***Конспект интегрированного занятия с использованием здоровьесберегающих технологий*.**

***Цель.***

 *-Формирование у детей понятие о строении и функциях органов пищеварения.****Задачи.***

 *-Развивать у детей аналитические способности.
 -Учить взаимодействовать друг с другом, проводить самостоятельно опыты. делать выводы.
-Воспитывать интерес к исследовательской деятельности.****Оборудование.***

*Зеркала на подставке, блюдца с сахарным песком, с солью, с горчицей и с кусочком лимона, бумажная салфетка, ватные палочки – для каждого ребенка, таблица «Пищеварительная система человека», «Полезные продукты», стакан с водой, полотенце.****Ход занятия:***

***Организационный момент:******Разминка “ Давайте порадуемся”*** *Давайте порадуемся солнцу и птицам, (руки поднять вверх)
А также всем улыбчивым лицам (улыбнуться друг другу)
И всем, кто живёт на этой планете, (руки развести в стороны)
“Доброе утро!, - скажем мы вместе. (Берутся за руки)
“Доброе утро!” – папа и мама (махи сцепленными руками вперед-назад)
Доброе утро останется с нами.*

*- Сегодня к нам в группу пришли гости. Давайте поприветствуем их и подарим свои солнечные улыбки.

- Ребята, сегодня мы с вами поговорим о том, как заботиться о себе, как помочь своему здоровью, как стать приятным и нравиться людям. Кто мне ответит, что такое здоровье? (ответы детей)*

*-Отгадайте загадку:*

*Всегда во рту, а не проглотишь.*

*Если б не было его,*

*Не сказал бы ничего.*

*Всегда он в работе,
Когда мы говорим,
А отдыхает,
Когда мы молчим.*

*(ответы детей)

- Совершенно верно. А вот как помогает язык, об этом мы с вами и поговорим сейчас.

В группу влетает Карлсон.****Карлсон:***

*Я спешил к вам, друзья,

С жутким нетерпеньем,

И моторчик я, не зря,

Смазывал вареньем.

У меня за спиной вертится пропеллер.

Я хочу, чтоб со мной. Все ребята пели.

- Здравствуй, Карлсон! А ведь зря ты ириски жуешь.****Карлсон:***

*- Почему зря? Они же вкусные! Я ем все, что вкусно. Просто обожаю торты, конфеты, варенье.****Воспитатель:***

*- А ты, сладкоежка, знаешь, что определить пищу на вкус нам помогает язык? Он реагирует на разный вкус специальными вкусовыми клетками в виде сосочков, которые расположились на языке большими группами. У человека вкусовых сосочков на языке очень много (около 9-10 тысяч).*

*-Ребята скажите а какие вкусы вы знаете?*

 ***(Ответы детей)*** *-Чтобы узнать, какая часть языка какой вкус сильнее чувствует, проведем опыт.****Опыт№1****Цель:*

*-Определить вкусовые зоны языка.

Перед каждым ребенком устанавливается зеркало на подставке, блюдца с сахарным песком, с солью, с горчицей и с кусочком лимона. На каждом блюдце по одной деревянной палочке с ватой, рядом стаканы с водой для смачивания этих палочек.*

***Воспитатель:***

*- Ребята, возьмите первое блюдце, смочите чистый конец в воде и обмакните его в сахарный песок и приложите палочку к средней части языка, к основанию. К боковым частям. К кончику языка. А сейчас скажите, в какой части языка живут « сладкие сосочки?»
-Ребята, а сейчас проведите опыты из других блюдец.

-Ребята, какая часть языка какой вкус лучше воспринимает?

(Ответы детей)****Вывод:***

*-Одни определяют зону «сладких» сосочков, другие «кислых», «горьких», «Соленых».*

***Зарядка для языка***

*Жил-был язычок - показываете.*

*Любил он бегать, где хотел*

*(болтаете языком из стороны в сторону.)*

*И болтал, что хотел - добавляете звук.*

*Раз язычок поймали –*

*(зажимаете между зубов)*

*За решетку посадили –*

*(прячете язык за зубы)*

*На пять замков закрыли –*

*(губы вытягиваются то в трубочку, то в улыбку.)*

*На пять оборотов повернули –*

*(крутите губы - трубочку то в одну сторону, то в другую).*

*Стал язычок лазейку искать –*

*(языком проводите между губой и зубами при сомкнутых губах, сверху, снизу)*

*Нет ничего, стал в стены биться –*

*(укол языком в щеку)*

*По одному, затем два, три раза.*

*Не поддаются стены, стал тогда решетки пилить –*

*(нижняя, затем верхняя губы, как бы одеваются на зубы и выворачиваются наружу. Затем обе губы вместе)*

