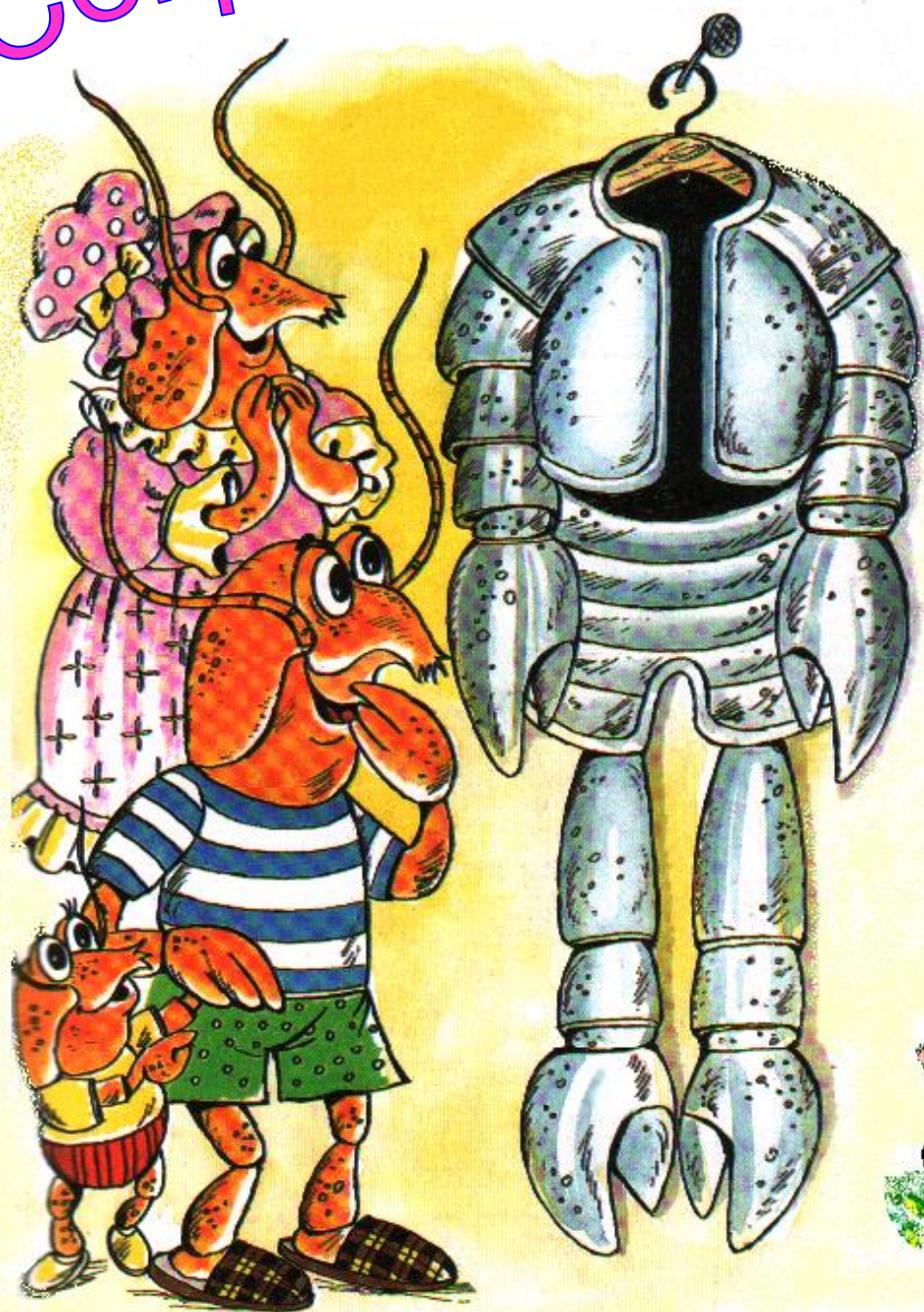


«Секреты скелета»



Тематический выпуск журнала «Экотопик»
для детей МБДОУ «Золотой ключик»
Ноябрь 2014г.



Экотопик и ребята
подготовительных групп №11 и 10 в
течение целой недели раскрывали
секреты скелета. Первый вопрос
был самым неожиданным для
ребят:

**«Зачем нужен скелет всем
живым существам?»**



Решение этой загадки оказалось не простым. Нашлись разные варианты ответов:

Миша: - Скелет нужен для опоры и передвижения.



