***Тема “Путешествие пирожка ”.***

**Интеграция образовательных областей**

 **«Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие»**.

***Цель***: развитие у детей творческих познавательных способностей, в процессе разрешения специально создаваемых проблемных ситуаций.

Воспитание представлений о рациональном питании как основной части культуры здоровья.

***Задачи***:

***Образовательные*:**

1. Расширение кругозора в части представления о здоровье и здоровом образе жизни человека. Расширять знания о здоровом питании.

2.Закрепить знания о пользе витаминов.

3.Продолжать знакомить с особенностями функционирования пищеварительной системы человека.

***Развивающие*:**

1.Развивать познавательный интерес, творческую активность, способствовать развитию любознательности, умению отвечать на вопросы, размышлять, делать простейшие выводы.

2. Развивать свободное общение со взрослыми и детьми по поводу здоровья и здорового образа жизни.

3.Содействовать снятию эмоционального и мышечного напряжения.

***Воспитательные* :**

1.Воспитывать полезные пищевые привычки.

 2.Воспитывать желание заботиться о своем организме.

***Планируемые результаты*** : умение оценивать свое питание с точки зрения полезности, видеть последствия употребления в пищу "вредных продуктов.

***Словарь***:

*Обогащение*: лаборатория, опыт.

*Активизация*: пищевод, желудок, витамины, полезные продукты, вредные продукты.

***Материал*** :

схема пищеварительного тракта, бумажный пирожок, банка с водой, соль, сахар, хлеб, бумажные салфетки, тарелка, корзина с фруктами, продуктами

(чипсы, газированная вода, колбаса, конфеты “Ментос “), письмо, оборудование для лаборатории (бумажные тарелки*,* ватные палочки, салфетки), подушечки.

***Методические приемы***:

наглядные, словесные, двигательные, творческо-продуктивные, опытно-экспериментальные.

***План проведения НОД***:

*Познавательная деятельность.*

***Постановка проблемы.***

- Ребята! Сегодня я очень спешила к нам в детский сад с хорошим настроением. И на входе меня встретил наш уважаемый охранник Игорь Анатольевич. Посмотрите, что он мне вручил! (Демонстрация корзины с бумажными пирожками и медвежонком). И сказал, что это просила передать какая-то девочка.

- Давайте посмотрим, что здесь? (Рассматривание содержимого).

Вы не знаете, кто бы это мог быть?

- Дети: Маша из сказки «Маша и медведь».

- А вот еще и письмо!

**“Дорогие ребята! Пишет вам Маша. У моего друга медведя Миши заболел живот. (Демонстрация медведя). Он съел много пирожков и у него разболелся живот. Я купила в магазине вкусные продукты, но не знаю, какие полезные, а какие нет! Прошу вас, друзья, помогите мне разобраться и помочь Мишутке выздороветь!**

 **До свидания. Маша”.**

- Ребята! А мы можем помочь Маше?

Но прежде чем помочь Маше и узнать, отчего у медведя Миши заболел живот, нам надо узнать, что у нас в животе, куда попадает пища, которую мы едим, и что с ней там происходит?

А вы хотите знать?

- Дети: да!

- Тогда садитесь на свои места. У каждого из вас есть бумажный человечек с изображением пищеварительных органов и бумажный пирожок. Сегодня наш пирожок попутешествует.

- Но прежде кто-нибудь напомнит нам путь еды по организму.

 (Показ на схеме ребенком).

- Куда сначала попадает пирожок, когда мы хотим его съесть?

- Правильно, в рот (положите все пирожок в ротик своему бумажному человечку).

- Что происходит с пирожком во рту? Правильно, жуем. А чем мы жуем?

(зубками) А язычок что помогает делать? Не знаете? (переворачивает пищу, а слюна смачивает.)

**Итак, зубы измельчают пищу, язык переворачивает, а слюна смачивает.**

Затем она попадает в горло, пищевод и в желудок, где перерабатывается.

В желудке пища переваривается под действием желудочного сока.

А сейчас нам нужно пройти в нашу лабораторию! Лаборатория - это такое место, где все исследуют и проводят опыты.

***Проведение опытно-экспериментальной деятельности.***

**Опыт 1.** Представьте себе, что банка с водой - это наш желудок, вода - желудочный сок. Опустим в емкость - «желудок» ложку соли. Затем сахара.

