

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 1»

Утверждаю:
Заведующий МДОУ №1
Вахрушева Вахрушева О.Н.
« 10 » марта 2016г

Методическая разработка педагогического мероприятия с детьми.

«Лаборатория профессора Чудакова»

Составила:
Старший воспитатель
Карякина Н.А.

МО «город Свирск», 2016г.

Тема: «Лаборатория профессора Чудакова»

Цель:

Воспитывать понимание ценности здоровья, потребность быть здоровыми.

Задачи:

-Способствовать развитию представлений о правильной и полезной пище, о свойствах витаминов, минералов, о значении физических упражнений для организма.

-Побуждать интерес к исследовательской деятельности.

-Развивать познавательные процессы: мышление, внимание, память, расширять кругозор.

-Формировать сознательное отношение к выполнению основных гигиенических процедур.

-Формировать социально – личностные качества (умение работать в коллективе, коммуникативные навыки, умение работать самостоятельно).

Оборудование: названия лабораторий, бахилы, салфетки антибактериальные, фрукты, овощи – морковь, мультимедиа, картинки микробов, соковыжималки, стаканы по количеству детей, тарелки, спортивные снаряды, продукты питания, аскорбиновая кислота, одноразовые ложки, поварские колпаки.

Ход мероприятия

Организационный момент.

В группу входит воспитатель, одетый в белый халат, на голове медицинская шапочка, на глазах очки.

-Здравствуйте ребята! Меня зовут профессор Чудаков. Вы меня, конечно знаете. Я провожу разные исследования в своей лаборатории и работаю вместе с фиксиками. Я пришел к вам в гости, чтобы рассказать о своей работе. (Звонит телефон, Чудаков отвечает)

- Алло! Да Лизонька! Что вы говорите! Так-так! Не может быть! Сейчас буду!

- Дорогие мои, мне срочно нужно вернуться в лабораторию и провести несколько исследований. Как же быть? Может быть, вы хотите быть моими помощниками сегодня и поможете мне провести исследования? Заодно и познакомитесь с моей работой.(дети отвечают).

- Замечательно! Добро пожаловать в мою лабораторию.

- У нас в лаборатории есть свои правила, которые соблюдают все работники: надевают бахилы, нельзя трогать без разрешения принесенные предметы, руки должны быть чистыми, не шуметь во время исследования, не мешать другим.

- Кстати о чистоте. Давайте наденем бахилы.

Говорят «Чистота – залог здоровья» Как вы это понимаете?

(ответы детей: мыть фрукты, овощи, тогда не будет микробов, не заболеешь, если мыть руки, и т.д.)

Там, где грязь, живут микробы.

Мелкие — не увидеть.

Их, микробов, очень много,

Невозможно сосчитать.

Мельче комаров и мошек

В много-много тысяч раз.

Тьма невидимых зверушек

Жить предпочитает в нас.

Если грязными руками

Кушать или трогать рот,

Неприменно от микробов

Сильно заболит живот.

(показывает картинки микробов на мультимедийном оборудовании)

-Но ведь не только с помощью воды и мыла мы можем избавиться от микробов.

-Какими способами мы еще можем избавиться от них? (содержать себя в чистоте, ходить чистым, опрятным).

-Давайте пройдем в лабораторию, где изучают витамины и минералы.

Называется эта **лаборатория «Витаминная»**.

Где живут витамины? (ответы детей: в овощах, фруктах)

(Обращает внимание на столы. На столах лежат фрукты, овощи).

Найдите сейчас фрукт, который я загадаю.

С оранжевой кожей

На мячик похожий,

Но в центре не пусто,

А сочно и вкусно.(апельсин)

-Что получают из апельсина? (сок)

- Этот фрукт относится к цитрусовым, потому что с них легче всего добывать сок и в них содержится большое количество витамина С.

- Сейчас предлагаю помощникам по желанию выполнить следующие исследования. Одни будут выжимать сок, а другим ребятам среди фруктов надо найти цитрусовые и выложить на блюдо.

Но сначала мы протрем руки специальными антибактериальными салфетками, чтобы убрать микробов.

- Ну что начнем исследование? Я возьму соковыжималку, разрежу апельсин и попробую выдавить из него сок. Давайте и вы попробуете.

- Мы получили свежавыжатый сок и в нем содержится витамин С, если выпить такой сок может быть передозировка витаминов, может быть аллергия. В магазине сок в коробке разведен водой. Чтобы не было аллергии лучше свежавыжатые соки разводить водой.

- Давайте попробуем сок. (разливают сок в маленькие стаканчики, дети пробуют).

- Какой сок на вкус? (может быть сладкий, кислый, в зависимости от того какой фрукт спелый или не очень, какой сорт).

- Есть еще один фрукт, который содержит витамин С. Как вы думаете, какой это фрукт?

С ярко – желтой кожурой,

Очень кислый, небольшой (лимон.)

- Кто хочет попробовать на вкус? (дает попробовать кусочек по желанию).

- Какой он на вкус? (кислый)

- Витамин С, который содержится в цитрусовых фруктах помогает нашему организму бороться с простудой, поддерживает наш иммунитет. Витамин С в организме не вырабатывается, мы его получаем только с продуктами питания. А еще он может быть в виде витаминных таблеток, которая называется аскорбиновая кислота и продается в аптеке.

- Как справились помощники с другим заданием?