Миша Р.



Андрей: - Я тоже так считаю, чтобы передвигаться.



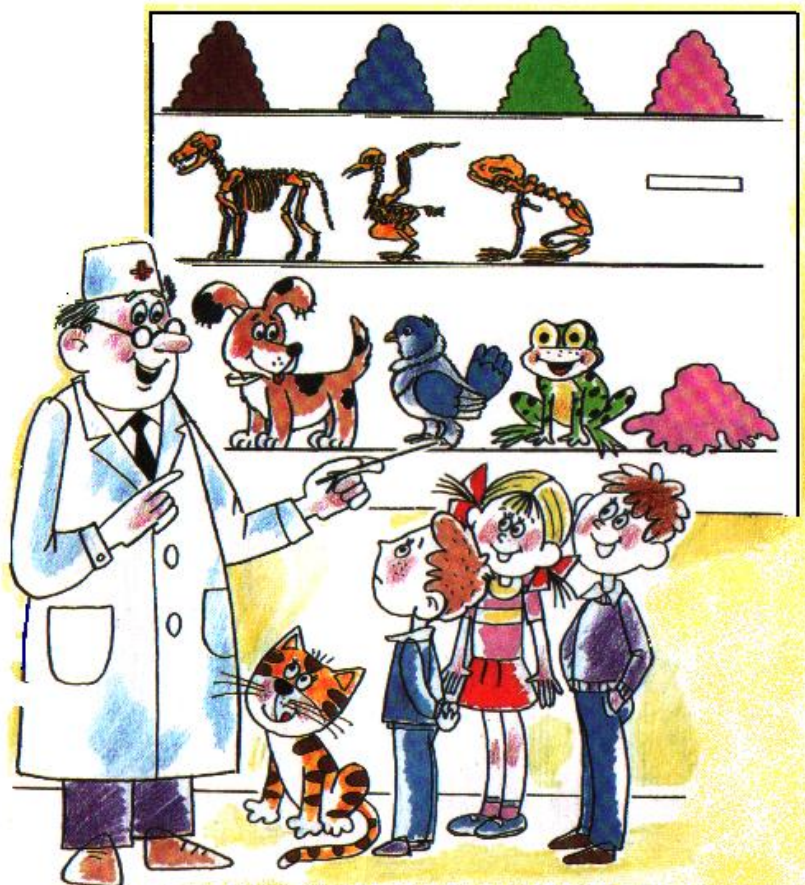
Саша В.

Саша: - Скелет - как вешалка.

Андрей

Отличное сравнение! Платье или костюм без вешалки не имеет формы. Тело без скелета, как платье без вешалки. Скелет придает форму телу зверей, птиц, рыб, насекомых, человека и других существ.

Ребята сумели представить, что было бы, если бы у животных не было бы скелета..., и им стало немного грустно и весело. Собака, птица, лягушка без скелетов напоминали бы выброшенную на берегу медузу, у которой скелет и вправду отсутствует. И даже совсем не хочется представлять, что человек без скелета мог быть похожим на... большую медузу.



Егор Соколов с ребятами искали скелет жука – носорога..., и обнаружили, что костей у него внутри нет, а снаружи есть сплошной чехлик, наподобие панциря или хитиновый твердый плащик, который придает форму тела и служит ему опорой. Это и есть скелет жука, только, наружный.



Такой наружный скелет есть у божьей коровки, бабочки, стрекозы, муравьев, кузнечиков и других букашек - таракашек.



Наружный скелет насекомых не растет. Сколько бы лет они не носили свой хитиновый панцирь, он никогда не снимается и не растягивается. За всю жизнь насекомые не вырастают. Повезло им или нет?

Исследовали ребята и скелет моллюска рапана - недавнего жителя Черного моря.



Экотопик выяснил, что пустую раковину рапана надевает на себя рак –отшельник.



Ребята сделали для себя интересное открытие – креветки и раки надевают на себя скелет по фигуре, как на примерке у портного! А все потому, что взрослому раку или креветке становится в панцире тесновато, как в малой одежке, вот они и сбрасывают скелет, наращивают новый, большой по размеру.



Ребята выяснили, что у лягушки, птицы, собаки, человека – скелеты внутренние. У насекомых, улиток – наружные. Скелеты строятся из разных материалов.

А вот загадкой осталась черепаха...

-Какой скелет у черепахи?

