Уши *все слышали*. Они были настоящими локаторами, которые улавливали разные звуки окружающего мира и обо всем докладывали правителю.

Среди поступающих звуков были приятные, которые хотелось Ушам ловить. Шум прибоя или дождя успокаивал, хорошая песня или классическая музыка радовали, вдохновляли, голос мамы вызывал чувство покоя и умиротворения. От некоторых звуков Ушам хотелось спрятаться или заткнуть свои проходы ватными тампонами. Очень раздражал скрежет затормозившей машины, звуки от трения железа о железо, от царапания по стеклу, очень громкий звук музыкальных инструментов, крики людей во время ссор, рев включенных двигателей самолета. Были и такие звуки, которые пугали. Взрывы бомб или вулкана, скрежет изуродованных в аварии машин, шум ветра во время шторма, грохот землетрясения, цунами, тайфуна, звуки войны.

Чтобы жители страны Человекии не знали, что Уши тайные агенты, они замаскировали свои *ушные раковины* под пельмени. Сидят такие обычные два пельменя с двух сторон Головы, и никому не интересно, что они там делают. Всю основную аппаратуру Уши спрятали внутрь и тоже замаскировали.

Если спецагенты Глаза видели конкретный предмет и могли Головному мозгу передать его изображение, отраженное на сетчатке, то Уши не могли видеть и даже нюхать. К ним информация приходила через *звуковые волны*. Это, конечно, не волны на море. Они могли быть большими и *сильными*, как в штормовом море, или *слабыми*, как во время затишья. Эти звуковые волны доходили до Ушей даже сквозь воду, стены и перегородки. Такие это были волшебные волны. Ушам даже не надо было двигаться с места, чтобы их улавливать. Если Глазное яблоко с помощью мышц могло двигаться, и Глаза могли видеть, что происходит слева от них, справа, вверху, внизу, то спецагенты Уши сидели как истуканы неподвижно. Со стороны можно было подумать, что они постоянно дремлют или спят.

Но стоило только очередной звуковой волне подкатить к *ушным раковинам*-пельменям, как вся замаскированная аппаратура начинала работать. Не зря ушная раковина заканчивалась *воронкой*, которая засасывала в себя Звуки. Они не могли уже вырваться и убежать. Воронка крепко их держала и направляла в специальный *извилистый слуховой*

*проход.* Уши специально изогнули этот проход, чтобы внутрь случайно ничего не попало и не поранило тайную аппаратуру. К тому же стенки слухового прохода вырабатывали густое клейкое вещество желтоватого цвета — *ушную серу*. Сера, действовавшая как ловушка, притягивала к себе грязь, пыль и мелких насекомых, не пуская все это внутрь.

Бедные Звуки не знали, куда их направляют и что с ними будет! Вот тут они и наталкивались на необычную преграду, похожую на барабан. «Здорово! — думали они. — Нас, наверное, позвали поиграть на музыкальных инструментах!» И Звуки начинали биться о натянутую *перепонку*, которая и вправду называлась *барабанной*. «У нас получается! — радовались Звуки. — Мы будем играть на барабанах!»

Но барабанная перепонка начинала *вибрировать*. Это было сигналом для другого тайного механизма. Вдруг Звуки начинали слышать не бой барабана, а звон наковальни. Как будто *молоточек* стучал о *наковальню*, чтобы выковать *Стремечко*. Звуки и сами не понимали, как они оказывались в этой кузнице и заставляли двигаться маленькие косточки, так похожие на молоточек, наковальню и стремечко. «Боже мой! — пугались Звуки. — Что же теперь с нами будет?! Неужели нам так и придется всю свою жизнь прожить в кузнице?!»

Но на этом дело не заканчивалось. Из стремечка Звуки попадали в специальную *жидкость*. «Ну вот, — пугались они, — теперь нас еще и утопят». Однако никто не собирался их топить. Спец агенты Уши специально заманивали Звуки в свое тайное озеро в средней своей части, которая называлась *Средним ухом*. Теперь, боясь утонуть, Звуки все о себе рассказывали.

Собирал сведения, поступающие от испуганных Звуков, помощник Ушей — *Слуховой нерв*. Он не плавал вместе со Звуками в жидкости, в которой они вызывали колебания, а сидел в сухом *Внутреннем ухе* и составлял шифровку для Головного мозга. За долю секунды правитель расшифровывал полученную шифровку и отдавал соответствующие приказы.

Так спец агенты Уши заманивали все новые и новые звуковые волны, чтобы обо всем знать.

Но не всем Звукам Уши были рады. От громких звуков они быстро уставали, особенно жаловался Слуховой Нерв, которого это очень раздражало и ослабляло. Неприятно Ушам было прислушиваться и к шепотным звукам, приходилось сильно напрягаться, чтобы их услышать. Уши пытались даже закручиваться в трубочку, чтобы не слышать неприятных звуков. Но это не помогало. Тогда пришлось

купить наушники. Еще Ушам не нравилось, когда в них задувал ветер. Это было очень неприятно и даже опасно. От этого Уши могли заболеть. Приходилось потом лечиться. Да и защитница *Сера* могла подвести. Иногда ее вырабатывалось от усердия так много, что она образовывала пробку, затыкая слуховой проход. Тогда Уши переставали хорошо слышать. Приходилось срочно вычищать *серную пробку*, а порой и вымывать ее. Поэтому Уши всегда следили за своей чистотой и здоровьем.

### *Вопросы и задания*

- О чем докладывали спецагенты Уши Головному мозгу? Почему эта информация была очень важной?
- Почему братья-близнецы Уши никогда друг друга не видели?
- Какие звуки слышали Уши? Как они к ним относились?
- Под что замаскировали Уши свои Ушные раковины?
- Что ловили Ушные раковины?
- Почему звуки не могли уже выбраться из Ушных раковин?
- Почему Слуховой проход был не прямым, а извилистым?
- Почему Звуки подумали, что их пригласили играть в оркестре?
- Почему Звуки подумали, что будут жить в кузнице?
- Куда Звуки попали из косточки под названием Стремечко? Почему они испугались?
- Где находилось тайное озеро?
- Кто допрашивал Звуки? Где находился Слуховой Нерв? Кому он посылал шифровки?
- От чего страдали Уши? Как они лечились?
- Что вы знаете о предупреждении болезней и травм ушей?
- Почему надо беречь уши?
- Рассмотрите форму ушных раковин у своих соседей. Одинакова ли она? На что похожа ушная раковина?
- Поиграем в игру «Кто позвал?», чтобы проверить ваш слух.

### *Спецагент Кожа*

Самым большим спецагентом Головного мозга была Кожа. И хоть она не толще листа бумаги, но занимала *площадь* 20 000 см<sup>2</sup>. Она помещала в свой эластичный мешочек всю Человекию!

Отвечала Кожа за очень важный участок работы в деятельности тайной агентуры. Она была *Органом чувств*, как и агенты Глаза, Нос-Носович и Уши. Что же чувствовала Кожа, если она не видела, не слышала и не нюхала? Она *осязала!* Какое необычное слово! Но суть его проста — когда к Коже что-то прикасалось или оказывало

на нее давление, она это ощущала, воспринимала. Она могла на ощупь рассказать о том, какой предмет формы, величины, какая у него поверхность, холодный он, теплый или горячий, острый или тупой, мягкий или твердый, сыпучее это вещество или твердое, влажное или сухое. Много чего могла рассказать Кожа, не видя предмет. Кроме тепла и холода Кожа могла ощущать Боль. Боль предупреждала ее о какой-нибудь опасности или начале заболевания. Свои ощущения Кожа передавала Нервным окончаниям, которые жили в ней. Они и отсылали сигналы к самому правителю — Головному мозгу.

Такому большому агенту, как Кожа, трудно было замаскироваться. Пришлось брать на себя другие нагрузки, чтобы отвлечь внимание жителей Человекии от своей тайной деятельности.

Сначала Кожа стала *регулировать температуру* во всей Человекии. Для этого себе на службу она поставила *крошечные кровеносные сосуды*, которые были проложены в *нижних слоях Кожы и Потовых железах*. *Расширяясь* или *сужаясь* в нужный момент, кровеносные сосуды поддерживали постоянную температуру в Человекии. В жару через Потовые железы испарялся *пот* — *соленая жидкость*, помогая снизить температуру, а в холод он не испарялся, чтобы сохранить тепло. Жители Человекии неоднократно наблюдали, как Кожа то бледнеет, то краснеет. «Чудная какая-то, — думали они, — внимание, что ли, привлечь к себе хочет?» А это просто работали кровеносные сосудики, реагируя то на холод, то на жару.

«Я стала привлекать к себе излишнее внимание», — подумала Кожа и решила найти себе другую деятельность. Однажды разговорила она с Легкими и Почками. Они и подсказали ей одну идею. Открыла Кожа с помощью Потовых желез специальный пропускник. Стала совместно с Легкими и Почками *выводить* из Человекии ненужные жителям и даже *вредные вещества*. Они выводились вместе с *потом*. Легкие и Почка стали нахваливать Кожу, даже писать о ее полезной деятельности в газете. Кожа опять оказалась на виду. А ей, как тайному агенту, совсем этого не надо было. Пришлось придумать себе новое дело.

Кожа придумала защищать Человекию от воздействия вредных *аллергенов*. Эти чуждые жителям Человекии вещества вызывали у них разные болезненные состояния: то кашель начнется ни с того, ни с сего, то насморк, а то зуд, который невозможно терпеть. Против аллергенов стала Кожа вырабатывать на своей тайной фабрике настоящих воинов — *антитела* (анти — значит против). Эти воины

и боролись с аллергенами, *не пропуская* их внутрь страны. Жители перестали болеть от аллергии и стали искать спасителя. Коже некуда было бежать. Пришлось принимать благодарности. Опять она засветилась!

Никак не удавалось Коже тайно выполнять свою работу. Такая она была незаменимая!

Но были моменты в жизни Кожи, которых она боялась.

Во-первых, Кожа очень боялась *огня*. Огонь оставлял на ней *ожоги*. Они могли быть маленькими, когда небольшой участок Кожи краснел. Могли быть с очень болезненными пузырями и большие по размеру. Тогда Коже приходилось совсем не сладко. Очень долго восстанавливалась она после таких ожогов. Но бывали случаи, когда ожог достигал половины поверхности Кожи и более. Тогда Кожа умирала, умирали и все жители страны Человекии. Поэтому огонь Кожа всегда обходила стороной, старалась защитить себя от него специальной одеждой.

Во-вторых, Кожу очень травмировало появление *Сыпи*. Сыпь появлялась при разных обстоятельствах, например, при таких инфекционных заболеваниях некоторых жителей Человекии, как ветрянка и корь, или при таких заболеваниях самой Кожи, как псориаз и экзема, или при аллергических и грибковых заболеваниях. Сыпь была настолько вредной, что день и ночь доставала Кожу своим зудом. Она чесалась так, что Коже хотелось почесать себя граблями. Спасение находилось в отваре трав, специальных мазях и ваннах.

В-третьих, Кожа очень боялась *трещин* и *порезов*. Ведь ей приходилось сталкиваться с острыми, колющими и режущими предметами. В трещину или царапину попадала вездесущая *Инфекция*, более вредная, чем Сыпь. Инфекция старалась навредить Коже, образуя на ней воспаления в виде *прыщиков*, *фурункулов* или *нарывов*. Ох и болезненные были эти фурункулы и нарывы! Сколько страданий они приносили Коже! Приходилось принимать специальные физиопроцедуры, накладывать лечебные мази. А то еще приходилось идти на прием к хирургу, чтобы он вскрыл нарыв. Вообще, вредная Инфекция заставляла Кожу страдать.

В-четвертых, иногда Кожу одолевали *Грибки*. Это не те грибы, которые растут в лесу. Это такие вредные крошечные растительные организмы, которые растут на Коже. То они появятся на Коже Головы (стригущий лишай), то между пальцами ног или на стопе (эпидермофития стопы). Грибки начинают зудеть и образовывать болезненные



трещинки на Коже. Мало приятного. Опять Коже приходилось лечиться мазями да лечебными жидкостями. От Грибков не так просто отвязаться.

В-пятых, ожог Кожа могла получить не только от огня, но и от солнца. Когда она долго находилась на солнце, могла получить опасный *солнечный ожог*. Он тоже был болезненным. После него верхний слой Кожи отмирал. Приходилось отращивать новые клетки. Но Кожа боялась не только жаркого солнца, но и крепкого мороза. Она так замерзала на морозе, что становилась сначала красной, потом белой, а потом почти черной. После *обморожения* Кожа долго болела и восстанавливалась.

Конечно, Кожа совсем не была трусливой. Ведь она работала спец-агентом у самого правителя! Просто она была осторожной.

### *Вопросы и задания*

- Кто был четвертым спец-агентом Головного мозга?
- Чем Кожа отличалась от других тайных агентов?
- Какой деятельностью Кожа занималась как тайный агент?
- Почему ее деятельность была очень важной?
- Какой первой работой Кожа решила замаскировать свою агентурную деятельность?
- Какую вторую работу пришлось отыскать?
- На какую работу пришлось сменить вторую?
- Почему деятельность Кожи была всегда на виду?
- Почему Кожа боялась огня, инфекции, грибков, сыпи, солнца, мороза?
- Что вы знаете о строении кожи? Какого цвета бывает кожа?
- Как за кожей надо ухаживать? Как уберечь кожу от заболеваний и травм?
- Какая одежда вызывает раздражение кожи, образование болезненных мозолей?
- Почему надо быть очень осторожными с химическими веществами?
- Почему нельзя выдавливать прыщи или гнойники?
- Какой витамин полезен для кожи?
- Рассмотрите свою кожу на руках, пальцах, ладонях. Что вы на ней видите?

### *Спец-агент Язык*

Как вы помните, в тайной агентуре у Головного мозга служили агенты по имени Глаза, Нос-Носович, Уши, Кожа. Все они поставляли

правителю важную информацию о жизни в стране Человекии и за ее пределами. Но картина была бы неполной, если бы мы не познакомились еще с одним спецагентом — Языком.

Жил Язык в теплой и влажной пещере, которая называлась *Ртом*. К тому же там всегда можно было спрятаться от непогоды и любопытных глаз.

В отличие от своих собратьев по работе Язык был *мясистым, розовым и пластичным*. В нем совсем не было костей. Он мог изменять свою форму и даже сворачиваться в трубочку. Он мог высовываться из своей пещеры и доставать почти до самого Нос-Носовича!

Головному мозгу Язык поставлял сведения о *вкусе* всех продуктов, которые поступали в Человекию для ее жителей. На теле Языка было много *вкусовых сосочков*, которые обязательно брали пробу любой пищи, попадающей в Рот. Словно в химической лаборатории, вкусовые сосочки выделяли вкус пищи и докладывали об этом *Вкусовым нервам*. А те, как всегда, быстро *передавали сведения правителю*. Головной мозг сразу распознавал по сигналам, какой продукт поступил, и по-разному реагировал на разные вкусы.

Каких только вкусов не чувствовали сосочки! То радовались *сладкому* вкусу, то кривились от *кислого*, то плевались от *горького*, то не знали, как запить слишком *острый* вкус, то наслаждались *пряным* вкусом. У каждого продукта был свой вкус. Например, огурец мог быть соленым, маринованным, сладковатым или пресным. Яблоки могли иметь сладкий, кисло-сладкий или кислый вкус. Первое, второе или третье блюда могли иметь самые разные сочетания вкусов в зависимости от продуктов, из которых они готовились. И каждый из этих вкусов Язык чувствовал.

У Языка была очень ответственная работа. Вместе с Нос-Носовичем, который чуял запах пищи, они *определяли ее качество*. Ведь без них в Человекию могли бы попасть испорченные или просроченные продукты. Ими могли отравиться жители страны. Так что они стояли на страже их здоровья. К тому же приятный вкус еды доставлял Головному мозгу большое *удовольствие*. У него сразу поднималось *настроение*.