Что произошло? (Они растворились). Опустим кусочек хлеба. Что с ним стало? (Он размяк).

**Опыт 2.** Желудок растворяет и впитывает различные вещества. Как же он впитывает? И что означает слово впитывать? А вот что: стенки желудка не такие твердые, как стенки банки. Положим на блюдце салфетку и нальем сверху немного воды. Что произошло? Жидкость впиталась. Вот так и стенки желудка растворяют и впитывают пищу.

После этого похожая на кашицу полупереваренная пища попадает из желудка в кишечник. В кишечнике процесс пищеварения завершается. Питательные вещества через кровеносные сосуды попадают в кровь, а кровь разносит их по всему организму.

**Опыт 3.** Показать на примере бумажного мешочка из салфетки. Если желудок будет очень полным, если вы будете объедаться, желудочный сок в желудке не будет успевать переваривать пищу, и желудок будет болеть, может быть, боль в животе, тошнота, рвота.

Давайте покажем Мишке, как нужно делать **массаж живота**, таким образом, улучшим работу кишечника.

- ложитесь на свои подушечки, вы будете сами себе делать, а я Мишке, (спокойная музыка)

**Положение - лежа на спине.**

I 1. Поглаживайте живот по часовой стрелке.

2. Похлопывайте ребром ладони, кулачком.

3. Снова поглаживайте.

4. Пощипывайте.

5. Имитируйте движения тестомеса, замешивающего тесто.

6. Снова поглаживайте.

II. С левой стороны пальчиками нажмите несколько раз более глубоко, словно палочкой проверяете готовность теста, таким образом, мы воздействуем на сигмовидную кишку и нормализуем стул.

Молодцы дети - садитесь.

***Решение проблемной ситуации.***

- А вам интересно посмотреть какие продукты лежат в корзинке?

- Да! (Ответы детей).

- Все продукты делятся на полезные и неполезные. Полезные – это …(овощи, фрукты, молочные продукты, мясо…). В них много витаминов и полезных веществ и они помогают нам быть сильными и здоровыми.

Попробуйте найти в корзине полезные продукты.

-А в нашей корзине остались лишь вредные продукты. Чем же они вредны? Хотите узнать?

А теперь вернемся в нашу лабораторию.

Давайте проведем небольшие опыты и узнаем.

***Проведение опытно-экспериментальной деятельности.***

1.Опыт с чипсами. Помещение их в емкость с водой - всплывает масло.

**Вывод: чипсы - жирный продукт.**

2.Опыт с колбасой. Помещение кусочка колбасы на пергамент - остается жирное пятно.

**Вывод: колбаса - очень жирный продукт.**

3.Опыт с газированной водой.

- Помещение ватных палочек в колбы с «Фантой” и “Тархуном”- окрашиваются в желтый и зеленый цвета.

**Вывод: есть красители.**

- Помещение в бутылку с” Колой “ конфет “ Ментос ” – появление шипучего фонтана.

**Вывод: газировка портит желудок.**

**Общий вывод:**

- в корзинке мы оставим только полезные продукты, которые помогут выздороветь медвежонку Мишке.

 А чтобы Мишка запомнил, какие продукты полезные мы ему подарим «Волшебное дерево».

***Творческое задание  «Волшебное дерево»***

– Что значит правильно питаться? (Есть не только вкусную пищу, но и полезную). – Какие полезные продукты вы знаете? (Хлеб, молоко, мясо, овощи, фрукты и др.).

У меня приготовлено для вас  «Волшебное дерево». – Что у дерева  необычное? (Вместо листьев на нем продукты).

– На этом дереве разные продукты – полезные и вредные для организма. Можете их разделить? Как лучше это сделать? (предложения детей).

Дети обводят полезные продукты в круг, вредные – зачеркивают.

Рассказывают,  почему так выполнили задание.

***Рефлексия.***

- Как вы считаете, смогли мы помочь Маше выбрать полезные продукты для медвежонка Мишки?

- Трудно ли вам было найти вредные продукты?

 - Сегодня мы узнали, почему нельзя есть много вредной еды, какие продукты полезны, а какие нет.

И если Мишка будет об этом помнить, то он быстро поправится и будет веселым! И мы тоже!

- А сейчас давайте подарим друг другу свои добрые сердечки! (Элемент пальчикового упражнения).