-У черепахи сразу два скелета: внутренний и наружный.



Пока ребята разгадывали секреты скелетов животных, Экотопик отправился искать их по белу свету. А ребятам ходить далеко не нужно в поисках скелетов.

Поели рыбку, на тарелке остался скелет. У карася - костяной, у стерляди – хрящевой. Скелеты рядом с нами.

Взял папа в руки наждачную бумагу - в руках оказалось много скелетов древних морских животных – лучевиков, приклеенных на бумагу.



В микроскоп можно увидеть красивые и твердые лучи древних жителей морей. Взяли в руки мел – в руках оказались спрессованные наружные скелеты животных, обитавших на Земле миллионы лет назад, которые плавали и размножались в водах теплых морей, а погибая, падали на дно, и превращались в залежи скелетов. Со временем море отступало, его бывшее дно превращалось в сушу, а залежи скелетов – в горную породу – известняк. Белый известняк распиливают на тонкие брусочки – удобный для письма – мел.





Теперь Эктопику и ребятам стало
понятно о скелете животных.



- Только, какой же, скелет человека?

В поиске ответа, ребята обратились к медицинскому
работнику – Ксении Леонидовне



Ваня Константинов спросил Ксению Леонидовну:
«Сколько костей у человека?»



-Много, точного числа не знает никто, но примерно 220 костей.



Настя Хлыбова хотела знать:



«Можно ли кости назвать скелетом?»

Ксения Леонидовна рассказала ребятам, что кости - еще не скелет. Чтобы стать скелетом, они должны в определенном порядке соединиться друг с другом. Так кости черепа скрепляют частые зубчики, которые вставлены друг в друга, как застежка «молния».

А кости рук и ног только касаются друг друга.

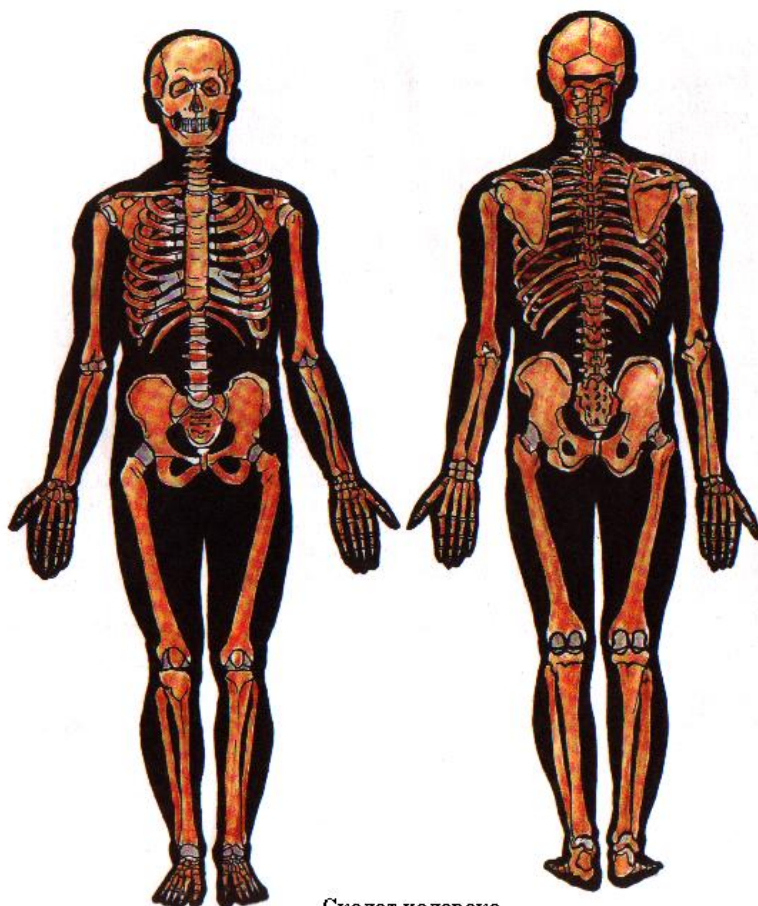


Чтобы кости не расходились в разные стороны, на их концы как бы надета скрепляющая муфта из жилистой ткани. Так кости составляются, образуя суставы. И чтобы суставы были подвижны, в них есть смазывающая жидкость.



«Как выглядит скелет человека?» - спросил Миша Жданов.