*Решетки рухнули - вибрация губами,  и язычок опять на свободе! – высунуть язык.*

***Опыт №2
Цель:***

*-Доказать необходимость слюны для ощущения вкуса пищи.*

 *-Ребята, возьмите салфетку, осушите язык и повторите действия по определению вкуса из предыдущего опыта. Что вы почувствовали?****Вывод:***

*-Мы не ощущаем вкуса, потому, что язык сухой.

-Ребята, давайте посмотрим вместе с Карлсоном, как работает система пищеварения человека. (показ таблицы).

Во рту пища смачивается слюной, и мы жуем зубами. Далее по пищеводу она попадает в желудок. Здесь начинается ее переработка. Из желудка пища переходит в кишечник и там окончательно переваривается с помощью пищеварительных соков. Переваренная пища впитывается через стенки тонкой кишки в кровь и переносится ко всем органам и тканям организма – питает их.****Карлсон:***

*Как это – питает? Впитывается, что ли?****Воспитатель:***

*Да, и я вам сейчас покажу: налейте на тарелку немного воды. Возьмите полотенце и положите его прямо на воду. Подождите несколько секунд, затем поднимите полотенце. Что произошло с водой?****Карлсон:***

 *Ее не стало!****Воспитатель:***

*-Правильно, ребята, вода впиталась в полотенце. Тоже самое, происходит с пищей в кишечнике. Все полезные вещества из пищи, которую мы съели, впитывается в стенки тонкой кишки и переносятся ко всем тканям, снабжая их энергией, чтобы мы могли бегать, играть, думать.****Карлсон:***

*-Я и не знал, что происходит с конфетами, когда я их ем.****Воспитатель:***

*-Между прочим, Карлсон, ешь ты их совершенно зря. От конфет, тортов, булочек только толстеют. Это не совсем полезная еда.*

***Карлсон:***

*- Как это не полезная? Я так питаюсь, вот я, какой красивый, в меру упитанный мужчина в полном рассвете лет!****Воспитатель:***

 *-Если бы ты похудел немножко, то был бы еще краше и, главное, здоровее. Правда, ребята?*

***Карлсон:***

*-Ребята, а какая пища полезная?
(ответы детей)****Карлсон:***

*-Я все понял. (Показывает продукты на таблице «Полезная еде»)

-Нужно есть продукты дающие организму энергию. – гречку, овсянку, рис, хлеб, мед, растительное масло, рыбу, мясо, курицу, орехи.

-А еще надо включать в рацион питания продукты. Наполняющие нас живительной силой. Содержащие витамины и микроэлементы, - овощи, фрукты, соки, морепродукты (водоросли, печень трески и др.)****Дидактическая игра «Полезно – вредно»***

*-Большие карты с изображением веселого человечка; набор карточек с изображением полезных и вредных для здоровья человека продуктов.*

*(На столе лежат 2 большие карты с лицами веселого и грустного человечка. Задача ребенка - выбрать карточки с полезными для здоровья человека продуктами и положить их к карте с веселым человечком, а карточки с вредными для здоровья человека продуктами положить к карте с грустным человечком).*

***Воспитатель:***

*-Спасибо, Карлсон, а теперь ребята назовите Карлсону, семь самых главных правил еды:

1. Перед едой надо мыть руки с мылом.

2.Есть продукты, полезные для здоровья.

3. Кушать в определенное время.

4.Есть не быстро и не очень медленно.

5. Каждый кусочек прожевать 30 раз.

6. Сладости есть только после обеда.

7. Не объедаться.****Карлсон:***

*- Вот теперь я знаю, что такое правильный режим питания. Я даже все правила записал себе в книжку. Чтобы не забыть. Ну, я полетел. Расскажу все, что узнал, малышу. До свидания.****Воспитатель:***

*-Прилетай еще к нам, Карлсон,****Итог:*** *-Что интересного вы узнали сегодня на занятии?
-Давайте, сейчас передавая мячик, друг другу, расскажем об этом.*