

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД № 332»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА**

**443087, г. Самара, пр. Кирова, д. 278, тел. 953-27-25, тел./факс 953-09-72, email:
mdou332@inbox.ru**

**Конспект образовательной деятельности
по познавательно – исследовательскому развитию
на тему «Еда без вреда»**

**Автор-составитель:
Яковлева Мария Юрьевна**

Самара, 2021

Цель: создание условий для формирования у старших дошкольников представлений о пользе и вреде продуктов питания.

Задачи:

Образовательные задачи:

- закрепить знания детей о вредном влиянии определенных продуктов на организм человека;
- активизировать познавательную деятельность воспитанников в процессе опытно-экспериментальной деятельности;
- учить детей делать выводы, понимать причинно-следственные связи.

Развивающие задачи:

- развивать умение устанавливать взаимосвязь продуктов питания и здоровья человека.

Воспитательные задачи:

- воспитывать осознанное отношение к выбору продуктов питания;
- воспитывать умение работать в группе.

Методы и приемы: игра, беседа, познавательно-исследовательские опыты, введение игрового персонажа.

Ход занятия

Воспитатель:

Здравствуй правая рука, здравствуй левая рука.

Здравствуй, друг, здравствуй друг

Здравствуй, весь наш дружный круг.

Я люблю свой детский сад, в нём полным – полно ребят,

Может - сто, а может – двести,

Хорошо, когда мы вместе!

Воспитатель:

Мы говорим друг другу «здравствуй», а это значит, что желаем друг другу здоровья. А чтобы быть здоровыми, что нужно делать? (Ответы детей)

Воспитатель: сейчас мы узнаем, как вы разбирается в еде, о которой говорится в сказках.

- Любимое лакомство Карлсона? (Варенье, плюшки)
- Изделие из теста, убежавшее от бабушки и дедушки? (Колобок)
- Угощение для больной бабушки Красной Шапочки? (Пирожки, горшочек маслица)
- Какой овощ тянули в пятером, а в шестером вытащили? (Репка)
- Гостинцы, которые нес медведь в коробе? (Пирожки)
- Что предлагал скушать король капризной принцессе в сказке «Бременские музыканты»? (Яйцо)

Звучит музыка, входит капризная принцесса, у нее болит живот.

Принцесса: здравствуйте, ребята! (грустно) Кто это тут меня звал?

Воспитатель: здравствуй, Принцесса, никого мы не звали, мы загадки разгадывали.

Принцесса: а про капризную принцессу загадка была?

Воспитатель: была.

Принцесса: значит звали, вот и я! (*хватается за живот*)

Ой-ей-ей!!

Воспитатель: Принцесса! Что случилось? Ты заболела?

Принцесса: вчера в моем королевстве состоялся праздник «День объединения»!

Я съела пять упаковок конфет скитлс, огромный пакет чипсов, три упаковки жевательных конфет и выпила много газированной сладкой воды. И теперь у меня болит живот.

Воспитатель:

Принцесса, ты разве не знаешь, что много сладкого кушать вредно? А ты еще и сладкой газировки выпила. Ой-ой-ой. Нужно правильно питаться, кушать только полезные продукты. Вот мы с вами сегодня поговорим и выясним, какие продукты полезные, а какие вредные.

Принцесса: Вот еще!

Я ем всегда, что захочу

Чипсы, вафли, чупа-чупс...

Каши вашей мне не надо.

Лучше тортик с лимонадом,

Не хочу я кислых щей,

Не люблю я овощей.

И последний мой каприз

Дайте «Киндер» мне «Сюрприз».

Воспитатель: ребята, посмотрите, что Принцесса так любит есть? Ай, ай, ай!

Дети, скажите, полезные ли продукты употребляет наша гостья? (ответы детей). Принцесса, это же очень вредная еда! А сейчас мы с вами дадим Принцессе правильные советы, а ты слушай внимательно и запоминай!

Д/и: «Я начну, а ты продолжи»

Чтобы детям развиваться, нужно правильно **питаться!**

Если ты не хочешь супа - поступаешь очень **глупо.**

Пополни кальций свой дружок, съешь на завтрак **творожок.**

Меньше ешь плохих продуктов, больше кушай свежих овощей и **фруктов.**

Не надо с чипсами дружить, и лимонада много **пить.**

Кушай овощи и фрукты, натуральные **продукты!**

Принцесса:

Ну как же без пепси колы??? Она такая вкусная (пьет), ой что-то живот опять заболел, это вы тут накаркали, ешь овощи, фрукты... Фуууу! Гадость какая!

Воспитатель: Принцесса, если ты нам не веришь, давай проверим и проведем опыты в нашей лаборатории «Почемучки», с этими, как ты говоришь, вкусными продуктами. Покажи, что у тебя там в сумочке?