Язык по натуре был очень любознательным. Он всегда пытался почувствовать какой-то *новый вкус*. Ведь продуктов питания на Земле очень много! Язык пробовал разные экзотические фрукты и овощи, национальные блюда разных народов. Не всегда его эксперименты проходили гладко. Часто ему доставалось от Желудка, который кричал:

— Ты меня сожжешь! Скорее запивай эту огненную пищу водой! Сейчас ты от меня получишь в ответ рвоту!

Или:

— Что ты делаешь? Меня разъедает соль! Не ешь больше такой соленой пищи! Воды мне, воды!

Или:

— Где ты взял столько пряностей? Я же не индийский йог! Сейчас начнется изжога. Горькая желчь уже на пути к тебе, отравитель! Чтоб тебе так же было плохо, как мне!

Но чем больше вкусов различал Язык, тем богаче был его запас знаний о разных вкусах. За это его и ценил Головной мозг.

Однако не все было так гладко в карьере спецагента Языка. У него был один крупный недостаток. Для агента он был слишком болтлив. Свою работу в тайном агентстве правителя он прикрывал другой своей деятельностью. Вместе с такими органами-жителями Человечки, как Губы и Челюсти, Язык превращал звуки в слова. Как ему это нравилось! Словами можно было обо всем рассказать или спеть. Вот Язык и рассказывал всем о своей тайной работе, за что не раз получал выговор от Головного мозга.

### *Вопросы и задания*

- Кто был пятым агентом Головного мозга?
- Где он жил?
- Как он выглядел?
- Чем Язык занимался? Почему эта работа была очень важной?
- С кем сотрудничал Язык?
- Как Язык чувствовал вкусы?
- Чем еще занимался Язык? Почему он получал выговоры от Головного мозга?
- Назовите вкусы продуктов, которые вы знаете?
- Какие необычные вкусы узнавал ваш язык, когда вы с родителями уезжали в другую местность или страну?
- Почему без языка мы не могли бы четко и понятно говорить?
- Рассмотрите свой язык с помощью зеркала. Найдите вкусовые сосочки. На что они похожи? Какого цвета ваш язык? О чем говорит цвет языка?
- Сделайте гимнастику для языка. Посмотрите, какой он пластичный, без костей.
- Почему за полостью рта надо ежедневно ухаживать? Как?
- Какие пословицы и поговорки о языке вы знаете?

## Сказки и рассказы о болезнях

### СКАЗКИ

#### Как Маша договорилась с Головной Болью

*Задачи:*

- раскрыть причины головной боли у детей, показать, как их можно устранить;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, воображение, диалогическую речь;
- формировать внимательное отношение к собственному организму, желание быть здоровым.

\* \* \*

Жила-была девочка Маша. Хорошая и добрая. Но вот никак не могла она подружиться со своей головой.

Как только Маша расстроится из-за ссоры с подругой, братом или получит нахлобучку от родителей, у нее начинает болеть голова. Голова болит, а Маша ни о чем кроме головной боли думать не может. От этого становится рассеянной и всем недовольной. Тут уж не до подруг и брата! Ляжет тогда Маша на кровать, на голову положит подушку, чтобы ничего не слышать, глаза закроет и ждет, когда головная боль пройдет. Хорошо, если заснет. Тогда и боль может уйти. Но и это не всегда помогало. Маше и так плохо из-за отношений с близкими, а тут еще эта боль покоя не дает.

Станет девочка свою Боль упрашивать:

— Боль-болушка, прошу тебя, уходи. Дай мне хоть немного передохнуть. Я же ничего с тобой делать не могу. Скоро от меня все родные и подруги разбегутся. Иди лучше к дятлу. Он весь день клювом по дереву долбит. Я же не дятел!

А Головная Боль ей отвечает:

— А ты помирись с подругами и родственниками, тогда и уйду. Уж больно ты много нервничаешь. Твое *нервное напряжение* бьет меня как электрический ток. Это мне не нравится. Не уйду, пока ты не перестанешь тревожиться.

Маша быстрее бежит тогда мириться со всеми. Она становится снова веселой и радостной. Не успеет опомниться, а Головной Боли как и не бывало.

А то вот еще. Маша очень любила читать. Она только что научилась это делать сама. Бывало все свободное время с книгой в руках. А вечером умудрялась даже под одеялом с фонариком читать. Мама ее ругала за это. Поэтому Маша читала тайком. Сколько раз мама выгоняла дочку погулять, подышать свежим воздухом, подвигаться. Но дочка все сидела на диване и читала одну книгу за другой. Мама очень беспокоилась за зрение Маши. А девочка опять стала мучиться от Головной Боли.

— Ну чего ты опять ко мне вернулась? — спрашивает Маша у нее. — Почему опять меня мучаешь? Почему не даешь мне книжки читать?

А Головная Боль ей отвечает:

— Ты думаешь, что твои глаза — это машины? Машина и то устает, стареет, а тут глаза! Они же нежные. О них заботиться нужно. А ты их день и ночь напрягаешь. Да еще света достаточно не даешь. Ты вроде неглупая девочка, а поступаешь глупо. Лучше бы маму свою послушала. Она плохому не научит. Пока зрение свое будешь *перенапрягать*, я буду тебя мучить.

Пришлось Маше сократить время для чтения и больше не читать под одеялом. Через некоторое время и Головная Боль ушла от девочки. Маша с облегчением вздохнула — мучениям пришел конец.

Какое-то время Головная Боль к Маше не возвращалась. Но как назло девочка подхватила *инфекцию* и заболела. Воспалилось горло, начало стрелять ухо, потекло из носа. Как говорят, все тридцать три удовольствия. Все можно было бы потерпеть, если бы не Головная Боль. Она не давала Маше спать, есть и отдыхать. Стала Маша с ней разговаривать:

— Моя мучительница, ты опять ко мне пришла? Мне и так плохо: горло болит, ухо стреляет, насморк замучил, а ты тут как тут. Совсем меня не жалеешь. Уйди, прошу по-хорошему. Дай мне спокойно поболеть.

Головная Боль оправдывается:

— А я тут совсем ни при чем. Я и не собиралась к тебе возвращаться. Это все противные вирусы. Они меня позвали. Как только ты начнешь выздоравливать, я уйду.

— Ладно, — чуть слышно отвечает Маша, — я потерплю. Буду принимать все лекарства, лежать в постели и скоро поправлюсь. Только ты свое слово сдержи!

Прошло некоторое время и Маша пошла на поправку. Головная Боль сдержала свое слово, она исчезла. У девочки сразу поднялось настроение. Как хорошо, когда ничего не болит!

Без Головной Боли Маша чувствовала себя прекрасно. Она научилась мириться, признавать свои ошибки, перестала читать целый день и вечер, стала принимать витамины для укрепления здоровья. Все вроде бы наладилось. Но однажды девочка вновь почувствовала Головную Боль. А дело было так. На улице трещал мороз, в детском саду и доме все форточки были закрыты, а батареи работали на полную мощность. Целый день Маша находилась в *душном помещении* без свежего воздуха. Воздух от горячих батарей был таким сухим, что даже пересыхало во рту. К концу дня Маша почувствовала себя плохо, заболела голова. Девочка ничего не могла понять. Почему опять болит голова? Стала она снова разговаривать со своей мучительницей.

— Скажи, — раздраженно спрашивала она, — почему ты опять ко мне вернулась? Чего еще тебе от меня надо? Почему ты такая вредная? Я все для тебя сделала, а ты снова меня мучаешь?

— Скорее открой форточку! — в ответ прокричала Головная Боль. — Ты решила меня окончательно доконать?! Чем ты дышишь? Где кислород, я тебя спрашиваю? А еще на меня обижаются, мучительницей называет. Я же тебя об опасности предупреждаю. Как бы ты узнала, что твоему головному мозгу не хватает кислорода?

— Ты моя спасительница? — удивилась Маша. — Никогда бы так не подумала. А ведь ты действительно спасла мои нервы, глаза, здоровье. Только мне очень плохо, когда ты приходишь, даже тошнит.

— А ты в следующий раз думай, что в душном помещении находиться нельзя, — назидательно сказала Головная Боль, — тогда и мучиться не будешь. Все, пока!

Подышала Маша свежим воздухом, вместе со взрослыми расставила сосуды с водой около батарей для увлажнения сухого воздуха. И комнатные растения пригодились. От них хороший микроклимат в помещении. Перестала голова болеть у девочки.

Маша любила не только много читать. Она вообще была увлеченным ребенком. Если уж пазлы складывает, то пока не сложит их несколько подряд. Если в подвижные игры с ребятами играет, то пока не свалится от усталости. Если что-то конструирует, то пока детали не начнут вываливаться из рук. *Не могла Маша вовремя остановиться и отдохнуть.* Девочка заметила, что когда она была чем-то очень долго увлечена, у нее начинала болеть голова. Маша уже знала, что Головная Боль — страж ее здоровья. В этот раз она сама попыталась додуматься до причины боли. Ведь мама часто просила ее прервать долгую игру или какое-то занятие. Она говорила о переутомлении дочки. Маша начала припоминать, в каком случае у нее болела голова. Она поняла, что

как только она не делает перерывов в своей увлекательной деятельности, голова сразу начинает болеть. Девочка даже не стала разговаривать с Головной Болью, а больше прислушиваться к маминым советам. Она поняла, что не надо доводить себя до *переутомления*.

Однажды Маша встретила свою подругу Катю, которая училась в первом классе. Катя шла понурая и держалась за голову одной рукой. Это удивило Машу. Она подбежала к подруге и спросила:

— Катя, ты что, боишься голову потерять, придерживаешь ее рукой?

— Совсем я не боюсь потерять голову, — огорченно ответила Катя, — она у меня просто болит.

— Не огорчайся так, — сочувственно сказала Маша, — я умею разговаривать с Головной Болью. Сейчас я у нее спрошу, почему она к тебе пришла.

Катя недоуменно посмотрела на подругу. А та с кем-то пошептала. Катя даже подумала, что Маша сама заболела. Но подруга серьезно спросила:

— Катя, ты сегодня ела?

— Зачем тебе это знать? — жалостливым голосом спросила Катя. — У меня же не живот болит. Если тебе это так интересно, я сегодня в школе была так загружена, что забыла про завтрак и обед. В животе совсем пусто.

— Вот, — торжествуя сказала Маша, — Головная Боль была права. Ты просто голодная. А у *голодных детей* может болеть голова. Скорее иди домой и поешь.

Вскоре подруга позвонила Маше и радостно объявила, что ее головная боль прошла после того, как она поела.

Но Маша недолго радовалась за подругу. На следующий день она так же встретила ее после школы. Выражение лица Кати было страдальческим.

— Катюш, что у тебя опять случилось? — заботливо спросила Маша.

— У меня голова раскалывается от боли! — ответила Катя.

— Ты что, опять ничего не ела? — укоризненно спросила Маша.

— Ела я, ела, — раздраженно ответила Катя, — только в классе дети так *громко кричали*, что я чуть не оглохла. Мальчишки все уроки разговаривали, а на переменах гонялись и орал. Я никак не могла дождаться конца уроков, даже пришлось от головной боли на парту прилечь. Учительница меня пораньше отпустила домой. Пойду прилягу. Может, голова пройдет.

— Как я тебе сочувствую! — поддержала свою подругу Маша. — У меня самой от *громкой музыки* всегда голова болит. Иди поспи немного. Голова и успокоится. А маме скажи, чтобы с учительницей поговорила. Она быстро успокоит этих мальчишек.

Так Маша узнала все секреты Головной Боли, научилась с ней договариваться и старалась не допускать причин ее появления.

### *Вопросы и задания*

- О чем эта сказка?
- Назовите причины, по которым болела голова у Маши.
- По каким причинам болела голова у Кати?
- По какой причине заболела голова у Маши?
- Почему боль можно назвать стражем здоровья?
- Как герои сказки вели себя при каждом случае головной боли?
- Что нужно сделать, если у вас заболит голова?
- Как нужно себя вести, чтобы от вас не заболела голова у окружающих?
- Расскажите о своем самочувствии во время головной боли.

## **Как Коля подружился со своим горлом**

### *Задачи:*

- дать знания о болезнях горла, их причинах, мерах профилактики, значимости своевременного лечения, значении закаливания;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, память, диалогическую речь;
- формировать ответственное отношение к собственному здоровью.

\* \* \*

Жил-был мальчик Коля. Мальчик как мальчик, ничем особенно не примечателен. Выделялся он среди детей старшей группы детского сада тем, что часто болел. Только дети обрадуются его появлению, начнут с ним играть, как Коли уже нет — он снова заболел. И что примечательно, чаще всего у мальчика болело горло. Больное горло так раздражало Колю, что хотелось плакать. Что-то в нем постоянно скребло, щекотало, сохло. Даже глотать было больно.

Родители Колю от всего оберегали. Рос он изнеженным ребенком. Чуть ветерок, сквознячок, похолодание — мальчик уже с насморком. А за день до него начинает горло болеть. Колю очень раздражало поведение родителей. Он хотел быть похожим на папу — таким же



сильным, крепким и мужественным. Поэтому он все делал назло родителям, которые его вечно кутали, не закаляли и не пускали гулять при малейших проявлениях непогоды. Когда они не видели, Коля специально расстегивал или снимал куртку, бродил по лужам без резиновых сапог и гулял без шапки. Таким образом он хотел закалиться. Но получалось все наоборот.

*Простуда* ходила всегда рядом с Колей. Она его просто обожала. Потирая в очередной раз руки, она радовалась своей победе.

— Гуляй, гуляй, мой миленький, по лужам, — шептала она, — я всегда к твоим услугам. Вот уже и ноги мокрые. Как раз то, что мне и нужно. Ах, чихнул! Как приятно! Как хорошо! До встречи в горле.

Вреднее Простуды был опасный преступник, которым была *бактерия Стрептококк*. Бактерия была похожа на длинную цепочку, состоящую из малюсеньких шариков, и все время маскировалась под бусы.

Как-то Коля вместе с родителями ходил в гости к родственникам. А там двоюродный брат Коли, с которым тот пообщался, болел *Инфекционной ангиной*. Так опасная бактерия пробралась в горло мальчика.

— Тут есть чем поживиться! — скрипучим, противным голосом заметила бактерия Стрептококк. — Горлышко слабое — сопротивления не будет. Вот уж я тут размахнусь, всем тошно станет!

И Коля заболел *Стрептококковой ангиной*. Пришлось мальчику долго лежать в постели, пить много фруктовых соков и газированной воды, принимать горькие лекарства. Мама рассказала сыну, что от такой ангины дети раньше даже умирали, если им вовремя не оказывалась необходимая медицинская помощь. Их клали в больницу и долго лечили.

Стрептококк на это и рассчитывал. Он же не читал современную медицинскую литературу, не следил за новейшими исследованиями ученых-медиков. Поэтому и не ожидал такой атаки современных лекарств.

— Я тут главный! — кричал он. — Я всех сильнее! Я могу даже убивать! Никто со мной не справится! Я еще могу поразить и *Миндалины!*

Но, к счастью Коли, лекарства и постельный режим сделали свое дело — Стрептококк был побежден. Правда, после такой ангины мальчик очень ослаб. Родители вывезли сына на дачу восстанавливаться после болезни. Там он мог целый день дышать свежим воз-

духом, есть много ягод и фруктов. После такой серьезной болезни Коля уже никогда не играл с больными детьми, при необходимости надевал специальную защитную маску.

Только Коля оправился от инфекционной ангины, уже мечтал о возвращении в детский сад, как перестал дышать нос. У мальчика *воспалились Аденоиды*, расположенные в задней части носовой полости. Коля стал *дышать ртом*. От этого горло становилось сразу сухим и болезненным. Как такое горло нравится Ангине! Она сразу тут как тут. Даже приплясывает от радости и вопит:

— Миленькие аденоиды, как я вас люблю! Воспалитесь почаще. Как мне это нравится! Что может быть приятнее сухого горла?!