«Скелет построен очень просто. Самый основной - позвоночник. В верхней его части к нему крепится череп, в средней – ребра, образующие грудную клетку, в нижней части - тазовый пояс с нижними конечностями. Лопатки и ключицы – составляют плечевой пояс, к которому прикрепляются верхние конечности. Вот и все!»



Скелет человека



Миша Репников спросил Ксению Леонидовну:
«**Может ли человек сразу стать выше ростом?**»

Ксения Леонидовна показала ребятам чудо:
Предложила выпрямить спинку, подтянуть
живот, поднять голову. Ребята тут же
оказались выше на несколько сантиметров.



Маша Быкова
интересовалась
важным:

«Что делать, если упал и вывихнул руку или ногу?»

«Ни в коем случае не пытаться «вправлять» сустав. Нужно обеспечить его полную неподвижность. Руку следует прибинтовать к телу и подвесить на повязке, на ногу наложить шину, используя в качестве твердой основы фанеру, палку, ветку дерева, картон.

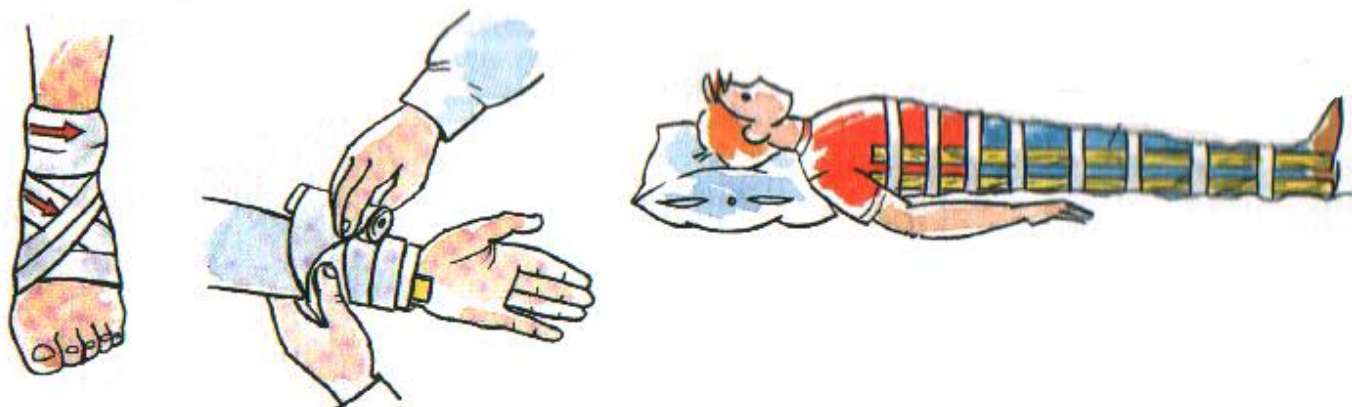


А при ушибе, к месту припухлости сразу приложить к больному месту смоченную в холодной воде тряпку или пакет со льдом (если нет открытой раны), и закрепить неподвижность повязкой. А далее обратиться к врачу.»

Саша Мартынов захотел уточнить:

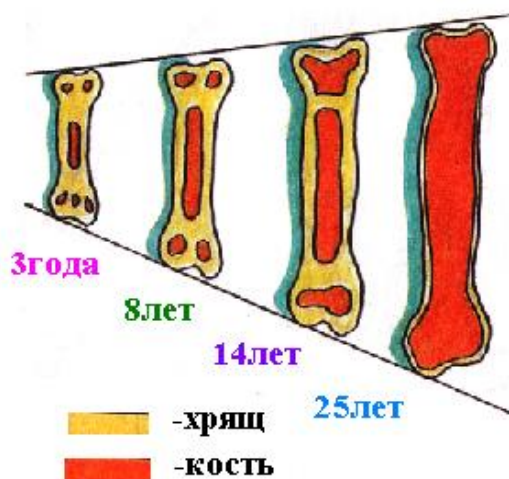
«Что делать, если сломал руку или ногу?»

«Прежде всего никаких движений с больной конечностью! Как можно скорее наложить шину из подручных средств... и вызвать скорую помощь».



Но самое главное, ребята узнали, что люди и многие животные растут благодаря скелету, вернее, костям скелета, а еще точнее, благодаря хрящам. Ведь внутри детских хрящевых костей появляется больше и больше островков настоящей твердой кости.