(Принцесса достает чипсы, скитлс, ментос, кока колу)

Воспитатель:

Ребята, давайте вместе с принцессой отправимся в нашу лабораторию и проведем опыты, которые докажут, что кушать много чипсов, сладкого вредно (шагают по кругу, затем идут до столов)

Чтоб природе другом стать,

Тайны все её узнать,

Все загадки разгадать

Научиться наблюдать,

Будем вместе развивать качество - внимательность,

А поможет всё узнать

Наша наблюдательность.

Воспитатель:

Вот мы очутились в самой настоящей научной лаборатории. Пройдите, пожалуйста, за свои столы. Я, на правах старшей по возрасту, возьму на себя роль заведующей лабораторией. (одевает халат, шапочку, очки). А вы будете лаборантами. Все сотрудники нашей лаборатории должны надеть на себя спецодежду и соблюдать ряд правил.

Правило№1. На столах ничего не трогать без разрешения руководителя.

Правило№2. Соблюдать тишину, не мешать работать другим.

Правило№3. Содержимое сосудов не пробовать на вкус.

Правило№4. Бережно обращаться с оборудованием. Поработал- убери на место.

Правило№5. Помни - некоторые опыты можно проводить только в присутствии взрослых.

Воспитатель:

Итак, начнем наши опыты.

Опыт №1 «Чипсы»

Положить большой чипс на лист бумаги и согнуть его пополам, чипс внутри листа раздавить. Удалить кусочки чипса с бумаги и посмотреть ее на свет. Бумага покрылась жирными пятнами с желтым оттенком.

Вывод: *Чипсы содержат большое количество жиров. А желтый цвет обозначает присутствие в продукте красителей.*

Опыт №2 «Скитлс и вода»

Разложить конфетки скитлс по кругу в тарелочку, и налить теплой воды. Практически сразу же вода окрасится разными цветами.

Вывод: *яркие красочные конфетки содержат пищевой краситель, действует как сильный аллерген, очень вредят нашему организму.*

Опыт №3 «Спрайт и изюм»

Наливаем в стакан спрайта и кладем туда несколько изюминок. Изюминки сначала тонут, а потом начинают всплывать и снова тонуть.

Вывод: *В газированной воде очень много газов, что вредит детскому организму.*

Физминутка «Синее небо, зелёная трава...»

Опыт №4 «Ментос и колла» (проводит принцесса)

Принцесса кладет в стакан конфеты «ментос» и заливают кока-колой, размешивает ложкой. Наблюдают реакцию.

Вывод: *если съесть «ментос» и запить кока-колой, то внутри, в желудке, будет происходить смешение. Если много выпить этого напитка, то желудок не может справиться с ним и страдает.*

Воспитатель: Принцесса, нельзя кушать много сладостей, а тем более чипсов и запивать их газировкой. Если ты всегда правильно питаешься, кушаешь супы, каши, фрукты, то иногда можно позволить себе немного чипсов, конфет или газировки, но только с разрешения взрослых и только в небольших количествах. Ведь для здоровья хорошо то, что в меру. А чтобы ты не забывала какие продукты полезны для здоровья, а какие вредны, мы подарим тебе памятку «Еда без вреда». А чтобы, твой живот не болел, спускайся на первый этаж к нашей медсестре Юлии Владимировне, она тебе обязательно поможет.

Принцесса: ребята, я все поняла и буду стараться не кушать много сладостей, чипсы, не запивать еду газированной водой, буду кушать полезные продукты. Спасибо вам огромное за вашу помощь! А теперь, ребята, мне пора, сначала к вашей медсестре, а потом возвращаться в свое королевство. До свидания! До новых встреч!

Воспитатель: ну что ж, ребята, а нам пора возвращаться из нашей лаборатории обратно в детский сад, где нам с вами предстоит заполнить журнал исследований.

Чтоб природе другом стать,

Тайны все её узнать,

Все загадки разгадать

Научиться наблюдать,

Будем вместе развивать качество - внимательность,

А поможет всё узнать

Наша наблюдательность.

Воспитатель: ребята, я приглашаю вас сесть за столы. *(на столах лежат пустые буклеты, распечатанные картинки с опытами, клей)*. Перед вами лежат пустые буклеты, сейчас мы с вами их заполним. *(приклеивают по порядку картинки с опытами, которые провели)*

Во время выполнения аппликации воспитатель задает вопросы.

Воспитатель:

Ребята, давайте вспомним какой опыт мы показали принцессе первым? Какие выводы мы сделали?

Какой опыт был следующим? Какие выводы были сделаны нами после него?

Какой опыт был третьим? Какие выводы?

Какой опыт был последним? Какие выводы?

Какой опыт больше всего понравился или запомнился вам?

Ребята вы большие молодцы! Мы с вами обязательно еще вернемся в нашу лабораторию.