Ангина так замучила Колю, что пришлось лечь в больницу, чтобы *удалить аденоиды*. Мальчик стал свободно дышать носом, и вредная Ангина отступила.

Однажды Коля с родителями поехал к родственникам в другой город. Город это славился своими заводами и фабриками. Но, к сожалению, из труб этих заводов и фабрик постоянно валил густой дым. Этот дым так *загрязнял воздух* в городе, что невозможно было дышать. *Смог* буквально висел над дорогами и улицами. Людям приходилось пользоваться кондиционерами даже в квартирах, а на улице надевать специальные маски. В первый же день у Коли заболело горло. Он начал кашлять и задыхаться. Смог забирался в самые узкие щели и хрипел:

— Дышите мной, дышите! Я вас славненько отравлю. Начну с горла, а потом и другими органами займусь. Трепещите! Бойтесь меня! Я всемогущ! Я ваш палач!

Люди закрывали все окна, старались как можно меньше выходить на улицу, включали кондиционер, но этого было недостаточно. Многие заболели. Пришлось Коле с родителями срочно уезжать из этого города. Но ведь все жители не могли уехать вместе с Колей. Стали они бороться за чистоту воздуха. На всех заводах и фабриках поставили специальные очистные сооружения, в которых воздух очищается от вредных примесей и выходит из трубы уже чистым. Некоторые заводы даже пришлось переносить за пределы города. В следующий раз, когда Коля приехал к родственникам, он уже не задыхался и горло его не болело.

Однажды весной Коля заметил, что во время цветения деревьев у него начинает течь из носа, чешутся глаза и болит горло. Мальчика посетила *Аллергия*. Она была такая вредная, что невозможно было от нее отвязаться.

— Чихайте на здоровье, чихайте! — радовалась Аллергия. — Лейте свои слезы! Они вам так идут. А этот насморк. Он меня просто восхищает. И это больное горло настоящая прелесть!

Пришлось Коле прогонять Аллергию. Во время цветения деревьев мальчик меньше бывал на улице и пил лекарство от аллергии. Мама даже вывозила сына в деревню, где не было деревьев, цветение которых вызывает аллергию.

Видя страдания сына, родители все-таки решили начать его закалять. Коля стал ходить босиком на даче, обливаться каждый день холодной водой, принимать контрастный душ. А еще родители стали возить Колю на море. Там он дышал полезным морским воздухом и полоскал горло слабым раствором морской соли. Мальчик стал меньше болеть, отступила и ангина. Горло больше не доставляло Коле неприятностей. А папа вскоре отдал сына в спортивную секцию по плаванию.

### *Вопросы и задания*

- Какие проблемы со здоровьем были у Коли?
- В чем были причины этих проблем?
- Какие причины вызывали у Коли заболевания горла?
- Как Коля вместе с родителями устранял причины заболеваний горла, лечил его?
- Какую роль играет закаливание организма? Как можно закаляться?
- Почему нельзя контактировать с больными детьми и взрослыми? Как себя можно обезопасить?
- Почему во время заболевания надо лежать в постели? Почему необходимо принимать лекарства?
- Как нужно одеваться на прогулку, чтобы не заболеть?
- Придумайте продолжение сказки о том, как Коля стал здоровым и сильным.
- Рассмотрите свое горло с помощью зеркала. Какого оно цвета? Как меняется цвет у больного горла?

## **Жила-была Простуда**

### *Задачи:*

- дать знания о причинах простудных заболеваний, правилах поведения во время болезни, мерах профилактики;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, память, диалогическую речь;

— формировать осознанное отношение к сохранению собственного здоровья.

\* \* \*

Жила-была Простуда. Вреднее ее никого не было. Очень уж она любила приходиться к детям и укладывать их в постель. Только укладывала она их не для того, чтобы они поспали, а чтобы заболели. У Простуды и братья были тоже вредными. Одного звали Кашель, а другого — Насморк. Они с сестрой никогда не расставались.

Только кто-то из детей простудится, как Простуда вся сразу расцветает от радости. Да еще сразу хочет побольше детей заразить. Залезет в ухо к больному ребенку и нашептывает:

— Миленький, обними скорее своих друзей! А еще лучше — поцелуй их! Ты же так их всех любишь! Несправедливо, что ты будешь лежать в постели, а они нет!

Послушает ее ребенок, обнимет и поцелует своих друзей, чтобы показать, как он их любит, а Простуда к ним переберется. Вся даже засияет от счастья. Вон скольких детей заразила!

А то еще в борьбу за больных детей вступят Кашель и Насморк. Как начнут скрести в горле да щекотать в носу, так и начинают больные дети кашлять да чихать. Для братьев это просто праздник! Скачут тогда они на одной ножке, хлопают в ладоши и подзадоривают:

— Давай кашляй и чихай на всех! Рот и нос платком не закрывай! Пусть бактерии прилетят ко всем! А теперь покашляй и чихни в руку да возьми за поручень или дверную ручку. Пусть все бактерии останутся на них и переселятся к другим людям. Ай да молодец!

Окружающие больного ребенка люди не успеют и отвернуться, как вредоносная Простуда накрывает и их. Возьмутся за поручень или ручку с бактериями и тоже заболеют.

Простуда очень любила деток, которые ходили с мокрыми и влажными ногами. Как только ребенок выйдет на улицу в дождь или мокрый снег без сапог и зонтика, так она тут как тут. Уж и не отойдет ни на минутку. Сама стоит под зонтиком в резиновых сапогах, руки потирает и напевает:

Ходи, ходи по лужам,  
Скоро будешь ты простужен.  
Намокли уже ножки.  
Что ж не надел сапожки?  
И куртка намокает,  
Уж ручейки сбегают.

Побудь еще немножко,  
Помокни на дорожку.

Хорошо, если родители вовремя вернут ребенка домой да быстренько прогреют его ноги в горячей воде, напоят горячим чаем с малиновым вареньем. В этом случае придется Простуде уходить ни с чем. Но так бывает не всегда. Придет ребенок домой весь промокший, не обсушится сразу, не погрееется. Тогда Простуда празднует пир на весь мир. Укладывает такого ребенка в постель болеть на неделю, а то и на две.

Еще Простуда любила детей, которые на улице много бегают. Она стояла поодаль и ждала, когда дети набегаются до того, что их одежда от пота вся станет мокрой. Особенно это приятно было делать в прохладную погоду. Разгоряченные дети не замечали, что они продолжают гулять в мокрой одежде, не шли переодеваться в сухую одежду домой. А Простуда, позевывая, усмехалась:

— Ну еще немного погуляйте в мокрой одежде! Это так приятно! Холодный ветерок обдует ваши разгоряченные тела. Сначала охладит, а потом наступит и переохлаждение. Вот тут и я пригожусь. Какие миленькие дети! Идите ко мне, идите! Болейте мной, болейте!

Но не только на улице караулила детей коварная Простуда. Она любила заходить и в помещения, в которых жил ее дядя — коварный Сквозняк. Особенно в жаркие дни Сквозняк любил обманывать детей. Дует себе прохладный ветерок, освежает какую-нибудь часть тела. А на самом деле вместе с ветерком Простуда приходит. На улице жара, а дети простужаются. Сквозняку в современном мире хорошо помогают и кондиционеры и вентиляторы.

Так Простуда живет среди людей и ждет очередную жертву. Тот, кто следит за своим здоровьем, закаляется, правильно питается, никогда не попадает ей на удочку.

### *Вопросы и задания*

- Как чувствует себя человек, когда заболевает простудой?
- Почему Простуда просила больных детей обнять и поцеловать своих друзей?
- Чему учили простуженных детей Кашель и Насморк?
- Почему Простуда любила детей, которые гуляют в плохую погоду без сапог и зонтика?
- Почему Простуда караулила детей, которые в прохладную погоду много бегают на улице?
- Почему Простуда дружила со Сквозняком?

- Почему чаще простужаются ослабленные дети, которые неправильно питаются?
- Что нужно делать, чтобы при простуде не распространять инфекцию?
- Что нужно делать, чтобы не болеть простудой?
- Нарисуйте Простуду, как вы ее представляете.

## РАССКАЗЫ

### Как Аня победила страх перед зеленкой

*Задачи:*

- знакомить с правилами обработки порезов, ссадин и царапин, причинами их появления;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, память, диалогическую речь;
- формировать осознанное отношение к своему здоровью.

\* \* \*

Жила-была девочка Аня. По своему характеру она была настоящей атаманшей. Любила играть с мальчишками, лазать по деревьям и заборам. Каждый день домой Аня приходила с порванной одеждой и многочисленными царапинами и синяками. Мама только руками разводила, не знала, как воспитывать такую дочку.

Все девочки во дворе считали Аню самой смелой, даже некоторые мальчишки ее побаивались. И вправду девочка многого не боялась. Но от одного страха она никак не могла избавиться. Она каждый раз рыдала, когда мама смазывала зеленкой все ее ссадины и царапины. Малюсенькая капля крови, которая вытекала из небольшого пореза, приводила ее в полуобморочное состояние. Ей так и казалось, что за минуту вся кровь вытекла из нее. А когда Аня, упав, поранила о камень голову и началось кровотечение, она чуть не умерла от страха.

Девочка никак не могла избавиться от этого страха. Она так любила ходить босиком, но редко смотрела себе под ноги, поэтому то и дело наступала на *битое стекло, ржавые гвозди, железки*. Залезая на дерево, она ранилась об *острые ветки*. Выстругивая с мальчишками пики или стрелы перочинным ножиком, она то и дело получала *порезы* на пальцах. В подвижных играх не обходилось без *падений*, поэтому ссадины на ее коленках и локтях никогда не

успевали заживать. Процедуру промывания и смазывания зеленкой маме приходилось проводить каждый день. И каждый день страх возвращался к Ане.

Однажды, когда девочка в очередной раз играла с мальчишками в «Казачьи-разбойники», неудачно упал друг девочки — Слава. Он летел так, что ободрал себе все ноги и все руки. Зрелище было не из приятных. Из залепленных грязью ран и ссадин сочилась кровь. Слава держался мужественно. Он не плакал, а только растерянно смотрел на Аню. Та от вида крови закрыла руками глаза. Немного раздвинув пальцы, девочка увидела, что ее друг очень расстроен.

— Слава, ты чего так расстроился? — заботливо спросила она. — Больно, да? Я тебе сейчас подую на ссадины, и они болеть перестанут. Мне всегда так мама делает.

— Да я не из-за боли расстроился, — печально ответил Слава, — раны надо обработать, а я домой пойти не могу. Я дал маме честное слово, что буду осторожным, а сам его не сдержал.

Ане было очень жалко Славу. Она была готова даже ободраться вместо него. Но смотреть на ссадины, да еще их обрабатывать, было выше ее сил. На глазах у мальчика появились слезы. Тут Аня собрала в кулак всю свою волю и предложила:

— Пойдем ко мне домой. Мамы моей сейчас нет дома. Но это ничего. Я знаю, как обрабатывать раны. Я сама это сделаю.

Слава сразу успокоился, улыбнулся сквозь слезы и сказал:

— Ты настоящий друг, Анюта! Что бы я делал без тебя! Пойдем скорее к тебе домой.

Дома Аня достала зеленку и бинт. Но сначала отвела Славу в ванную комнату и хорошенько промыла все раны водой с мылом в течение нескольких минут. С некоторых ссадин пришлось убирать грязь с помощью чистого платка. Слава терпел всю эту процедуру стойко, ни разу не ойкнул. Когда Аня убедилась, что грязи в ранах не осталось, она приступила к их обработке. Открыла пузырек с зеленкой, взяла у мамы ватную палочку, обмакнула ее в зеленку и стала смазывать все раны. Слава закричал, подпрыгнул, как ошпаренный, и стал бегать по всей комнате. Аня повалилась на диван от смеха. Она сразу представила себя на месте друга. Потом опомнилась, извинилась и стала уговаривать Славу посидеть спокойно.

— Славочка, — говорила она ласковым голосом, — я понимаю, как тебе больно. Но надо потерпеть. Ты же мужчина! Я буду мазать очень осторожно, а потом подую. Тогда зеленка не будет так жечь. Представь себе, что ты был на войне и тебя ранили. А я медицинская

сестра. Притащила на себе тебя в санчасть с поля боя. И вот ты такой герой лежишь весь в ранах, а я их обрабатываю.

Славка стиснул зубы и сел. Он и вправду представил себе картину боя. А раз он герой, то должен терпеть. Глядя на друга, Аня забыла о своем страхе. Сейчас она думала только о том, как ему помочь. Некоторые раны пришлось прикрыть марлевой салфеткой и закреплять лейкопластырем. Это девочка тоже умела делать. В таком виде Славка даже больше был похож на героя войны.

— Ну вот и все! — торжественно объявила Аня. — Процедура закончена. Теперь можешь идти домой. Думаю, что твоя мама не так сильно испугается.

Девочка удивилась сама себе. Она и не думала, что сможет сделать такое. Она перестала бояться вида ран, крови и зеленки. Аня даже немного гордилась собой.

— Аня, — с благодарностью произнес Слава, — я этого никогда не забуду. Ты меня просто спасла! А руки у тебя — золотые! Ты, наверное, будешь врачом в будущем.

Аня от комплиментов друга засмушалась, покраснела и опустила голову вниз.

— На счет врача я еще не думала, а вот домой я тебя, пожалуй, провожу, — тихо сказала она, — в моем присутствии твоя мама меньше будет ругаться.

Слава позвонил в дверь своей квартиры. Дверь открыла мама. Она всплеснула руками и сказала:

— Батюшки мои, с какого поля боя сей боец? В каком госпитале лечился? Вижу, что медсестра у тебя была хорошая. Заходи, вояка, будем обедать. Спасибо тебе, Анечка.

Теперь Аня была спокойна за друга. А еще ей понравилась похвала Славиной мамы. Она стала все чаще задумываться о своей будущей профессии. Так приятно помогать людям!

### *Вопросы и задания*

- О чем этот рассказ?
- Какой была Аня?
- Чего Аня боялась больше всего?
- Почему девочка так часто приходила домой в ссадинах?
- Что случилось со Славой?
- Почему он боялся идти домой?
- Как Аня помогла своему другу? Как она обработала ему раны?
- Что помогло Ане преодолеть свой страх?



- Почему Аня решила проводить Славу домой?
- Как мама Славы отреагировала на его вид?
- О какой профессии стала задумываться Аня после происшествия?
- Какие правила обработки порезов и ссадин вы запомнили?
- Почему, получив ссадины и порезы, надо обязательно идти домой к родителям?
- Расскажите, как мама вам обрабатывала раны и ссадины.
- Почему рану нельзя заливать йодом? *(Можно обжечь ткани и причинить больше вреда.)*
- Почему надо обязательно обратиться к врачу в травмпункте, если рана большая и кровотечение не прекращается? *(Рану врач зашьет специальными нитками, которые сами потом рассасываются.)*
- Почему необходимо сделать укол против столбняка, если порежешься чем-то очень грязным или ржавым? *(Можно заболеть столбняком и даже умереть.)*
- Что нужно сделать, если образовался синяк? *(Завернуть кусочек льда в салфетку или носовой платок, прижать к ушибленному месту и подержать 10—15 минут. Затем лед убрать и приложить к ушибу холодный мокрый носовой платок, салфетку или полотенце еще на 10—15 минут.)*
- Почему нельзя отковыривать с заживающей ссадины корочку? *(На ее месте образуется другая, а ссадина будет дольше заживать и может остаться шрам. Корочка должна отвалиться сама, не оставляя следа.)*

## Больной живот

*Задачи:*

- дать детям знания о причинах боли в животе, профилактике заболеваний желудочно-кишечного тракта;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, память, диалогическую речь;
- формировать желание быть здоровым, вести здоровый образ жизни.

\* \* \*

Жил-был мальчик Вова. У него было много друзей. А вот со своим животом он никак не мог подружиться. Почему? Мы сейчас узнаем.