- Так посмотрим, какие цитрусовые вы выбрали? (мандарин, апельсин, лимон, грейпфрут, помело, лайм). Запомните, какие фрукты относятся к цитрусовым. (повторяют название фруктов). Все они содержат витамин С.

- Здесь у нас есть еще и овощи.

- Кто любит морковь?

- Чем полезна морковь? (она содержит витамин А)

- Чем же он полезен? (благодаря этому витамину мы растем)

- Этот витамин будет усваиваться в организме, если правильно его есть. А для этого надо добавить в тертую морковь подсолнечное масло, сливки или сметану. Можно добавить немного сахара для вкуса.

- Сейчас мы попробуем витамин роста. (в специальной тарелке уже лежит накрытая вымытая морковь, воспитатель натирает морковь, добавляет подсолнечное масло, раздает ложки, дети пробуют).

- Ну как понравилось?

- Молодцы! Помогли разобраться с витаминами.

- Когда человек здоров он активный, жизнерадостный, у него хорошее настроение. Что еще нужно, чтобы быть здоровым? (заниматься спортом).

- Предлагаю пройти в следующую **лабораторию «Спортивная»**.
- Посмотрите сколько здесь различных спортивных снарядов. Назовите, что вы видите? (мячи, обручи, скакалки, тренажер, шайба, клюшка, лыжи, гимнастическая палка).
- Где мы можем заниматься спортом? (дома, в саду, в спортивной секции).
- Давайте, исследуем влияние физических упражнений на организм.
- Для этого выполним несколько тестов.

Тест №1. Простоять на одной ноге. Другую ногу в согнутом положении удерживаем рукой. Мы с вами попробовали удержать равновесие. Это сложное задание. Вы устали? (нет). Молодцы, значит вы здоровы.

Тест №2. Будет посложнее. Чтобы его выполнить нужно будет измерить пульс.

- Что такое пульс? (это частота ударов сердца).
- Услышать песенку сердца вы можете в любую минуту. Для этого нужно положить пальцы на запястье, на горло или на висок. (демонстрируем как это делается).

Давайте попробуем услышать песенку сердца. (дети выполняют).

- Как стучит сердце? (ровно, спокойно).
- А теперь возьмем мячи в руки. Выполним 10 приседаний. Присели - руки вниз, встали - руки вверх. Выполнять в быстром темпе.
- А теперь еще раз послушаем песенку сердца. Как оно стучит? (быстро, громко).
- Это значит, сердце работает как насос, гоняет по сосудам кровь, которая «развозит» по всему телу питание и кислород. Когда человек занимается спортом, его сердце и организм укрепляется. Поэтому важно играть в разные подвижные игры, заниматься в спортивных секциях.
- В какие игры вы любите играть? (дети называют).

- Молодцы!

- Предлагаю пройти в следующую **лабораторию «Продуктовая»**.
- Посмотрим, что здесь у нас? (в корзинке лежат продукты питания)
- В этой лаборатории мы изучаем продукты питания.
- Давайте распределим продукты на следующие группы: крупа, мясные продукты, овощи, молочные продукты. (дети по очереди достают продукты и распределяют)
- Чем полезны молочные продукты? (укрепляют кости)
- Чем полезны крупы? (Витамины и минералы, содержащиеся в крупах в значительном количестве, очень нужны для роста и развития детского организма, в них есть большое количество клетчатки и пищевых волокон, благотворно сказывающихся на работе желудочно-кишечного тракта).

- Чем полезны овощи? (овощи – это кладезь витаминов, микроэлементов и других жизненно важных и нужных веществ. Все они помогают ребенку сохранить здоровье, укрепляют иммунитет, повышают жизненные силы организма, поднимают настроение).
- Чем полезны мясные продукты? (содержат белок, который необходим для укрепления и развития мышц)
- Здесь есть еще одна группа продуктов, что вы видите? (кока – кола, газированные напитки, чипсы, фаст - фуд, майонез, сухарики, соленые орешки, чупа – чупс).
- Как вы думаете можно ли их часто употреблять в пищу? (нет)
- Почему нет? (содержат красители, химические добавки, много сахара, жиры в большом количестве).
- Давайте посмотрим видео по изучению Кока – колы.
- Значит, мы оказались правы, эти продукты нельзя употреблять часто ни взрослым, ни детям.
- Так разобрались в продуктах питания, выяснили какие полезные, какие нет.
- Теперь ребята разделимся на две команды. Выберите шеф –повара. (на ребенка одевается поварская шапочка). Именно он представит работу вашей команды. Первой команде нужно составить меню питания на завтрак, обед, ужин. Другой команде нужно приготовить из набора продуктов, первое, второе блюдо. Вам дается 5 минут.(ставит песочные часы).
- Давайте посмотрим, что у вас получилось. (Шеф - повара озвучивают результаты своих команд).
- Вот и подошел к концу рабочий день.
- Что вы узнали о моей работе?
- Что сегодня вы узнали нового для себя?
- Что понравилось?
- Вы хотите еще побывать в моей лаборатории?
- Открою секрет, что такая лаборатория есть у каждого из вас дома, а вы можете быть сами маленькими профессорами, изучающими все вокруг.
- Я вам приготовил подарки, потому что вы хорошо сегодня потрудились и помогли мне провести исследования. (дает аскорбиновую кислоту). Я вас угощаю аскорбиновой кислотой, чтобы укрепить ваш иммунитет.
- До новых встреч!

