



Стихотворение «Тело человека»

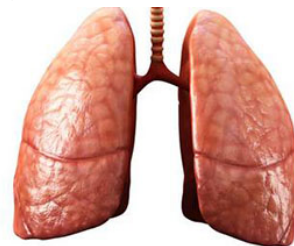
Быть у каждого должна
Очень умной голова.
Я верчу ей как умею
Голова сидит на шее.
Животик, спинка, грудь
Их вместе всех зовут – туловище.
Съел еду я всю, и вот
Мой наполнился живот.
На прогулке не забудь
Закрывать от ветра грудь.
Руки – чтоб ласкать, трудиться,
Воды из кружечки напиться.
На руке сидят мальчики
Очень дружные пальчики
Бегут по дорожке
Резвые ножки.
Спотыкнулся через Генку
И ушиб себе коленку.



Лёгкие

Ходим мы, играем, пишем,
И все время дышим, дышим.
Ведь для этого не даром
Есть у всех нас легких пара.

И они, подумать только,
Все разделены на дольки,
Невесомы и воздушны.
Наши легкие послушно
Выдох делают за вздохом.
Нам без них пришлось бы плохо!
(Н. Кнушевицкая)



Кровь

Сосудики
наши,
артерии, вены
Кровью наполнены неизменно.
Кругами бежать она не устала,
За крутом большим сразу следует
малый.

Красные шарики-эритроциты
Цепочкой бегут и бегут деловито.
Питание органам и кислород
Каждая крошка такая несет.

Крови не будет — не будет и
жизни,
Очень важна она
в организме!
(Н. Кнушевицкая)





В груди у каждого из нас
И день, и ночь, и всякий час
Мотор стучит чудесный.
Конечно, вам известный.

Любой его назвать бы смог:
Лишь только жизни огонек
Однажды разгорится —
Начнет тут сердце биться.

Оно, как маленький насос,
Совсем не в шутку, а всерьёз
Качает кровь, качает
И устали не знает.

И если кто из нас сидит,
Читает или пишет,
Оно тихонечко стучит,
Его мы и не слышим.

Но если быстро побежат
Иль сказку стоит услышать
Про злого Бармалея —
Забьется посильнее.

Моторчик наш, он непростой,
Он не железный, а живой.
Он тосковать умеет,
И любит, и жалеет!
(Н. Кнушевицкая)



Прямо в центре груди, незаметно,
Еле слышно, не мучая даль
Бьется сердце, - как чудо конфета,
Как рожденный горою хрусталь

Оно бьется почувствовав ласку,
Замирает, когда видит боль.
Оно верит в красивую сказку,
С непременно счастливым концом

(Квикки Мыслитель)

Тук, тук, тук,
Стучит сердечко,
Точно также,
Как мотор.
Если так стучит сердечко —
Значит, человек здоров.





Загадки «Организм человека»

✚ Два братца через дорогу.

живут,

А друг друга не видят. (*Глаза*).

✚ Я опоры телу составляю,

ходить, бегать, прыгать помогаю
(*Скелет*).

✚ Мы прикреплены к костям,

вместе двигаться нужно нам.
(*Мышцы*).

✚ Тело сверху прикрываю,

Защищаю и дышу

Пот наружу выделяю,

Температурой тела руковожу
(*Кожа*).

✚ Два воздушных лепестка,

Розоватые слегка,

Важную работу выполняют,

Дышать нам помогают. (*Легкие*).

✚ Вот гора, а у горы

Две глубокие норы.

В этих норах воздух бродит.

То заходит, то выходит (*Нос*).

✚ День и ночь стучит оно,

Словно бы заведено.

Будет плохо, если вдруг

Прекратится этот стук. (*Сердце*).

✚ Если б не было его,

Не сказал бы ничего.

Всегда он в работе,

Когда мы говорим,

А отдыхает,

Когда мы молчим. (*Язык*).





✚ У пяти братцев одна работа.

У двух матерей

По пяти сыновей,

Одно имя всем.

Есть у меня работники,

Во всем помочь охотники,

Живут не за стеной -

День и ночь со мной;

Целый десяток

Верных ребяток.

Твои помощники - взгляни -

Десять дружных братцев,

Как славно жить, когда они

Работы не боятся. *(Пальцы).*

✚ Всю жизнь ходят в отгонку,

А обогнать друг друга не могут.