Любую *пищу* Вова обычно *съедал* быстро, *почти не пережевывая*. Каждый день мама его за это ругала. А он только сядет за стол, как

уже из-за него выскакивает. Некогда, видите ли, ему. Друзья на улице ждут. Наглотается воздуха вместе с едой и питьем, а тот образует в желудке большой пузырь. *Воздушный пузырь* больно давит на стенки желудка. Да еще желудку приходится усиленно переваривать большие куски пищи, которые Вова не пережевал. Он начинает так *сильно сжиматься*, что у Вовы это вызывает боль в животе. А надо было просто тщательно, без спешки, пережевывать пищу. Вове больно, согнется пополам, гладит свой живот, чтобы успокоился, а живот все болит, пока пища в желудке не переварится и воздух не выйдет.

Бывало, что Вова никак не мог наесться. Пихал в себя все подряд. Уж и дышать не может, а все пихает. Набьет желудок *сверх меры*, растянет, а потом тому приходится *сокращаться*, чтобы измельчить всю пищу. От этого у Вовки снова начинает живот болеть. Быть обжорой плохо.

Еще одной причиной болей в животе было переменчивое настроение Вовки. *Расстраивался* он по каждому пустяку. Бывало, сядет обедать, но не про пищу думает, а все переживает из-за чего-нибудь. То с другом поссорится, то коленку разобьет, то любимая игрушка сломается, то мама отругает. Да мало ли чего плохого в жизни происходит. Вот Вова и *нервничает* из-за всего или на кого-то *сердится*. От этого желудок мальчика начинает работать не медленно и равномерно, а рывками. В это время он не может как следует переваривать пищу. Непереваренная еда так и остается лежать в желудке. От этого и начинает болеть живот. А то еще, чтобы избавиться от непереваренной пищи, желудок Вовки начинает сильно сокращаться в обратном направлении. Тогда мальчика еще и тошнит.

Однажды Вовка заметил, что как только он выпьет молоко, которое очень любил, сразу начинает болеть живот, и даже рвота начинается. Оказалось, что у мальчика *пищевая аллергия* на молоко. Поэтому оно каждый раз вызывало раздражение в желудке. Тот старался избавиться от молока и вызывал рвоту или быстрее проталкивал пищу в тонкий кишечник. При этом стенки желудка сокращались так сильно, что вызывали болевые ощущения у мальчика. Пришлось Вове отказаться от любимого продукта.

Вовка периодически не только переедал, но и любил поесть *жирную и жареную пищу*. Жареной картошки он мог съесть целую сковороду! Он тайком от мамы пробирался на кухню, чтобы съесть любимую пищу. Но такая пища была вредной для его здоровья. Желудок начинал протестовать, выталкивать вредную пищу в обратном направлении. А живот опять начинал болеть.

Однажды Вова с родителями поехали к бабушке в деревню. На вокзале они купили по пирожку с мясом и съели. Долго же потом они вспоминали эти пирожки! До бабушки они еле доехали. У всех заболели животы, и начался понос (диарея). Хорошо у мамы с собой было лекарство. Но все равно приятного было мало. Вместо отдыха пришлось сидеть в туалете да держаться за больной живот. Видимо, пирожки были *недоброкачественными*. *Инфекция* привела к воспалению желудка и тонкого кишечника. С тех пор родители никогда больше не покупали быстропортящиеся продукты на вокзале.

Еще одной причиной болей в животе у Вовки была его дурная привычка откладывать посещение туалета. От того что он всегда спешил, не ходил каждый день в туалет по-большому, у Вовы возникали *запоры*. У большинства здоровых детей кишечник опорожняется один-два раза в день. Вова же ходил в туалет по-большому один раз в два-три дня. За это время кал в толстой кишке мальчика становился твердым. Работать кишечнику с таким калом было трудно и больно. Сокращение толстой кишки и вызывало боль в животе.

Больной живот так достал Вовку, что тот решил изменить свои дурные привычки. Он стал тщательно пережевывать пищу, перестал переедать и есть много жирной и жареной пищи, сократил количество потребляемой газированной воды, старался меньше есть в плохом настроении, стал осторожно относиться к незнакомой пище и пище, которая быстро портится, наладил режим опорожнения толстой кишки. Животу очень понравились новые привычки Вовки. Он перестал болеть и мучить мальчика.

### *Вопросы и задания*

- Назовите все причины болей в животе у Вовы (их семь).
- Почему пищу надо медленно и тщательно пережевывать?
- Почему переедать очень вредно?
- Почему нельзя есть в плохом настроении?
- Почему необходимо знать, какие продукты вызывают аллергию?
- Почему жареная и жирная пища считается вредной?
- Какие продукты могут вызвать пищевое отравление? По каким признакам вы можете отличить испорченный продукт?
- Почему так важно опорожнять кишечник каждый день? Почему нельзя задерживать кал в кишечнике? Почему о запоре надо сказать взрослым?
- Какие полезные привычки сформировал Вовка?
- Расскажите о случаях, когда у вас болел живот.

## Сказки и рассказы о предупреждении несчастных случаев

### СКАЗКИ

#### Игра с Огнем

##### *Задачи:*

- закреплять правила обращения с огнем, основы безопасного поведения;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, память, воображение и речь;
- формировать правильное представление о дружбе, послушание и ответственность за свои поступки.

\* \* \*

Жил-был Огонь. Характер у него был очень сложным. Он умел радовать людей, когда согревал их в холод, помогал готовить пищу, обогревал жилища, плавил металл. Но в то же время он пугал людей и приводил в ужас, когда их очень больно обжигал, сжигал леса, дома, заводы, целые селения и города. Особенно Огонь был страшен, когда соединялся с газом или горючими материалами (нефтью, бензином и другими). Тогда он бушевал так, что подступиться к нему было почти невозможно.

Со дня своего появления на Земле Огонь учил людей обращаться с ним осторожно. Тех, кто не усваивал его правила, он жестоко наказывал. Оснащение пожарных команд и противопожарное оборудование зданий становилось все сложнее и совершеннее, а коварство и хитрость Огня все увеличивались. Огонь царил повсюду: он жил и в газовой плите, и в коробке со спичками, и в огромной доменной печи, и в камине, и в домашней печке. У него было множество домов, все и не перечесть.

Жил Огонь и в квартире девочки Наташи, а также на даче ее родителей. Родители постоянно напоминали дочке, что с Огнем играть нельзя, он очень опасен. Они убирали от Наташи подальше спички, не подпускали ее близко к камину и печке. С самого раннего детства девочка боялась Огня.

Наташа была очень любопытной. Все ей было интересно! Она никак не могла понять, почему надо бояться Огня. Он ведь так мирно

горит и никого не трогает. А Огонь каждый раз пытался привлечь внимание девочки. То специально откинет дверцу у печки, то, как бы случайно, отодвинет от горящего камина защитную решетку, то поближе подкрадется к Наташе, сидящей у костра, то ярче вспыхнет, когда девочка проходит около зажженной газовой плиты. Каждый раз Огонь нашептывал девочке:

— Поиграй со мной! Я такой красивый! На меня можно смотреть бесконечно! Я тебя обогрею и обласкаю!

Но Наташа помнила строгий запрет родителей на игру с Огнем и никогда не нарушала его.

Однажды на даче, когда родители ненадолго оставили Наташу одну в доме, к ней пришла подружка Оля. Девочки стали играть в поход. У Наташи в комнате была настоящая палатка, в которой жили ее куклы. Девочки устроили в ней ночлег. Потом повесили котелок на палке между стульями и стали варить воображаемую кашу. Даже насыпали в котелок настоящей пшенной крупы. Но время шло, а каша так и не сварилась.

Тогда Оля предложила Наташе:

— Ната, давай разведем настоящий костер. Без него наша каша никогда не сварится.

— Как же мы разведем костер? — возразила Наташа. — Ведь мама и папа настрого запретили мне брать в руки спички!

— А мы не будем большой костер делать, — стала убеждать подружку Оля, — мы разведем малюсенький-малюсенький. Вот и газеты как раз пригодятся, которые на столе лежат.

— Ну, хорошо, — согласилась Наташа, — на малюсенький я согласна. Только вот за спичками придется высоко забраться.

Девочки поставили сначала табуретку, и Наташа залезла на кухонный стол, а с него уже дотянулась до шкафчика, в котором лежали спички. С пола убрали коврик, чтобы не мешал. Газеты скомкали и сложили посреди комнаты. Оля достала из спичечной коробки спичку. Девочки стали рассматривать ее.

— Я никогда не держала спичку в руках, — тревожно сказала Наташа.

— Я тоже, — тихо добавила Оля.

— Что вы уставились на меня? — вдруг сердито крикнула Спичка. — Первый раз видите?! Чиркайте скорее моей коричневой головкой о такую же коричневую полоску на коробке!

От неожиданности Оля даже выронила спичку из рук. Девочки никак не ожидали, что Спичка заговорит. Оля подняла спичку и чир-

кнула ее коричневой головкой о боковую часть спичечной коробочки. Спичка загорелась не сразу. Пришлось чиркать несколько раз. При этом Спичка постоянно ворчала:

— Неумехи какие! Кто вас только учил обращаться со Спичками?!

Ворчание Спички только усугубляло дело. От неожиданности Оля сразу выпускала Спичку из рук. Каждый раз ее приходилось подбирать. Наконец на конце Спички загорелся маленький огонек. Девочки с радостью и страхом смотрели на него. Пламя становилось все ярче, Спичка сгорала очень быстро.

— Ой, ой, ой! — закричала Оля. — Огонь мне обжег пальцы!

Она бросила Спичку на пол, дуя на пальцы. Та попала прямо на газеты, которые сразу загорелись. Огонь уже радовался, становился все больше и сильнее.

— Глупые девчонки, — довольно гудел он, — сейчас я вам покажу, что такое Огонь! Будете знать, как со мной играть! Сейчас я разгорюсь, наберу силы и пойду гулять по дому. Вот будет веселье!

Девочки смотрели на горящие газеты и не могли сойти с места. Огонь приковывал все их внимание, протягивал к ним свои руки, пытался ухватиться за край платья. Он завораживал и будто шептал:

— Подкиньте, мои дорогие, газет в костер. Станет еще красивее и жарче!

Первой опомнилась Наташа. Она увидела, как прогорают половые доски. С криками побежала она на кухню за водой. Взяв большой графин с водой, девочка быстро вернулась в комнату и вылила всю воду на Огонь.

— Да ну вас, — огорченно пропыхтел затухающий Огонь, — только хотел с вами поиграть, а вы меня водой. Холодно ведь. Я обиделся и ухожу от вас.

Но подружки не слушали, что там бормочет Огонь. Они начали быстро собирать пепел от газет и открывать все окна, чтобы проветрить комнату. Когда все убрали, Наташа увидела большое черное пятно на полу от костра. Она заплакала. Впереди был неприятный разговор с родителями. А Оля быстренько распрощалась с подружкой и убежала домой. Ей совсем не хотелось брать вину на себя или делить ее с Наташей.

Наташа стала думать, как скрыть черное пятно. Сначала она попыталась его отмыть. Но ни мыло, ни порошок не справились с этим. Потом она попыталась отскрести пятно ножом. Но и это ни к чему не привело. Наташа подумала, что можно закрасить выгоревшие доски. Уже пошла в кладовку за краской. Но потом остановилась.

Она вспомнила, что после окраски пола по нему нельзя было ходить целый день. Оставалось только закрыть прогоревший пол ковриком, что девочка и сделала.

Несколько дней родители ничего не замечали. Их внимание привлек только легкий запах гари. Но они подумали, что он пришел с улицы. Настала пора уборки. Мама стала пылесосить дорожки и мыть полы.

— Мама, — сказала Наташа, — ты можешь не убираться в моей комнате. Я вчера ее сама убрала.

— Какая помощница у меня выросла, — довольно отозвалась мама, — настоящая хозяйка! Хорошо, я не буду убираться в твоей комнате. Только почищу пылесосом коврик.

Наташа немного успокоилась. Мама начала пылесосить коврик, но отвлеклась. Угол коврика засосал пылесос. Коврик сместился с места, а маминому взору предстал обгоревший пол. Мама была в ужасе! Она как представила, что могло случиться с ее дочкой, так и онемела. Мама никак не могла поверить, что это сделала ее маленькая Наташа, которую они с папой так оберегали. Девочка даже испугалась за маму, которая сидела бледная, как мел. По щекам мамы струйками бежали слезы. Наташе стало очень жалко маму. Она крепко ее обняла и стала успокаивать. Пришлось дочке все рассказать, как было, и повиниться перед мамой.

Впереди Наташу ждал очень серьезный разговор с родителями. Спички были убраны и заменены специальной зажигалкой, которой нельзя разжечь костер. Долгое время родители не отпускали дочку ни на шаг от себя. Черное пятно еще долго напоминало Наташе об опасной игре с Огнем. Больше она никогда не пыталась эту игру повторить и не слушала глупых предложений своих подруг. Она поняла, что хороший друг — это не тот, кто прячется от ответственности за спиной своего товарища.

### *Вопросы и задания*

- О чем эта сказка?
- Какую пользу приносит людям огонь?
- Какой вред он может нанести?
- Что случилось на даче с Наташей?
- Как Наташе удалось справиться с огнем?
- Как себя повела в этой ситуации Оля?
- Что могло бы случиться, если бы Наташа быстро не затушила огонь?

- Почему огонь можно назвать коварным?
- Какие правила обращения с огнем вы знаете?
- С помощью чего можно изобразить огонь в игре?
- Нарисуйте эти правила с помощью рисунков-символов.

## Путешествие Кати в волшебной стране

*Задачи:*

- закреплять правила предосторожности при обращении с животными;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, память, воображение, речь, умение делать выводы;
- прививать любовь к животным, внимательное отношение и осторожное обращение с ними.

\* \* \*

Катя очень любила животных. Она не отдавала предпочтение только кошкам или собакам, как многие другие, а любила всех животных. Девочка знала все зоомагазины в городе и даже была уже с мамой в Московском зоопарке, чем очень гордилась. Журнал «Мои любимые животные» был ее настольной книгой. Мама для дочки отдала подборку журналов в переплет, чтобы получилась толстая книга. Этой книгой Катя особенно дорожила.

Катю беспокоило лишь то, что не все животные, с которыми она хотела подружиться, отвечали ей тем же. Некоторые кошки, которых Катя хотела погладить на улице, царапали ее. Незнакомые собаки лаяли и пытались укусить. Лошадь, на которой девочка уже давно ездила, как-то даже сбросила ее с себя. Это очень огорчало Катю. Ведь она желала животным только добра!

— Как же мне понять животных? — спрашивала себя девочка. — Они же не умеют разговаривать! Вот бы выучить их язык! — мечтала она. — Тогда я бы могла обо всем их спросить.

Катя и не заметила, что произнесла эти слова вслух. В это время над ней как раз пролетала Фея. Она поняла, что у девочки доброе сердце, и решила ей помочь. Она махнула волшебной палочкой, и Катя оказалась в каком-то странном месте. Это была волшебная страна животных. Девочка с удивлением обнаружила, что понимает, о чем они говорят между собой.

Она прислушалась к щебету птиц, которых было множество на ветках причудливых деревьев.



— Представляете, — возмущенно говорил большой попугай Какаду, — эти люди поместили меня в маленькую клетку, в которой я не мог не только летать, но и до конца расправить крылья! Целый день какой-то глупый мальчишка учил меня разным глупым словам и дразнил! Так хотелось клюнуть его прямо в конопатый нос! Они даже не удосужились узнать мое меню! Кормили меня пищей, которую я есть не могу. Если бы эти люди случайно не забыли закрыть дверцу клетки, я, наверное бы, уже умер! Но напоследок я все-таки клюнул конопатого мальчишку в нос! Пусть знает, что я тоже живой, как и он.

Тут Катя обратила внимание на собак, которые отдыхали в тени большого дерева. Они о чем-то шумно спорили.