С каждым годом костные участки увеличиваются, а хрящевые уменьшаются. И в конце концов образуются сплошные кости человека, и кости перестают расти. Прекращается и рост человека. Это происходит к 23-25 годам.





В поиске секретов скелета ребята отправились в гости в спортивный зал к инструктору по физической культуре – Наталье Петровне Константиновой.

У ребят был целый фонтан вопросов, помогающих раскрыть секреты скелета.

Настя Болсун и Андрей Тибейкин хотели знать:



«Можно ли помочь себе расти?»

«Какие упражнения нужно делать, чтобы вырасти?»

Наталья Петровна с радостью раскрывала ребятам секрет за секретом скелета:

«Растет скелет – растешь и ты. Но одни ребята довольны тем, как они растут, а другие не очень. Можно ли себе помочь расти? Конечно!

Рост и формирование скелета улучшают физические упражнения. Особенно полезны упражнения на растягивание и подтягивание. Вам же эти упражнения знакомы. Давайте вспомним эти упражнения!»

Вася Барьков, Ваня Константинов, Миша Жданов, Соня Владимировна, услышав название упражнения, организованно заняли позицию и продемонстрировали Упражнения: «Вис» и «Звезду».





Куценко Денис очень хотел знать:

«Какие упражнения укрепят их осанку?»

Наталья Петровна предложила ребятам
вспомнить, уже знакомые упражнения с
мешочком на голове





Наталья Петровна подарила ребятам в группу памятку:

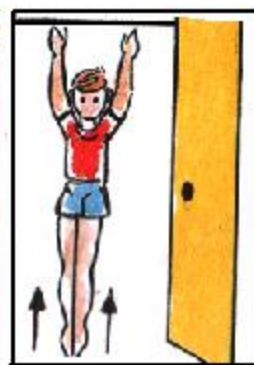
«Какие упражнения укрепят осанку?»



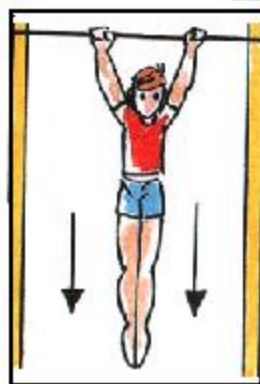
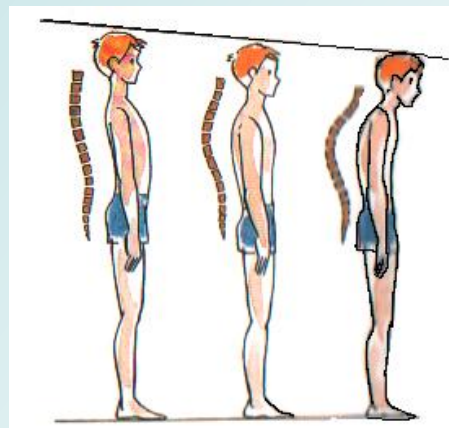
1
Попытайся "охватить"
выступающий угол
стены лопатками
(5 - 6 раз)



2
Попытайся на
цыпочках
дотянуться до
притолоки (8-10 раз)



3
Попрыгай, касаясь
притолоки пальцами
(10 раз)



Повиси свободно на
перекладине в течение
5-8 секунд (до 5 раз)



Стоя спиной к стене на
расстоянии до
полуметра от нее,
коснись ее пальцами
(до 10 раз)

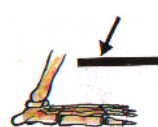
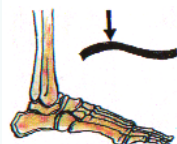


Попытайся
максимально
оторвать туловище
от пола (до 6 раз)



А еще, Соня Владимировна и другие ребята хотели
знать:

«Какие упражнения нужно делать для
укрепления стопы, чтобы стопа
оставалась всегда «шалашиком», а не
как у обезьянок – плоской?»



Андрей Тибейкин, Денис Куценко, Дима Брагин и Миша Репников показали для всех ребят несколько полезных упражнений для предупреждения плоскостопия: упражнение «Косынка», «Ежик», «Подъем», «Рисунок». А еще, Наталья Петровна посоветовала ребятам: не забывать делать зарядку, ходить на лыжах, кататься на санках, чаще гулять пешком, играть в подвижные игры; прыгать, скакать, бегать.



«Косынка»



«Ежик»



«Подъем»



«Рисунок»

Ксюша Мурзина спросила:
«Что вредно для скелета?»

Что нельзя делать?»