Мы на них стоим и пляшем.

Ну а если им прикажем,

Нас они бегом несут.

Подскажи, как их зовут? *(Ноги).*

✚ Если б не было его,

Не сказал бы ничего.

Всегда во рту,

А не проглотишь.

Всегда он в работе,

Когда мы говорим,

А отдыхает,

Когда мы молчим. *(Язык).*





Висит мешочек небольшой:

То полный, то пустой.

В него вагончики бегут,

Пищу, жидкости везут.

Кипит работа целый день,

Нам помогать ему не лень.

Готовит пищу, нас питает,

А что не нужно выгоняет.
(Желудок).

✚ По реке бежит вода, очень
красная она.

По ней кораблики плывут,
кислород, пищу нам везут,

От микробов защищают, и как
могут – помогают. (Кровь).

День и ночь стучит оно,

Словно бы заведено.

Будет плохо, если вдруг

Прекратится этот стук. (Сердце).

✚ Две фасолины висят,

Ненужные вещества пропускают

И удалять их помогают. (Почки).

✚ Он все запоминает,

Смотреть, слушать, говорить,

Видеть помогает.

Работой всего нашего организма
управляет. (Мозг).

✚ Мы части тела все связали,

Тоненькими паутинками нас
назвали. (Нервы).

✚ У одной головы два братца

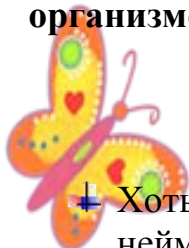
По разны стороны сидят,

А ничего не видят и не говорят
(Уши).





Пословицы и поговорки об организме человека, о здоровье.



- ✚ Хоть видит око, да зуб неймет.
- ✚ Око за око, зуб за зуб.
- ✚ У кого болят кости, тот не холит в гости.
- ✚ Кость да жилы – в них вся сила.
- ✚ Были бы кости, а на костях мясо будет.
- ✚ Крепок телом – богат и делом.
- ✚ Здоровье дороже богатства.
- ✚ Красна птица пером, человек умом.
- ✚ Близок локоток, да не укусишь.



- ✚ Мало хотеть, надо уметь. Сила ломает все, а ум – силу.
- ✚ Язык болтает, рукам мешает.
- ✚ Чем зря кричать, лучше помолчать.
- ✚ От лени болеют, от трудов здоровеют.
- ✚ Дал бы бог здоровья, а счастье найдем.
- ✚ Здоров будешь — все добудешь.
- ✚ Здоровье не купишь — его разум дарит.
- ✚ Здоровьем слаб, так и духом не герой.
- ✚ Не рад больной и золотой кровати.
- ✚ У кого что болит, тот о том и говорит.
- ✚ Ребенком хил, так и взрослым гнил.
- ✚ Быстрого и ловкого болезнь не догонит.





ЛИТЕРАТУРНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП "Органы человека и его здоровье"



Азбука здоровья

А – активный отдых – лучший лекарь

Б – болен – лечись, здоров – берегись

В – воздух, солнце и вода – наши лучшие друзья

Г – гарантия здоровья и долголетия – труд

Д – для человека нет ничего хуже печали

Е – еда – пища наша. Сон – пища бодрости

Ж – жизнь – движение, движение – жизнь

З – закаляйся. Если хочешь быть здоров

И – и яд бывает лекарством, и лекарство в излишке – яд

К – курильщик – сам себе могильщик

Л – лучше дышать свежим воздухом. Чем пить лекарство

М – Мёд и лук – здоровью друг, морковь прибавляет кровь

Н – не в меру еда – болезнь и беда

О – от злобы стареют, от смеха – молодеют

П – природа исцеляет, но лечит врач

С – соблюдай режим труда и быта – будет здоровье крепче гранита

Т – тот долго живёт, кто не курит и не пьёт

У – утро встречают зарядкой, вечер провожают прогулкой

Ф – физкультуру не любить – под собою сук рубить

Х – хорошего понемногу – сладкого в меру

Ц – царапину лечи, не жди, пока она станет раной

Ш – шутка – минутка, а заряжает на час

Щ – щедрость жизнь украшает, жадность – дни отравляет

Э – эликсир жизни – смех

Ю – юн и в старости тот, кто смолоду здоровье сбережёт

Я – ярость – враг, ум – друг.