— А я тебе говорю, — возмущался английский Бульдог, — что мальчишка сам виноват! Я слегка укусил его, потому что он испугал меня. Он тихо подкрался сзади и схватил меня. Что я должен был сделать?!

— Но это же твой хозяин! — осуждающе возражал большущий Дог. — Он тебя любит, за тобой ухаживает. А ты его укусил!

— Пусть думает, прежде чем что-то сделать! — уже сдержаннее ответил Бульдог. — Пугать животных нельзя!

— Вот вы защищаете противного мальчишку, — приближаясь к собеседникам, сказал Боксер, — а я бы наказывал таких маленьких хозяев и хозяек за то, что они мешают домашним питомцам есть. Как только в мою миску положат корм, так мой маленький пройдоха уже рядом стоит. Откуда я знаю, может, он хочет отнять у меня обед или сам его съесть?! Так и хочется его укусить! Нечего беспокоить меня во время еды!

Тут к их разговору подключилась Лошадь, которая недалеко паслась и слышала весь разговор.

— Хочу возвратиться к вашему случаю, господин Бульдог. Я с вами абсолютно согласна, — жуя траву, сказала она, — был случай, когда я своего любимого хозяина лягнула. Он неожиданно подошел ко мне сзади и тронул, а я испугалась. Но наказывать меня он за это не стал, потому как понял, что сам был не прав. Больше он так не делал. Я его очень люблю и сильно переживаю за это недоразумение.

Катя послушала разговор собак и пошла дальше. На крылечке сказочного домика грелись кошки. От удовольствия они мирно мурлыкали, распевая свои кошачьи песенки. Кате захотелось подойти поближе и погладить всех кошечек. Такие они были красивые, милые! Только девочка приблизилась к домику, как услышала тихий разговор между кошками. Она решила послушать, о чем они говорят.

— Представляете, — мяукала Сиамская кошка с голубыми глазами, — они думают, что если я красивая, со мной можно обращаться как с куклой! Навязали мне бантов, нацепили юбку и радуются. А мне — хоть беги из дома. Тискают целый день, покоя нет совсем. Я уже вынуждена была залезть на карниз, чтобы все оставили меня в покое. А царапнешь, обижаются. Моей подруге все когти обстригли. Теперь она лазать совсем не может.

— Правда, правда, — подтвердила Персидская кошка персикового цвета, — люди совсем не считаются с нами. Моя хозяйка расчесывает мне шерсть каждый день. Дерет так больно, что терпеть нельзя! Я, конечно, сначала возражаю, вырываюсь, а потом начинаю царапаться и кусаться. Как-то надо отбиваться! А она кричит, что я неблагодарная.

— Я абсолютно согласна с вами, подруги, — вступила в разговор дымчатая Сибирская кошка, — иногда люди совсем не думают, что делают, особенно дети. Почему-то они считают, что на улице можно подойти к любой кошке и погладить ее. Приходится фыркать и убегать. А начинаешь защищаться и царапаться, так крику потом не оберешься. Тебя же и накажут.

У Кати сразу прошло желание подойти к незнакомым кошкам и погладить их. Но кошки сами увидели девочку и позвали ее. Они уже успокоились, расслабились и поэтому разрешили девочке погладить себя. Катя гладила их по мягким животикам и гибким спинкам, а они мирно мурлыкали от удовольствия.

Попрощавшись с кошками, Катя пошла дальше. Перед ней простилась большая равнина, по которой протекала речка. С удивлением девочка отметила, что по равнине передвигается множество диких животных жарких стран, а в реке водятся даже крокодилы. Продвигаться дальше было страшновато. Тут Катя заметила, что все животные смотрят в ее сторону и о чем-то переговариваются. Девочке стало не по себе. Она хотела убежать, но ноги не двигались с места. От ужаса Катя закрыла глаза и приготовилась к худшему. Однако шум передвижения животных вскоре стих. Девочка приоткрыла глаза и увидела, что животные подошли к ней и остановились. Катя со всей силы закричала:

— Что вы хотите от меня? Что вам нужно? Я вас боюсь!

В ответ животные хором ответили:

— Катя, скажи всем детям, что мы — дикие животные. Мы с людьми не живем. Мы людей боимся, особенно тех, которые на нас охотятся. Не надо подходить к нам близко, гладить и кормить. В зоопарках не надо просовывать руки через оградительные решетки. Мы можем

чего-то испугаться и, защищаясь, оцарапать кого-то или укусить. Мы никому не желаем зла, но близко подходить к нам лучше не надо.

Катя облегченно выдохнула. А дикие животные пошли по своим делам. Они сказали все, что хотели.

Вдалеке Катя увидела красный крест. Она решила посмотреть, что там такое. Вскоре она подошла к дому, который оказался ветлечебницей. В сказочной стране животные тоже болели и лечились. На скамейке ожидали своей очереди домашние животные. Они мирно беседовали между собой. Катя подошла поближе и услышала их разговор.

— Ты понимаешь, — обращалась одна собака к другой, — никак не могу отучить своего маленького хозяина от дурной привычки. Любит он меня целовать прямо в морду. А у меня на морде столько вредных микробов, что не сосчитать! Я же в земле роюсь, когда гуляю. Я ему «Гав-гав!», а он меня не понимает. Заболеет ведь, жалко. Он такой заботливый!

— А моя маленькая хозяйка даже спит со мной, — продолжала разговор вторая собака. — Я же не моюсь каждый день, а на улице гуляю. Да и глисты, и блохи, и клещи могут у меня быть. Вот пришел провериться да полечиться. Мне, конечно, хорошо спать на мягкой постели, но для хозяйки это может закончиться заболеванием.

Тут Катя вспомнила, как любит целовать и обнимать своих домашних питомцев.

«Надо спросить у мамы, лечили ли мы Пуську и Лорда от глистов? А заодно узнать, как мы их охраняем от блох и клещей, особенно на даче», — подумала девочка.

Только она об этом подумала, как зазвучала нежная мелодия, и Катя оказалась около своего дома. Это Фея перенесла ее из волшебной страны в реальный мир. Девочка не удивилась этому. Она стала прислушиваться и приглядываться к окружающим животным, но не могла разобрать, о чем они говорят, чего хотят. В реальном мире люди не знают языка животных. Но после своего волшебного путешествия Катя стала очень внимательно относиться к домашним и диким животным. Она хорошо усвоила правила предосторожности при обращении с ними. Общение с животными доставляло теперь ей только радость.

### *Вопросы и задания*

- Расскажите о Кате. Какая она?
- Почему Катя хотела научиться понимать животных?

- Как Кате помогла Фея?
- О чем жаловались птицы из волшебной страны?
- Что не нравилось в поведении людей собакам и лошади?
- Чем были недовольны кошки из волшебной страны?
- Что просили передать всем детям дикие животные?
- О чем сожалели собаки из ветеринарной лечебницы?
- Какие правила предосторожности при обращении с животными можно вывести из сказки?
- Какие животные живут у вас дома?
- Нарушали ли вы правила предосторожности? К чему это приводило?
- Составьте небольшие рассказы, в которых дети не нарушают правила предосторожности при обращении с дикими или домашними животными.

### **Витя и странные человечки**

*Задачи:*

- закреплять правила безопасного поведения в различных жизненных ситуациях;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, память, воображение, речь, способность переносить волшебные ситуации в реальную жизнь;
- формировать ответственность за свое здоровье и жизнь.

\* \* \*

Жил-был мальчик Витя. Он никогда не слушал советов взрослых, поэтому постоянно попадал в неприятные ситуации.

Однажды гулял Витя по парку. Там он уже успел порвать о сучок дерева штанину, вляпаться в грязь, разозлить гуляющую с девочкой собаку. За всем этим наблюдала странная старушка. Когда Витя занес ногу над лужей, которую хотел измерить в ботинках, старушка раскрыла цветной зонтик, который быстро завертелся у нее в руках. Вместе с ним закружился и Витя. Не успел он опомниться, как оказался в каком-то странном месте.

Мимо мальчика шли стеклянные человечки, у которых в животе вместо еды были пуговицы, шарики, монетки, гвозди, булавки, ложки и вилки, другие самые разные несъедобные предметы. Они глотали их целиком. Предметы в животах у человечков были разноцветные и смотрелись красиво. Витя очень удивился такому питанию. Такого

раньше он никогда не видел. Он слышал, что люди случайно глотали небольшие предметы, но чтобы так!

Витя проголодался и решил пообедать в ближайшем кафе. Сначала официантка принесла мальчику чашку гвоздей, потом чашку монеток и целую кружку самых разных пуговиц. Мальчик смотрел на все это и не знал, что с этим делать. Он взял монетку в рот и стал гонять ее языком из стороны в сторону. Наесться пуговицей было нельзя. В это время в его носу защекотало. Витя чихнул. Он и не заметил, как во время чихания проглотил монетку. В животе заурчало. Мальчик сильно испугался.

— Отвезите меня скорее в больницу! — закричал он. — Я проглотил пуговицу! Мне надо срочно сделать операцию!

Но стеклянные человечки вокруг Вити только смеялись и довольно поглаживали себя по прозрачному животу. У мальчика то ли от монеты, то ли от страха заболел живот. Он побежал в туалет. Тут Витю пробил холодный пот. Он представил, что было бы, если бы он проглотил гвоздь или иголку! Стеклянные человечки ему сразу разонравились. Хорошо, что в кармане заваялась баранка. Ее можно было сгрызть без опасений.

Только Витя сказал вслух: «Я не хочу глотать несъедобные предметы! Это опасно для здоровья!», как оказался совсем в другом месте. Вокруг творилось что-то невообразимое! Волшебные человечки словно сошли с ума. Они не были стеклянными, но, видимо, решили покончить с жизнью. Одни из них засовывали голову между решетками забора, другие совали пальцы в розетку, третьи засовывали руку в работающий барабан стиральной машины, между решетками горячих радиаторов отопления, четвертые умудрялись просунуть руку или палец в узкое горлышко бутылки или банки. Свои пальцы и руки человечки засовывали куда попало. Но так как страна была волшебной, с человечками ничего не случалось. Они так развлекались.

Развлечения человечков понравились Вите. Он тоже решил развлечься. Тут же ему принесли мясорубку, блендер и овощерезку. Все электроприборы включили. Наблюдать, как они работают, Вите было интересно. Мясорубка прокручивала мясо, превращая его в фарш, в блендере взбивался молочный коктейль, а овощерезка быстро резала овощи на одинаковые кусочки. Внутри электроприборов крутились специальные ножи, которые перемалывали, резали и взбивали. Витя засомневался в своей затее. Прежде чем совать свои пальцы, он решил поэкспериментировать. Сначала он опробовал действие мясорубки на сосиске и увидел, как она перемололась. Потом подставил под ножи

овощерезки вместо пальцев морковку. Она была разрезана на части. А блендер перетер яблоко, грушу и апельсин в густую фруктовую массу. После экспериментов Вите расхотелось засовывать свои пальцы в работающие электроприборы. Веселья не получилось. Странные же человечки все подталкивали мальчика к приборам, поднося для него все новые.

Витя с ужасом закричал:

— Я больше не хочу развлекаться, засовывая пальцы куда попало! Это опасное развлечение! Я не хочу остаться без пальцев!

Как только он произнес эти слова, сразу очутился совсем в другом месте. Своему перемещению он был не рад. Тут человечки не засовывали пальцы рук куда попало, но играли с опасными предметами. Одни забавлялись с ножами, бросая их в стенку и в землю, что-то резали и строгали. Другие баловались с ружьями, не зная, заряженные они или нет. Ужас охватил Витю. Того и гляди, нечаянно зарежут или застрелят. Маленькие человечки не умели пользоваться ножами, поэтому получали опасные порезы. Внезапно выстрелило ружье, и пуля задела руку одного из человечков. Витя закрыл от страха глаза и прошептал:

— Перенесите меня, пожалуйста, из этой страны подальше. Я хочу жить. Мне очень страшно.

Тут же он оказался в странной больнице. Человечки, которые там лежали, лечились сами, без докторов. Около каждого из них лежала куча разных лекарств. Они выбирали самые красивые, похожие на конфеты, и глотали их целыми горстями. От этого им делалось хуже. Но они глотали другие лекарства, от которых им становилось совсем плохо.

Витя удивился:

— Почему вы не лечитесь у врачей? Почему принимаете какие хотите лекарства? Вы так никогда не вылечитесь. Даже можете серьезно отравиться!

Человечки удивились таким речам мальчика. Они считали, что лекарства надо выбирать по их красоте, а не пользе. Как только Витя позвал врачей, которые обследовали человечков и назначили им необходимые лекарства, человечки стали поправляться. Они поблагодарили мальчика. Странно, но как только они это сделали, Витя оказался в том же парке, откуда попал в волшебную страну. Его нога была занесена над лужей. Мальчик сразу ее отдернул. Ему расхотелось мерить лужу в ботинках. И вообще с этих пор Витя стал думать, прежде чем что-то сделать.

*Вопросы и задания*

- Что можно сказать о мальчике Вите?
- Как он попал в волшебную страну?
- Какие выводы он сделал, побывав у стеклянных человечков?
- Почему Витя не стал развлекаться, засовывая пальцы в работающие электроприборы?
- Почему Витя испугался, оказавшись среди человечков, которые играли с ножами и ружьями?
- Как Витя помог человечкам, которые принимали лекарства без назначения врача?
- Какие полезные советы вы могли бы дать другим детям на примере Вити?
- Какие еще полезные советы по сохранению здоровья и жизни вы можете дать друг другу?
- Придумайте продолжение сказки.

**РАССКАЗЫ****Девочка-несчастье***Задачи:*

- знакомить с правилами безопасного поведения дома;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, память, диалогическую речь в беседе;
- формировать внимательное отношение к окружающему миру, осторожность, предусмотрительность.

\* \* \*

Жила-была девочка Маша. Она была такая рассеянная, что даже дома с ней что-то постоянно случалось.

Мама девочки любила периодически переставлять мебель в квартире. От этого у нее поднималось настроение. Она тогда ходила веселая и постоянно что-то напевала. К перестановкам мебели Маша относилась без особого интереса, чаще всего их не замечая. Вбегая в квартиру, она то наталкивалась на шкаф, который ранее не стоял на этом месте, то, не глядя, плюхалась на кресло, которого уже не было на прежнем месте. Шишки и синяки стали постоянными спутниками Маши. Она обычно потирала больное место рукой и кричала:

— Ой, ой, ой! Как больно! Выбросите всю мебель из квартиры! Она меня обижает, дерется постоянно.

— Машенька, — говорила ей мама каждый раз, — надо быть просто внимательной. Мебель тут ни при чем. Я тебе всегда напоминаю, что переставила мебель, но ты меня не слушаешь. Обижаться тебе надо на свою невнимательность, а не на мебель.

После того как Маша набила себе не одну шишку, она стала внимательно осматривать квартиру, прежде чем в ней передвигаться, и слушать то, что говорит мама.

Но мебель мама передвигала не так часто, а вот шишек и синяков у дочки не убавлялось.

Маше нравилось входить на кухню, не зажигая свет. Она точно знала, где стоит графин с водой, поэтому быстро проходила к нужному месту. В темноте кухня казалась девочке таинственной и даже волшебной. Но вот беда! Не все члены семьи задвигали табуреты после еды под стол. Девочка то и дело натыкалась на оставленную табуретку, падала, разбивала колени, локти. Как только в кухне слышался грохот, мама уже знала, что ее дочка опять упала. Сколько раз мама просила Машу зажигать свет, входя на кухню! Но дочка упорно не хотела этого делать. Мама даже собрала семейный совет, на котором строго-настрого наказала всем членам семьи следить за тем, чтобы табуреты были задвинуты под стол. Всем было очень жалко Машу, все старались задвигать за собой табурет, но иногда все же кто-то это делать забывал, и все повторялось снова. Мама для Маши даже оставляла в кухне включенным маленький ночничок, который слабо освещал пространство. Маше тоже надоело постоянно ходить с синяками и ссадинами на коленках. Она стала включать свет при входе на кухню и передвигаться по ней осторожно. Иногда она просила маму специально выключить свет, убедившись, что все в порядке. Она тихо сидела на кухонном диванчике и придумывала разные истории, но при этом была абсолютно здорова.

