**Конспект интегрированного занятия**

**« Лаборатория по исследованию продуктов питания»**

**Подготовил воспитатель: Грищенко Е.**

**Цель:** Формирование знаний о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья.

**Задачи:**

**Обучающие:**

-закрепить знания детей о продуктах питания и их значения для человека, о понятиях «правильное» или «здоровое питание»;

-учить делать умозаключения, строить гипотезы, выстраивать причинно-следственные связи;

-продолжать закреплять навыки проведения **опытов.**

**Развивающие:**

-знакомить детей с новыми способами обследования органов чувств, обогащая сенсорный опыт;

-развивать логическое мышление, внимание.

**Воспитательные:**

-воспитывать у детей осознанное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих;

-приобщать детей к ценностям здорового образа жизни;

**Возраст воспитанников**: старший дошкольный (5-6лет)

**Виды деятельности:** игровая, познавательно-исследовательская.

**Предварительная работа:**  просмотр мультфильмов, чтение книг: Г. Юдин «Главное чудо света» и «Занимательная анатомия». Беседы про витамины и их пользы; рассматривание картинок с продуктами; чтение пословиц о здоровье, рассказов о еде; изучение правил приёма пищи; опрос на тему: «Что я люблю и хотел бы есть», интерактивные игры для детей.

**Материалы и оборудование**: телевизор, компьютер, набор разнообразных продуктов питания (чипсы, сухарики, Кока-кола, сок, жевательный мармелад, конфеты «skittles»,лимон, горчица, сахар, соль), салфетки, тарелки, емкость с водой, одноразовая посуда, , листы бумаги, фартуки, шапочки.

**Ожидаемый результат:** Умение устанавливать причинно - следственные связи: «Правильное питание – залог здоровья».

**Ход занятия**

**Воспитатель:** Здравствуйте друзья! Предлагаю посмотреть на экран телевизора.

*Видеофрагмент*

«Здравствуйте, я робот. Меня создали ученые. Я могу видеть и слышать, но я очень хочу понять, как устроены вы, люди. Мне интересно, как вы можете чувствовать вкусы? Почему многие продукты вы часто употребляете в пищу, а некоторые редко? »

**Воспитатель:** Ребята поможем роботу? Расскажем и покажем как разные продукты влияют на наш организм.

**Воспитатель:** У нашего тела есть много помощников, они помогают нам изучать мир, который полон красок, звуков и запахов. Как вы думаете, что это за помощники? (слайд)(ответы детей).**Воспитатель:** Чтобы ответить на все вопросы нашего гостя,  я предлагаю отправиться в лабораторию и провести интересные эксперименты. Вы готовы? Тогда превращаемся в младших научных сотрудников. (Дети надевают шапочки, халаты).

**Воспитатель:** Ребята, напомните мне, пожалуйста, правила безопасного поведения при проведении опытов.

**Правила:**

- Приступай к опыту только после объяснения и с разрешения воспитателя;

- не кричать;

-думать;

-руками не трогать;

-соблюдать осторожность;

- внимательно слушать и смотреть;

Приступаем к исследованиям и опытам.

Здоровье человека зависит от пищи. Что бы быть здоровым, энергичным, надо правильно питаться. Какой орган отвечает за определение вкуса?

А какая зона языка отвечает за вкус? Давайте посмотрим.

**Эксперимент №1** *«Орган вкуса»*

На тарелках: сахар, соль, лимон (дольки на шпажках), горчица.

- Как определить вкус пищи: сладкая, горькая, кислая, соленая? (надо попробовать). С закрытыми глазами узнайте продукты, попробовав их на вкус.

**Вывод:** Нам удалось определить вкус продуктов с помощью ощущения язычка. Благодаря тому, что язык имеет вкусовые рецепторы, мы отличаем различные вкусы.

Посмотрите, определенная часть языка отвечает за определенный вкус. (СЛАЙД )

-Вкус многих продуктов нам очень правится. Что вы любите есть больше всего?

А знаете ли вы, что многие из ваших любимых продуктов не стоит употреблять в еду часто. А почему, сейчас мы узнаем.

**Эксперимент №2** *«Масло в чипсах и сухариках»* .

-Прошу разделиться вас на две команды. Одна проводит опыты с чипсами, другая с сухариками.

-Попрошу вас положить большой чипс на бумагу и согнуть его пополам, раздавив его на сгибе бумаги. Теперь уберите кусочки чипсов в пустую посуду и посмотрите бумагу на свет. Что вы заметили?

Другая команда делает тоже, но с сухариками.

 

 

**Выводы:** посмотрите как много в этих продуктах масла, которые плохо влияют на наш желудок.

А теперь поговорим о сладостях. Какие у нас сладости? Назовите их?

**Эксперимент №3** *«Красители в сладостях»*

Одна команда проводит опыт с жевательным мармеладом (мармелад «Ми-ми-мишки), другая с конфетами («Skittles»)).

-Полейте конфеты теплой водой. Что произошло?

-А мармелад, как прореагировал?

 



**Вывод:** какие конфеты мы можем есть часто? А какие как можно реже?

Употребление в пищу пищевых красителей может вызывать аллергию.

-А теперь перейдем к напиткам. Вы любите запивать конфеты жидкостями. Давайте посмотрим, что же произойдет.

Я приглашаю вас перейти к следующему опыту. Разбейтесь на группы по 4 человека и займите свои места.

-На столе у вас находятся наиболее распространенные напитки для детей (сок и газированный напиток – *«Кока-кола»*)

**Эксперимент № 4** *«Соседство»*

- Возьмите обычные конфеты *«Ментос»*, погрузите в стакан с напитками. Ой, что произошло?

(*«Кока-кола»* высоким пенным фонтаном брызнула в разные стороны, сок – не брызнул и окрасился)







Вывод: да, с некоторыми продуктами напитки не совместимы и получается реакция, похожая на маленький взрыв. Только представьте, что этот взрыв может произойти в вашем желудке!

-Мы побывали в лаборатории. Что нового вы узнали?

-Ребята, мы с вами убедились и должны помнить не все то полезно, что вкусно.

-Экспериментальная работа закончилась. Давайте переоденемся.

-Сейчас я предлагаю вам стать покупателями (у магнитной доски).

-Ребята представьте, что вы оказались в магазине одни, без взрослых. Попробуйте выбрать те продукты, которые полезны для нашего организма. Их мы сложим в продуктовую корзину. И те, которые следует есть, как можно реже. Эти продукты мы отправим в мусорное ведро. (Дети выбирают, объясняют свой выбор)

-Молодцы! Справились с заданием.

Итак: посмотрите на экран

*Видеофрагмент***.**

Робот говорит:

- Огромное спасибо вам, ребята. Без вашей помощи я бы не узнал, как люди чувствует вкусы продуктов, какие продукты едят часто. И почему люди редко употребляете продукты. Вы мне очень помогли разобраться! До новых встреч!

-Да. Все верно. А для детского организма самыми полезными являются овощи и фрукты. Не забывайте об этом. Употребляйте их каждый день: на завтрак, обед, ужин. Будете крепкими и здоровыми.