«Ваш скелет еще ни крепок,
а потому вам вредно бегать
на длинные дистанции.

Вредно уставать.

Вредно поднимать и носить тяжелые
предметы. Вредно прыгать с высоты,
«стоять на голове», толкать друг друга,
«боксировать».

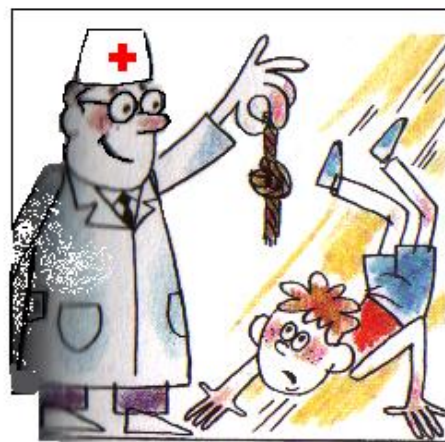


Ребята группы №11, найдя ответы на важные для себя вопросы, и поблагодарив Наталью Константиновну, с музыкой в сердце отправились дальше..., на встречу с экологом, Галиной Владимировной.

Оказалось, что ребята этой группы почти самостоятельно раскрыли все секреты скелета. Молодцы!!!

А еще ребята сделали узелки на память:

1. Скелеты бывают на любой вкус: внутренние и наружные.
2. Скелеты нужны всем живым существам. Они придают форму телу животным.
3. Хитрости роста скелетов у разных животных имеет свои особенности.
4. Секрет роста человека – в волшебном хряще.
5. Скелету можно помочь расти, занимаясь физической культурой.
6. Чтобы быть стройным и красивым, нужно следить за осанкой: спина должна быть прямой, плечи и грудь расправлены, голова чуть приподнята, и еще – не сутулиться!
7. Помнить, что вредно для костей стопы, позвоночника, рук и ног, черепа.
8. Помнить, какую первую помощь оказать при ушибе, вывихе, переломе.



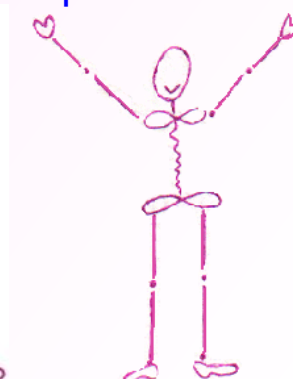
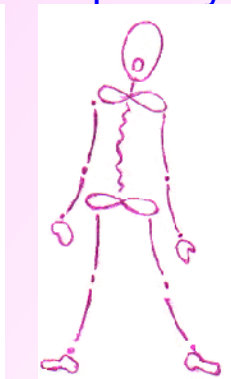
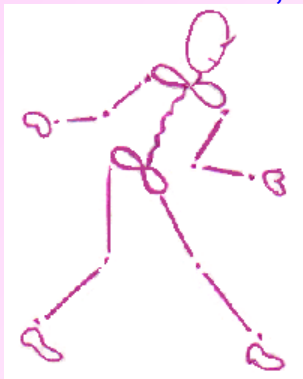
Пока ребята делали узелки на память, у ребят появился еще один вопрос:

-Можно ли узнать наше настроение по осанке?

Ответ на этот вопрос дети нашли у психолога Натальи Викторовны Македоновой:



Наталья Викторовна предложила не торопиться с ответом, а попробовать догадаться самим, с помощью волшебных скелетиков, которых нужно изобразить и понять настроение.



Ребята изобразили разную осанку с помощью скелетиков... и поняли, что держать осанку можно уверенно и неуверенно, красиво и не очень. Наталья Викторовна пожелала ребятам быть всегда в хорошем настроении! **Ведь настроение влияет на осанку, а осанка на настроение!**



Эктопик рад, что ребята подготовительных групп №10 и 11 раскрыли секреты скелета. Сам же Эктопик выяснил, что ребята этих групп не только хотят быть красивыми, но здоровыми и сильными, а потому любят заниматься физкультурой. Некоторые ребята посещают хореографическую группу при Доме культуры «Лесопильщик». Об этом скажут сами ребята:



Маша Быкова

«Хожу в Дом культуры.
Хочу уметь танцевать, а
еще хочу быть красивой».



Миша Репников

«Занимаюсь в танцевальной
группе. Хочу быть сильным
и красивым».



Автор идеи и редактор: Г.В. Немельгина, педагог - эколог