Однажды мама купила новые дорожки в коридор и красивый ковер в детскую. Дома сразу стало уютно и празднично. Маша, которой очень понравилось ходить босиком по мягким дорожкам и ковру, стала бегать из комнаты в комнату. Потом она полежала на мягкой поверхности ковра, достала все свои игрушки и стала с удовольствием на нем играть. На следующий день, когда девочка пришла из детского сада, она по привычке надела тапочки и стала бегать по дорожкам. Надо сказать, что подошва у тапочек была скользкой. Маша тут же поскользнулась и растянулась на полу. Ей стало обидно, она даже заплакала.

— Почему эти дорожки оказались такими противными? — сквозь плач причитала она. — Мне они так понравились! А они мне вот чем отплатили!



— Опять ты обижаешься на предметы, — успокаивая дочку, приговаривала мама, — дорожки тут совсем ни при чем. Они же не живые. Просто у твоих тапочек скользкая подошва, вот ты и поскользнулась. Надо быть осторожной. Дорожки — это не каток. По дому надо ходить спокойно. Завтра я тебе куплю тапочки на резиновой подошве, которые совсем не скользят.

Маша быстро успокоилась, но с тех пор по дорожкам ходила осторожно.

В квартире, где жила Маша, был большой зал. В нем настелили паркетный пол. Это было красиво и как-то торжественно. Паркет всегда блестел, потому что его натерли специальной мастикой. Каждый раз мама строго наказывала Маше ходить по натертому паркету с особой осторожностью в тапочках на резиновой подошве. Но Маше паркет напоминал каток. Она закладывала руки за спину, как фигуристка, и скользила подошвами других тапочек по поверхности пола. Часто это заканчивалось плачевно. Однажды Маша даже вывихнула ногу, а в другой раз потянула мышцы ноги. Еще хуже было, когда она упала с разбегу на спину и больно ударилась затылком об пол. Пришлось маме от Маши закрывать зал с натертым паркетом на ключ.

Маша не очень любила убирать за собой игрушки. Часто она на ночь оставляла их там, где играла. Ночью девочка вставала в туалет и вечно спотыкалась о разбросанные игрушки. Однажды она так споткнулась о брошенную на полу куклу, что, упав, даже сломала себе руку! Пришлось Маше долго лечиться. С тех пор мама каждый вечер стала проверять детскую комнату, а дочка перестала разбрасывать свои игрушки. Уж слишком неудобно было жить с загипсованной рукой, которая болела и чесалась под гипсом.

Второй раз Маша чуть не сломала руку, когда была в ванной. В этот день мама постирала резиновый коврик, и кафельный пол стал скользким. Сначала Маша плескалась в ванне, пускала мыльные пузыри и купала свои игрушки. Она налила в ванну специальную пену, которая сделала ее очень скользкой. Когда девочка выбиралась из ванны, она поскользнулась и со всего маха плюхнулась в воду. Вода смягчила падение, но вылилась на пол. Очнувшись от падения в воду, Маша стала искать рукой полотенце, чтобы вытереть глаза, которые она не могла открыть из-за пены. Полотенце оказалось совсем не в том месте, где его искала девочка. Поэтому Маша едва удержалась за края ванны, чтобы не выпасть из нее. Найдя полотенце и протерев глаза, девочка стала вылезать из ванны. Пол был скользкий. Ноги Маши поехали. Она покачнулась и начала падать, но тут в ванную комнату

вошла мама. Она успела подхватить падающую дочку. Мама даже боялась подумать, что было бы с дочкой, если бы она ударилась об ванну или раковину! Конечно, мама сто раз потом ругала себя за то, что убрала коврик. Она больше никогда не оставляла дочку одну в ванной, а Маша с тех пор была очень осторожной во время купания.

Со временем Маша твердо усвоила, как нужно вести себя дома, чтобы не случилось беды. Она перестала быть девочкой-несчастьем. Больше она не стеснялась ходить в садик с синяками и ссадинами — их просто не стало.

### *Вопросы и задания*

- О чем этот рассказ?
- Почему с Машей происходило столько несчастий дома?
- Из-за чего мебель становилась причиной травм девочки?
- Почему девочка получала травмы на кухне?
- Почему натертый паркет может быть опасным?
- Почему на ночь игрушки всегда надо убирать на место?
- Почему ванная считается местом, где легко можно получить травму?
- Почему нельзя касаться проводов и электроприборов мокрыми руками?
- Какие правила безопасного поведения дома вы усвоили?
- Придумайте рассказ о Маше, которая хорошо усвоила все правила безопасного поведения дома.

## **Как Алешка усвоил правила поведения на воде**

### *Задачи:*

- знакомить с правилами безопасного поведения на воде;
- развивать целенаправленное внимание, слуховое восприятие, воображение, память, речь;
- формировать ответственное отношение к поведению на воде, внимательно относиться к наставлениям родителей.

\* \* \*

Алешка очень любил воду. Ему было все равно: маленький ли это пруд или большое море. Мальчику было уже шесть лет, и он умел хорошо плавать. Сколько раз Алешка ездил с родителями то на речку, то на озеро, то на море. Везде ему нравилось.

Однажды на реке Алешка так осмелел, что решил один доплыть до ее середины. Он улучил момент, когда родители отвлеклись, и по-

бежал к реке. До середины он доплыл легко, а вот на обратную дорогу уже сил не было. Алешка чувствовал, как его покидают силы. Руки стали вялыми, а до берега было еще далеко. Мальчик хлебнул воды. Его охватила паника. От испуга он закричал: «Тону-у-у!!!» Хорошо, что родители его сразу услышали. Отец в несколько взмахов рук доплыл до сына, подхватил его и вытащил на берег. Родители очень испугались за сына. Мама даже заплакала. Алешка и сам испугался. Только тут он понял, почему старшие не разрешали ему заходить в воду одному. Надо, чтобы взрослый был с тобой рядом и в случае опасности мог помочь. После этого случая на реке родители не отходили от Алешки ни на шаг.

Однажды ребята затеяли на речке нырять вниз головой. Позвали с собой и Алешку. Сначала он отказался. Он помнил запрет родителей на ныряние, но нырнуть очень хотелось. Алешка подумал: «Я нырну только один разик и сразу уйду». Он встал на край обрыва, сложил руки над головой, но прыгать испугался. Алешка решил сначала посмотреть, как прыгают другие ребята. Старшие дети стали подсмеиваться над мальчиком и подначивать его. В это время прыгнул очередной ныряльщик. Все ждали, когда он вынырнет, но мальчик не показывался на поверхности воды. Дети громко закричали от страха за товарища. Мужчина, который загорал недалеко от ребят, бросился в воду и вытащил на берег ныряльщика. Он был жив, но нахлебался воды и голова его была поранена. Из нее струйками стекала кровь. Оказалось, что на дне реки, там, где дети ныряли, были острые камни. О них и поранил голову мальчик. Пришлось вызывать «скорую помощь», которая увезла мальчика в больницу. Алешка побоялся рассказать родителям об этом происшествии, но сам твердо запомнил, что нырять в незнакомых местах нельзя! Перед его взором еще долго стоял мальчик с разбитой головой.

Алешка очень боялся грозы. Только об этом он никому не рассказывал, чтобы не засмеяли. Однажды он с родителями поехал в очередной выходной купаться на озеро. С собой взяли палатку, съестное и все для того, чтобы целый день провести у воды. Погода стояла прекрасная, светило жаркое солнце, а чистейшая вода в озере была как парное молоко. Из воды никому не хотелось уходить. Но вдруг небо потемнело, закапал дождь. Купаться стало еще приятнее и веселее. Внезапно в небе сверкнула молния, а чуть позже раздался гром.

— Все быстро выходим из воды! — закричала мама. — В грозу нельзя находиться в воде! Вода притягивает электрический заряд молнии!

Алешка быстрее всех выбежал из озера и побежал к палатке. Там он накинул на голову плед и под ним тихо заплакал от страха. Вслед за ним в палатку вбежали все остальные члены семьи. Никто не стал смеяться над мальчиком. Палатку закрыли и стали обтираться полотенцами, сушиться. Потом папа с мамой начали рассказывать веселые истории. Все развеселились, а Алешка забыл о своем страхе и тоже стал смеяться. Тем временем гроза прошла, снова выплянуло солнце. Все вышли из палатки. Можно было снова купаться, загорать и играть. Алешка понял, что нельзя стыдиться своих страхов. От них нужно избавляться. А еще он понял, что играть с молнией нельзя. Это очень опасно, особенно на воде.

Наконец сбылась мечта Алешки — он с родителями поехал к морю. Море вызвало у мальчика восторг. Ему казалось, что у него нет конца и края. Целыми днями не выходил он из воды, строил из песка на берегу башни и крепости, собирал красивые морские камешки. Море было то спокойным, то штормило, тогда большие волны с грохотом бились о берег. Алешка видел, что отдыхающие любят купаться в волнах. Одни подныривали под них, другие прыгали через волны, третьи сидели на берегу и получали удовольствие от того, что волны окатывали их. Алешка попросил родителей разрешения покупаться в волнах. В воде мама и папа находились с обеих сторон от сына, оберегая его. Все с удовольствием ловили волну и прыгали через нее. Никто и не заметил большой волны, которая шла от проплывающего мимо катера. Она была такой силы, что закрутила не только Алешку, но и его родителей. Потом волна выбросила всех на берег. Алешка долго откашливался от соленой воды и тер глаза. Он разодрал колени о гальку. Волна утащила мамины очки и папину бейсболку. Все долго не могли опомниться. Родители испугались за сына. Но Алешка не показал своего страха. Он сел на берегу и подставил волне ноги. На берегу было безопасно. Вот только строить из песка было совершенно невозможно — волна постоянно смывала постройки. После этого случая Алешка хорошо усвоил, что шутить на море с волнами нельзя ни детям, ни взрослым.

Родители купили Алешке для безопасности надувной круг. На нем он мог заплывать далеко от берега. Каждый раз, когда родители плыли с ним рядом, он пытался быстрее уплыть от них. Он чувствовал себя сильным и ловким. Дырка в круге была достаточно большой, чтобы свободно пролезть в него. Однажды, уплыв достаточно далеко от берега, Алешка увидел в толще воды под собой стаю рыбок. Рыбки так заинтересовали мальчика, что он даже

опустил голову в воду, чтобы их лучше разглядеть. От неловкого движения надувной круг резко наклонился, и мальчик выскользнул из него. Страх сразу сковал все тело Алешки. Он стал судорожно барахтаться в воде. Хорошо, что родители пристально следили за плаванием сына и никогда не уходили от него далеко. У Алешки еще долго стучали зубы от испуга. Два дня он даже не заходил в воду. Но вскоре страх прошел, и мальчик снова наслаждался морем. Из этой ситуации Алешка все же сделал вывод о том, что надувные резиновые игрушки и круги не такие уж надежные и без взрослых пользоваться ими нельзя. Подтверждение этого вывода он получил совсем скоро, когда у одной девочки в воде вдруг внезапно сдулся надувник, а взрослый дядя перевернулся на надувном матрасе и нахлебался морской воды.

Однажды шторм пригнал к берегу моря много медуз. Они были такие прозрачные и красивые, что всем хотелось взять их в руки. Алешка тоже побежал к морю, чтобы понаблюдать за медузами. Мама еле успела поймать его за руку.

— Сынок, не входи в воду и не трогай медуз. Они могут больно обжечь кожу, — встревоженно сказала она.

И тут Алешка услышал крик мальчика, который пошел купаться с медузами. Пришлось родителям вести его в больницу. Алешка же послушался маму и наблюдал за медузами с берега. Мама рассказала сыну, что в море живут разные морские животные. Среди них есть такие, которые могут нанести человеку травму. Например, если наступить на морского ежа, можно получить колотую рану, которая очень болезненна и долго не заживает.

С тех пор Алешка был внимателен при купании в море.

Родители не всегда могли вывезти сына на море, поэтому ему приходилось купаться в ближайших прудах и озерах. Но почему-то купаться можно было не на всех водоемах. Алешка никак не мог понять, почему на озеро надо ехать далеко на машине. Он все время просился покупаться с мальчишками на местный пруд. Но однажды гулять не вышел его друг Витя. Алешка пошел узнать, в чем дело. Мама Вити сказала, что Витя нахлебался грязной воды в пруду и заболел. Его даже положили в больницу. Больше Алешка не просился купаться в местном пруду, а с удовольствием плавал в чистом озере. За лето он становился сильным, крепким и здоровым. Мальчик твердо усвоил, что солнце, воздух и вода — лучшие друзья детей и взрослых. Но с этими друзьями нужно быть очень осторожными и соблюдать все правила безопасного поведения.

### Вопросы и задания

- Что случилось с Алешкой на реке? Какие правила поведения на реке он запомнил?
- Почему при грозе надо обязательно выйти из воды и спрятаться в укрытии?
- Почему купание в море отличается от купания в реке или озере?
- Какие происшествия произошли с Алешкой на море? Какие правила купания в море он запомнил?
- Почему не в каждом водоеме можно купаться?
- Почему в шутку нельзя звать на помощь в воде?
- Какие правила безопасного поведения на воде вы запомнили?
- Расскажите о случаях, которые произошли с вами во время купания.

## Как дети учились осторожности

### Задачи:

- закреплять знания о правилах осторожного обращения с горячими объектами, профилактике ожогов;
- развивать целенаправленное внимание, восприятие, память, воображение, речь;
- формировать послушание, осторожность в обращении с горячими объектами, внимание к окружающему.

\* \* \*

Тоне исполнилось уже шесть лет, и она думала, что все уже знает и умеет. Девочка была очень любопытной, поэтому иногда совала свой нос туда, куда его совать не следует.

Например, мама готовит обед, а дочка тут как тут. Все обнюхает, заглянет во все кастрюли и сковородки, да еще умудрится попробовать горячую пищу. Мама не успеет выйти из кухни, как Тоня уже у плиты. То зацепится за ручку горячей сковороды, то попадет под обжигающие брызги масла, то нагнется так близко к кастрюле, что попадет лицом прямо под горячий пар, то дотронется до горячей духовки. Мама только и успевала лечить болезненные ожоги у дочки. Дошло до того, что мама стала запирает кухню на ключ, когда в ней что-то готовилось. К тому, что ожоги сильно болели, на их месте еще и образовывались некрасивые рубцы, которые совсем не украшали Тонию. А ведь она была девочкой, а у девочки должна быть красивая, нежная и гладкая кожа.

Однажды Тоня все-таки пробралась на кухню, когда мама вышла на минутку на лоджию. На газовой плите стояла большая кастрюля с супом. Дочке захотелось помочь маме. Она решила переставить кастрюлю на стол, как это делала мама. Тоня взялась за ручки кастрюли, но сразу отдернула руки — ручки были очень горячими. Тогда девочка взяла прихватки. Через них ручки кастрюли уже не обжигали руки Тони. Девочка второй раз попробовала поднять кастрюлю, но она была для нее слишком тяжелой. Тогда Тоня пододвинула ее поближе к краю плиты и снова попыталась поднять. В это время из кастрюли выплеснулся горячий суп прямо на руки Тони. Девочка вскрикнула от боли. Ее крик услышала мама и быстро прибежала на кухню. Еще бы мгновение, и кастрюля с горячим супом могла бы упасть на дочку. Мама так переволновалась, что у нее даже заболело сердце. А Тоня плакала от боли обожженных рук.

С этих пор мама всегда готовила на кухне вместе с дочкой. Она объясняла ей правила обращения с горячими предметами, учила быть осторожной. Постепенно Тоня усвоила все правила безопасного поведения на кухне. Она знала, что ей можно делать, а чего нельзя. Из Тони получалась настоящая хозяйка, которая уже без мамы могла накормить папу ужином.

У Тони был младший брат Саша. Мама называла его торопыгой, потому что он все делал быстро, не думая. В квартире, где жили дети, из крана с горячей водой часто тек почти кипятки. Родители много раз предупреждали детей, чтобы они сначала открывали кран с холодной водой, а потом постепенно добавляли горячую воду до нужной температуры. Но Саше некогда было думать и вспоминать наставления родителей. Он включал горячую воду на весь напор и сразу подставлял под нее руки, а потом страдал от ожогов. Саша даже не пробовал рукой температуру воды, когда залезал в ванну купаться, и как ошпаренный вылетал из горячей воды. Родителям даже пришлось сделать над кранами надписи, напоминающие каждый раз Саше о последовательности открывания кранов. Хорошо, что сын уже умел читать. Постепенно он стал более осторожным. Однажды, когда вся семья пришла в гости к друзьям родителей, мальчик сразу спросил у них, с какой стороны в ванной находится кран с горячей водой. Взрослые удивились такому вопросу, но мальчик объяснил им, что не хочет обжечься горячей водой. Мама с папой были довольны тем, что сын наконец стал осторожным. Они даже похвалили его за предусмотрительность.

Однажды жарким летом дети вместе с родителями поехали на юг к морю. На пляже все, кроме Тони, намазались защитным кремом.

Тоня отказалась мазаться под предлогом, что она никогда не сгорает на солнце. Ей так хотелось похвастаться перед подружками красивым загаром! К вечеру кожа на теле у девочки стала красной. Тоня была похожа на вареного рака. К тому же еще и поднялась температура. Пришлось маме обмазывать дочку сметаной и идти в аптеку за лекарствами от ожогов. Но самым плохим было то, что несколько дней Тоня не могла выходить на солнышко и купаться в море. Потом сгоревшая на солнце кожа клоками обдиралась с тела девочки. Ни о каком красивом загаре речь уже не шла.

На пляже дети обратили внимание на то, что все люди в темных очках. Сначала они подумали, что это так модно. Но родители тоже не выходили из дома без темных очков. Тоня решила выяснить этот вопрос у родителей.

— Мама, папа, вы стать модными решили? Поэтому надели темные очки? — спросила она, а потом добавила, — они вам очень идут! Я тоже хочу выглядеть модной. Купите и мне темные очки.

— Мы, конечно, хотим быть модными, — ответила мама, — но темные очки надеваем не для этого. Они защищают наши глаза от вредного влияния солнца. Глаза у человека очень ранимые, а солнечные лучи могут их обжечь. Особенно опасно смотреть прямо на солнце. От этого зрение может ухудшиться. Мы сегодня пойдем в магазин и купим вам детские солнечные очки, чтобы защитить и ваши глазки.

— А мне очки не нужны! — возразил Саша. — Я солнца не боюсь! Сами ходите в своих очках! Над мальчиками в очках смеются!

На пляже все, кроме Саши, были в темных очках. А Саша решил доказать, что не боится солнечных ожогов. Он лег на песок и уставился прямо на солнце. Через некоторое время перед глазами поплыли темные круги, и мальчик крепко зажмурился. Все вокруг стало каким-то расплывчатым. Он испугался и заплакал. К нему подбежала мама и стала спрашивать, что случилось. Сквозь слезы Саша рассказал маме о рези в глазах и темных кругах. Пришлось вести сына к врачу-офтальмологу и лечить солнечный ожог. Так глупое отношение к собственному здоровью чуть не стоило Саше зрения. С этого времени мальчик стал очень осторожным по отношению к солнцу и других предупреждал о возможных последствиях длительного загорания и вредного влияния солнца на глаза. Он сам следил за тем, чтобы никто из членов его семьи долго не лежал под солнцем в одной позе, не находился под солнцем без головного убора и не выходил из дома без солнечных очков.



### Вопросы и задания

- О чем этот рассказ?
- Почему Тоня постоянно попадала в какие-нибудь неприятные истории?
- Как у Тони появлялись болезненные ожоги на теле?
- Какие запреты мамы она нарушала?
- Какие правила нужно помнить, чтобы не получить ожога на кухне?
- Почему Сашу прозвали торопыгой?
- Каким образом Саша получал ожоги?
- Какие правила пользования горячей водой необходимо помнить?
- Чем еще можно обжечься в доме? (*Батареи отопления, обогреватели, утюг.*)
- Какой вред здоровью человека может причинить солнце?
- Почему необходимо пользоваться защитным кремом, находиться на пляже под зонтиком? Носить солнечные очки?
- Что нужно сделать, если вы обожглись? Нужно ли скрывать от родителей полученный ожог, чтобы они не отругали?
- Расскажите о случаях получения ожогов, которые случались с вами или с вашими родными и знакомыми.
- Дидактические упражнения: «Солнце — хорошо и плохо», «Огонь — хорошо и плохо», «Электричество — хорошо и плохо».

## История про девочку Лену

### Задачи:

- закреплять знания о пользовании нагревающимися электроприборами, профилактике ожогов;
- развивать целенаправленное внимание, восприятие, память, воображение, речь, умение рассуждать;
- формировать ценностное отношение к собственному здоровью.

\* \* \*

Эта история действительно произошла с девочкой Леной, когда ей было шесть лет. Сейчас ей уже сорок, а ее мама до сих пор без содрогания не может вспоминать эту историю.

Утро субботы было солнечным и теплым. Вся семья собиралась на дачу к друзьям. Каждому нашлось дело. Времени до отъезда оста-

валось совсем немного. Мама не успевала все сделать, поэтому и попросила Лену погладить свою косынку. Она выдвинула для дочки гладильную доску, включила утюг и побежала по своим делам.

Лена была горда тем, что мама дала ей такое взрослое поручение. Она очень любила свою маму, любила так сильно, что не могла ее ничем огорчить.

Лена была очень послушной девочкой. Любая похвала родителей была для нее настоящей наградой. По характеру Лена была спокойной, рассудительной, неторопливой, исполнительницей и уступчивой. Она была старше своей сестренки Анечки на три года, но в играх всегда уступала ей главные роли, чтобы не ссориться. В детском саду воспитатели любили Лену за то, что она была их первой помощницей в делах уборки, наведения порядка и чистоты.

Утюг быстро нагрелся и пылал жаром. Лена аккуратно расправила на гладильной доске косынку и взяла утюг в руку. Она никогда раньше самостоятельно ничего не гладила, поэтому движения ее были неловкими. Опустить плавно утюг на косынку Лена не смогла. Он соскользнул с доски и упал прямо на руки девочки. От неожиданности и внезапного страха Лена даже не вскрикнула. Она поставила утюг на место, погладила косынку, выключила шнур из розетки и только тогда взглянула на свои руки. На руках были красные следы от горячего утюга. Ожог был достаточно большого размера. На месте ожога кожа сначала покраснела, а потом на ней стали появляться пузыри. Лене было очень больно, но показать этого она не могла. Ведь мама в первый раз поручила ей взрослое задание, а она не справилась! Боль заглушало чувство вины. Девочка пошла в детскую, нашла в шкафу блузку с длинными рукавами и быстро надела ее. Длинные рукава скрывали ожоги.

Мама, конечно, удивилась, что в жару дочка надела блузку с длинными рукавами, но особого значения этому не придавала. Отъезд на дачу был шумным и веселым. Дети вели себя как обычно. Ничто не встревожило родителей.

На даче много веселились, вкусно ели и шумно общались. Детей было несколько человек, поэтому они играли своей компанией отдельно от взрослых. Лена в этот день была почему-то особенно тихой. Ближе к полудню стало так жарко, что нечем было дышать. Хорошо еще, что на даче было много тенистых мест. Особенно приятно было находиться под листвой виноградной лозы, которая обвивала высокую арку. Увидев в очередной раз пробегающую мимо Лену, мама подозвала ее к себе, чтобы снять с нее блузку с длинными рукавами.

Дочка шла медленно и, как показалось маме, не очень охотно. Когда мама сняла с дочки блузку, она сразу увидела ожоги на ее руках. Ожоги были сильными, кожа покрылась страшной коркой. Состояние мамы в это мгновение передать словами невозможно. Слезы текли по ее щекам большими ручьями. Она крепко обняла дочку и долго не могла прийти в себя.

Взрослые никак не могли понять, почему девочка так долго молчала об ожогах. Ведь это же так больно! Все ее жалели. На машине быстро отвезли Лену на станцию «Скорой помощи», где ей оказали необходимую медицинскую помощь, наложили стерильную повязку. Ведь если не наложить такой повязки, то в раны на ожоге может попасть инфекция и будет еще хуже.

Лена не жаловалась и не плакала. Она мужественно переносила боль. Девочка никак не могла понять, почему мама так расстроилась и всю дорогу обвиняла себя за то, что случилось с дочкой. Она же погладила косынку, выполнила поручение мамы. Зачем же так огорчаться?! А мама не знала, что ей делать — радоваться или жалеть о том, что дочка ее так сильно любит. Страх огорчить маму чуть не привел к беде. С этого времени мама стала еще внимательнее относиться к дочке, на примерах показывать, что люди могут ошибаться, иногда не со зла огорчать своих близких. В жизни все бывает.

Этой истории мама не забывала всю свою жизнь.

### *Вопросы и задания*

- Расскажите о девочке Лене.
- Что случилось с Леной, когда она выполняла поручение мамы?
- Почему утюг может вызвать ожог на теле человека?
- Какие правила безопасного пользования утюгом надо знать?
- Почему Лена не сказала никому об ожоге?
- Как она скрыла ожог?
- Почему ожог девочки вызвал настоящий шок у мамы и других взрослых?
- Почему Лену отвезли на станцию «Скорой помощи»? Почему ожог не должен быть открытым?
- Почему мама Лены в случившемся винила себя?
- Что значит иметь право на ошибку?
- Что значит нечаянный проступок?
- Как, по-вашему, повела бы себя мама, если бы Лена рассказала ей сразу о своей беде?

- Какие предметы в доме могут служить источником ожогов?
- Какие правила безопасного пользования этими предметами вы знаете?
- Придумайте маленькие рассказы о том, как можно уберечься от ожогов.

## Славины мечты

*Задачи:*

- закреплять знания о том, как уберечься от падений и ушибов;
- закреплять правила безопасного поведения;
- развивать целенаправленное внимание, восприятие, память, воображение, речь, умение делать выводы и умозаключения;
- формировать послушание, внимательное отношение к окружающему, ответственность за свои поступки.

\* \* \*

Жил-был мальчик Слава. Он был очень подвижный и любознательный. Не проходило и дня, чтобы мама не зашивала порванные штаны сына или не отстирывала с них самые разнообразные пятна.

Все свое сознательное детство Слава мечтал быть птицей. Ему нравилось в птицах все: как они летали высоко в небе, могли легко перемещаться в пространстве, облетать преграды, сидеть, где хочется, даже на тонких проводах.

Славке повезло, что он жил в одноэтажном доме. Высота от окна до земли была небольшой. Утром мальчик любил настезь распахнуть свое окно и, вывалившись из него по пояс, любоваться окружающим и искать в нем что-то новое. Однажды у Славы внезапно закружилась голова, оттого что он висел головой вниз. В таком положении он и вывалился из окна. А под окном рос прекрасный розовый куст. Славка любил по утрам вдыхать аромат цветов розы.

От крика сына у Славиной мамы волосы на голове встали дыбом. Она подумала, что он убили насмерть. Картина, которую мама увидела, была не из приятных. Прекрасный куст розы был сломан, а сын весь исцарапан. Слава даже не понял сразу, что с ним случилось и как он очутился на розе. Пришлось оправдываться перед мамой и терпеть зеленку. Царапины долго не заживали, напоминая мальчику о случившемся. Лежа в постели, Саша думал о том, что будь он птицей, ни за что бы не упал в розовый куст, а взмахнул бы крыльями и улетел. Но с этих пор он уже не высовывался из открытого окна, а любовался окружающим из безопасного положения. Куст розы мама

обрезала, и вместо прекрасных цветов из земли торчали невысокие колючие стебли.

По вечерам, сидя на подоконнике, Слава любил мечтать, глядя на темнеющее небо, звезды и луну. В своих мечтах он летал на далекие планеты, встречался там с инопланетянами и самыми необычными птицами. Часто мальчик даже забывал, где находится. В реальный мир его возвращал только голос мамы, которая напоминала ему о том, что пора спать. Однажды, улетев далеко в своих мечтах, Слава потерял равновесие и снова выпал из окна. На этот раз под мальчиком оказался не большой куст розы, а торчащие из-под земли толстые колючие стебли цветка, да еще кот, который мирно спал около куста. Все мечты сразу испарились, было больно и обидно. Ссадины от прошлого падения только зажили, а тут опять ободрал весь бок и напугал бедного кота. Чтобы не пугать маму, мальчик на цыпочках вернулся в дом, нашел пузырек с зеленкой и мужественно смазал все раны. Но мама вскоре все же увидела раны на теле у сына, Славе пришлось все рассказать. Тогда мама пошла и пересадила розу в другое место на всякий случай. А Славка стал по вечерам мечтать, сидя на кресле около окна. Так было безопаснее.

Славе так хотелось летать, что он решил научиться этому. Нужны были крылья. Мальчик стащил у мамы простыню и сделал из нее два крыла, привязав ткань к гибким веткам. Потом он забрался на крышу сарая и стал готовиться к прыжку. Крылья-простыни не слушались Славу, они постоянно спадали с рук. Высота сарая была хоть и небольшой, но достаточной для опасного падения. Было немного страшновато. Славка собрал все свое мужество, расправил «крылья» в стороны, закрыл глаза и спрыгнул с сарая. Очнулся он уже на земле. Вместо полета получилось падение, да еще и с острыми палками в руках. Слава пошевелился, но почувствовал острую боль в ноге. Встать не получилось. Пришлось громко звать на помощь маму, которая в это время занималась огородом. Полет, к прискорбию Славки, закончился переломом ноги, гипсом и долгими мучениями. Глядя на кота, мальчик завидовал его способности прыгать с высоты на свои четыре лапы и не получать от этого травмы.

Особенно трудно было мальчику подниматься и спускаться по лестнице. Он с удовольствием вспоминал те времена, когда нога была здоровой и он мог, как метеор, сбегать по лестнице вниз. Сколько раз мама просила его держаться за перила! Но он считал себя очень ловким и быстрым, поэтому не слушал советы мамы. Вот и со сло-

манной ногой Слава попытался спуститься, не держась за перила. Правда, делал он это уже не так быстро и ноги слушались мальчика не так хорошо, как прежде. Сломанная нога в гипсе поехала вперед, соскользнула со ступеньки, и мальчик со всего маху упал на лестницу, скатился вниз и больно ударился головой. Хорошо, что не повредил больную ногу! Мальчик почесал шишку на голове, потер синяки на спине и руках и погрозил лестнице кулаком. Но с перилами он больше не экспериментировал, держался за них, даже когда сбегал с лестницы.

Нога зажила, и Слава мог вернуться к своему обычному образу жизни. А тут как раз созрели яблоки и груши в саду. Слава охотно помогал родителям собирать урожай. Особенно ему нравилось залезать по лестнице-стремянке на верхнюю ступеньку, чтобы сорвать самые крупные и румяные яблоки и груши с верхних веток. Снизу лестницу придерживали или мама, или папа. Они старались установить ее так, чтобы она не шаталась и стояла ровно. Но Слава никак не мог дождаться, когда кто-то из родителей установит лестницу. Он торопился скорее забраться по ступенькам вверх. И все бы ничего, если бы у одной яблони лестница от неустойчивости не покачнулась и не начала падать. Если бы папа не успел подхватить на руки падающего сына, он свалился бы с высоты на землю. Последствия можно только представить. Слава не на шутку испугался. Какое-то время он отказывался влезать на стремянку, но потом страх прошел и мальчик снова начал помогать родителям. Только теперь он не влезал на стремянку, которая стоит неустойчиво и которую не придерживают внизу взрослые. Тем более что опыт падения с табурета, когда Славу никто не подстраховывал, у мальчику уже был.

После сбора урожая родители решили поощрить сына за помощь и купили ему целую коробку леденцов на палочке. Слава очень любил леденцы и был рад такому подарку. Сначала он их все рассмотрел, разложил по видам, а потом выбрал со вкусом ананаса, засунул его в рот и побежал на улицу. Там его уже поджидал друг Петька. Они договорились бежать наперегонки до конца забора. Слава несся как вихрь. Леденец чуть не вывалился у него изо рта. Пока поправлял леденец, не заметил на пути лежащий камень. Мальчик споткнулся о него ногой, подавшись всем телом вперед, но удержал равновесие. От резкого движения тела леденец вместе с палочкой проскочил далеко в горло, поранив его и язык, ободрал нёбо. Слава сразу остановился. Сосать леденец уже не хотелось. Во рту все болело. Он начал об-

винять в происшедшем Петьку, который первым предложил бегать наперегонки. Но сам понимал, что друг тут ни при чем. Так коробка с леденцами лежала долго не раскрытой, пока рот Славы не перестал болеть. Больше мальчик никогда не бегал с леденцом во рту.

Жизненный опыт научил Славу быть осторожным. Он теперь знал, как уберечься от падений и ушибов. Мальчик понял, что здоровье человека — самое главное богатство в жизни. А мечтать Слава не перестал.

### *Вопросы и задания*

- О чем этот рассказ?
- О чем мечтал Слава? Как он может осуществить свою мечту, став взрослым?
- Что случилось с мальчиком, когда он высунулся из окна?
- Почему Слава второй раз вывалился из окна? Чем это закончилось?
- Почему у Славы не получилось полететь, как птица? Чем закончился прыжок с сарая?
- Почему Слава упал на лестнице? Для чего нужны перила?
- Какими правилами безопасного пользования раскладной лестницей пренебрег Слава?
- Чем могло бы закончиться падение Славы с самого верха лестницы?
- Почему Слава уже ранее падал со стула? О каком правиле безопасного поведения он забыл?
- Что случилось со Славой, когда он сосал леденец? О чем не подумал Слава, бегая с леденцом во рту?
- К какому выводу пришел мальчик?
- О каких правилах безопасного поведения, которые оберегают от падений и ушибов, вы узнали из рассказа?
- Нарисуйте эти правила, используя картинки-символы.

### **Стихи**

#### *Задачи:*

- закреплять знания о человеческом организме;
- учить выразительно их читать, драматизировать отрывки, отвечать на вопросы по содержанию;
- развивать память, внимание, воображение; формировать интерес к детской поэзии.

\* \* \*

### *Хлопотливые ножки*

Ножки шустрые бегут,  
Свою песенку поют:  
— Топ-топ-топ-топ.  
Топ-топ-топ.  
Нет у нас других хлопот,  
Как ходить и быстро бегать,  
Устали совсем не ведать.  
Мы сестрички-близнецы  
Одинаковой длины.  
И на каждой по пять братцев —  
Дружных и надежных пальцев.  
А еще торчат колени,  
Чтоб мы приседать умели.  
Две стопы опорой служат,  
Как и пальцы, они дружат.  
Любим каждый день купаться,  
Любим спортом заниматься.  
Нужно нам и отдохнуть,  
Чтобы вновь пуститься в путь.  
Обувь нам одеждой служит.  
В ней мы топчемся по лужам,  
Бегаем зимой по снегу,  
Прыгаем легко с разбегу.  
Ходим с пятки на носок,  
Держим прямо позвонок.

### *Вопросы*

- Сколько ног у человека?
- Чем они различаются?
- Какие части есть на каждой ноге?
- Поскольку на ногах стоп, коленей, пальцев, пяток?
- Чем схожи и отличаются пальцы на ногах и руках?
- Почему необходимо тренировать ноги?
- Почему за ногами нужно ухаживать? Как?
- Каково значение ног для человека?
- Каково значение правильной ходьбы для здоровья человека?
- Как правильно подбирать обувь, чтобы ноги были здоровы?



### *Удивительные руки*

Мои руки не знают скуки.  
Могут платье постирать,  
Молоточком постучать,  
Шапку теплую связать  
И шнурочек завязать.  
Дырку на носке зашить,  
К платью пуговку пришить,  
Тесто круто замесить,  
Аккуратно все сложить.  
К супу овощей нарезать,  
Ленту для волос отрезать,  
Посолить немного кашу,  
Подсладить, чтоб стала слаще.  
Разложить к обеду ложки,  
Отдохнуть совсем немножко.  
А потом другое дело  
Сделать быстро и умело!

#### *Вопросы*

- Какие действия человека с помощью рук описаны в стихотворении?
- Что еще можно сделать руками?
- Как вы понимаете выражения «золотые руки», «дырявые руки», «пальцы не слушаются»?
- Почему для некоторых видов работ пальцы нужно специально развивать?
- Как нужно ухаживать за руками?
- Почему руки нужно мыть перед каждым приемом пищи, стричь ногти?

### *Мое тело*

У меня один язык,  
А зубов так много.  
Две руки и две ноги  
Справа, слева строго.  
Пальцев десять на руках,  
По пяти на каждой.  
Столько ж пальцев на ногах —  
Это очень важно.

Пара глаз глядит на мир,  
Слушают два уха,  
Нос один учует дым,  
Обладает нюхом.  
Всех волос не перечесть  
И растут так быстро.  
Жаль, что голова одна,  
Но в ней много мыслей.

*Вопросы*

- Каких частей тела у нас по одному, по два, много?
- Какие части тела парные, одинаковые?
- Для чего человеку глаза, нос, рот, уши?

***Глаза — помощники мои***

Глаза — помощники мои,  
Они всегда, везде нужны.  
Отыщут все и все заметят,  
И на вопрос дадут ответ.  
Увидят *толстую* корову,  
*Худого* серого кота,  
За ним *широкую* дорогу,  
Что изгибается слегка.  
Увидят *узкую* полоску  
Песка сухого у воды,  
Овраг *глубокий* возле леса  
И заводь *мелкую* реки.  
Заметят *яркую* гвоздику  
И *бледных* маргариток цвет.  
Малиновый *закат* над речкой  
И на *восходе* солнца свет.

*Вопросы*

- Почему глаза в стихотворении названы помощниками?
- Что увидели глаза героя стихотворения?
- Почему глаза надо беречь, ухаживать за ними?
- Назовите слова с противоположным значением, которые используются в стихотворении.
- Придумайте, что могут еще увидеть глаза, используя слова с противоположным значением.

**Болезнь — горько и обидно**

Наш Ванюша заболел —  
 И в кровати он теперь:  
*Горькое лекарство* пьет  
 И кладет *пилюли* в рот  
 Очень *горькие* с утра.  
*Доля горькая* всегда  
 У того, кто заболевает,  
 Кашляет лежит, потеет,  
 Не играет, не смеется,  
 С пацанами не дерется.  
*Горький лук* вокруг лежит,  
 Он микробов сторожит.  
*Слезы горькие* у Вани  
 Лук сердитый вызывает.  
 От обиды *горький смех*  
 Ваня выдавил для всех.

*Вопросы и задания*

- Почему болеть горько и обидно?
- Почему надо пить горькие лекарства?
- Что нужно делать, чтобы не болеть?
- В каких значениях в стихотворении используется слово «горький»?
- Как вы понимаете выражения «горькая доля», «горький смех»?
- О чем еще можно сказать, что он горький?
- Покажите выражение лица больного Вани.
- Как его можно повеселить, порадовать?

*Толкование многозначности понятия**Горький:*

- имеющий своеобразный едкий вкус (*Горькое лекарство. Проглотить горькую пилюлю*, в переносном значении — выслушать справедливый упрек, неприятную для себя правду);
- горестный, тяжелый (*Горькая доля. Горькая правда. Горький смех*, смех, выражающий горечь). *Горькие слезы* (слезы подлинного горя, обильные).

**Бестолковый спор**

Было в доме очень тихо,  
 Все готовились ко сну.  
 Не спала одна иголка  
 И глазела на луну.

Расхвалилась вдруг *игла*:  
 — Али я не хороша!  
 Так изящно мое *ушко*,  
 Талия тонка, нет брюшка.  
 И остра я на язык,  
 Уколю соседа вмиг.  
 Зазвенел тут *колокольчик*:  
 — Своим ушком не хвались.  
 Мое пусть и не изящно,  
 Но смотрю я смело вниз.  
 Ушко держит меня прочно,  
 Попадаю в такт я точно.  
 На скамье *ушат* подпрыгнул:  
 — Как же ушки у меня?  
 Ведь поднять меня не просто,  
 У меня их целых два.  
 Хоть из дерева они,  
 Очень ушки мне нужны.  
 С полки заскрипел *сапог*:  
 — Промолчать и я не смог.  
 Кожаное ушко —  
 Это вам не плюшка!  
 На петлю оно похоже,  
 С ним надеть меня ты сможешь.  
 Тут *ушанка* с полки прыг,  
 Перебила нудный скрип:  
 — Мои уши, так уж уши,  
 Не найдете, право, лучше.  
 В непогоду защитят  
 Уши взрослых и ребят.  
 В люльке закричал *мальш*.  
 — Что, сыночек, ты не спишь? —  
 Мама прошептала в ушко  
 И запела:  
 — Спи, Ванюшка.  
 Спит *мышонок*, закрыв ушки,  
 Сопит зайчик на подушке.  
 И все сразу замолчали,  
 Не скрипели, не пищали,  
 Не звонили, не стучали,  
 Просто спали...

*Вопросы и задания*

- Назовите героев сказки.
- О чем спорили герои сказки?
- Сколько ушей у человека? Для чего человеку нужны уши?
- В какое время года носят шапки-ушанки? Чем они отличаются от других головных уборов? Какую пользу приносят шапки-ушанки здоровью человека?
- Что такое ушат? (*Небольшая кадка с ушами.*)
- А что такое кадка? (*Бочка с прямыми боками и одним днищем.*)
- Для чего используют ушат?
- Для чего нужно ушко иголке? Какие бывают игольные ушки? Для чего?
- Для чего колоколу при отливке делают ушко? Какое по размеру и прочности оно бывает?
- Где находится ушко у сапога? Для чего оно сделано?
- Нарисуйте героев сказки.
- Придумайте истории, которые могли бы произойти с ними.

*Толкование многозначности понятия**Ушко:*

- у некоторых предметов: боковая часть, приспособление для подвешивания, подъема (*Ушки у ушата. Ушки у колокола. Ушко у сапога*, петля, за которую тянут сапог, надевая его);
- отверстие в иголке для продевания нитки. (*Игольное ушко.*)

## Список использованной и рекомендуемой литературы

- Алябьева Е.А.* Воспитание культуры поведения у детей 5—7 лет. М., 2009.
- Алябьева Е.А.* Сказки о предметах и их свойствах. М., 2013.
- Алябьева Е.А.* Стихотворные упражнения для развития речи детей 4—7 лет. М., 2011.
- Алябьева Е.А.* Тематические дни и недели в детском саду. М., 2012.
- Арефьева Л.Ф.* Лексические темы по развитию речи детей 4—8 лет. М., 2004.
- Зайцев Г.К.* Уроки Айболита. Расти здоровым. СПб., 1999.
- Зайцев Г.К.* Уроки Мойдодыра. СПб., 1999.
- Исаева С.А.* Уроки здоровья. Мурманск, 1996.
- Игры в логопедической работе с детьми / Под ред. В.И. Селиверстова. М., 1974.
- Картушина М.Ю.* Быть здоровыми хотим. Оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада. М., 2004.
- Как устроен наш организм. СПб., 1999.
- Князева О.* Мои помощники // Дошкольное воспитание. 1998. № 3.
- Кожохина С.К.* Путешествие в мир искусства. Программа развития детей дошкольного и младшего школьного возраста. М., 2002.
- Лавринова А.П.* Дружим со своим телом. Архангельск, 1999.
- Логинова Л.* Мой замечательный нос // Обруч. 1999. № 6.
- Лутша С.* Долой Грипп и Ангину // АБВГД. 1997. № 6.
- Молюков М.* Кто самый ушастый // Трамвай. 1990. № 10.
- Молюков М.* Краткая классификация языков по их форме, размеру, предназначению и др. // Трамвай. 1990. № 9.
- Молюков М.* Кто как видит // Трамвай. 1990. № 9.
- Пиль А.* Мое тело. М., 2002.
- Прокофьева С.Л., Сапгир Г.В., Гришин В.Г.* Румяные щечки. М., 1989.
- Ротенберг Р.* Расти здоровым. Детская энциклопедия здоровья. М., 1992.
- Северьянова В.* Во все глаза // Миша. 1992. № 3.
- Семенова И.И.* Неболейка. М., 1997.
- Степанов В.А.* Загадки Бабы Яги на обед. М., 2001.
- Твоя безопасность: Как себя вести дома и на улице / Авт.-сост. К.Ю. Белая и др. М., 2000.

- Федорова Н.* Город веселых очкариков // Миша. 1998. № 6.
- Шарманова С., Федоров А.* Спину держать! // Обруч. 2000. № 3.
- Урунтаева Г.А.* Дошкольная психология. М., 1996.
- Юрина Н.* Палец в рот не клади // Миша. 1995. № 2.
- Юрина Н.* Секрет Ильи Муромца // Миша. 1997. № 3.
- Юрина Н.* Твой вечный двигатель // Миша. 1994. № 9.
- Янкевич Е.Г.* Физкультура и здоровье. От трех до семи. М., 1997.

## **Содержание**

От автора.....	3
<b>Познавательный материал для детей 6—9 лет .....</b>	<b>6</b>
Игры и упражнения .....	6
Загадки, беседы, изодятельность .....	29
Сказки о человеческом организме .....	34
Сказки и рассказы о болезнях.....	75
Сказки и рассказы о предупреждении несчастных случаев .....	91
Стихи .....	118
Список использованной и рекомендуемой литературы .....	125



Учебное издание

**Алябьева Елена Алексеевна**

## ЗНАКОМИМ ДЕТЕЙ С ЧЕЛОВЕЧЕСКИМ ОРГАНИЗМОМ

Сказки, рассказы, игры, стихи, загадки  
для детей 6—9 лет

Главный редактор *Т.В. Цветкова*

Шеф-редактор *А.В. Никитинская*

Редактор *Д.В. Пронин*

Серийное оформление обложки *М.А. Владимирская*

Корректоры *Л.Б. Успенская, Т.Г. Дмитриева*

Компьютерная верстка *Г.В. Калининой*

По вопросам **оптовой закупки книг**  
издательства «ТЦ Сфера» обращаться:  
тел.: (495) 656-75-05, 656-72-05.  
E-mail: [sfera@tc-sfera.ru](mailto:sfera@tc-sfera.ru)

Книги **в розницу** можно приобрести  
в Центре образовательной книги по адресу:  
Москва, Сельскохозяйственная ул., д. 18, корп. 3.

Ознакомиться с ассортиментом книг, наглядных пособий  
и заказать их можно на сайтах: [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru),  
[www.apcards.ru](http://www.apcards.ru), [www.sfera-podpiska.ru](http://www.sfera-podpiska.ru)

**Издательский отдел:**  
(495) 656-70-33, 656-73-00, (499) 181-09-23

**Рекламный отдел:**  
(495) 656-75-05, 656-72-05

ISBN 978-5-9949-1305-5

Сертификат соответствия № РОСС RU.МН08.Н25252  
с 02.02.2015 по 01.02.2018 № 1604122

Подписано в печать 22.07.15. Формат 60×90<sup>1/16</sup>.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 8. Тираж 5000 экз.

Заказ №

ООО «Творческий Центр Сфера»

ООО «ИД Сфера Образования»

129226, Москва, Сельскохозяйственная ул., д. 18, корп. 3.