Структурное подразделение «Детский сад № 11 комбинированного вида»

МБДОУ «Детский сад «Радуга» комбинированного вида»

Рузаевского муниципального района

Опытно-экспериментальная деятельность в средней группе «Чиполлино»

***«Свежий сок – здоровья залог»***



Воспитатели: Барышникова Н.А.

Щуренкова О.Е.

Рузаевка, 2022г.

**Актуальность.**В последние годы наметилась стабильная тенденция к ухудшению здоровья детского населения. Экологические проблемы, различные отрицательные бытовые факторы, а в большей мере некачественная вода, химические добавки в продукты питания агрессивно воздействуют на здоровье дошкольника.

**Цель:**ознакомление детей среднего дошкольного возраста с полезными свойствами свежевыжатых фруктовых и овощных соков через самостоятельную практическую экспериментальную деятельность.

**Задачи:**

        - закрепить понятия детей об овощах и фруктах и месте их произрастания;

        - закрепить сенсорные понятия цвета, формы, структуры  предмета через поисково-исследовательскую деятельность;

        - выявить способы наиболее эффективного получения соков;

        - организовать экспериментальную деятельность по смешиванию разных соков и получению разных цветовых оттенков;

        - расширить знания  о правильном питании, культурно-гигиенических навыках;

        - развивать интерес к самостоятельной практической деятельности;

        - развивать умение проявлять исследовательское поведение, с удовольствием участвовать в экспериментах, организуемых взрослым;

        - развивать познавательный активности через самостоятельную практическую деятельность с некоторыми бытовыми предметами и приборами (тёрка);

        - способствовать воспитанию потребности в здоровом образе жизни, ценностному отношению к собственному здоровью и здоровью других людей.

**Гипотеза исследования.** Я предполагаю, что экспериментальная деятельность окажет позитивное влияние на развитие познавательного активности детей среднего дошкольного возраста  в части ознакомления их с принципами здорового питания.

**Формы работы:**

        - беседы с детьми;

        - проведение словесной дидактической игры «Назови сок правильно»;

        - выявление экспериментальным путём различных способов получения соков;

          - проведение экспериментов по смешиванию соков и сравнительному анализу свежевыжатых соков.

**Методы работы:**

        - рассказ;

        - беседа;

        - наблюдение;

        - игра;

        - логические рассуждения;

        - самостоятельная экспериментальная  деятельность детей;

        - продуктивная деятельность;

        - творческая деятельность.

**Ожидаемые результаты:**

        - развитие познавательной активности детей среднего дошкольного возраста через самостоятельную практическую  и экспериментальную деятельность;

        - ознакомление родителей группы с работой воспитателей группы.

**Реализация опытно-экспериментальной деятельности**

Сначала мы поговорили с детьми о правильном питании и здоровой пище. Мы вспомнили, что для хорошей работы желудка, кишечника и мозга нужно по утрам есть молочные каши, а в обед – супы. Всегда нужно есть овощные салаты, фрукты и пить полезные соки, потому что в них содержится много разных витаминов:

- морковный сок полезен для зрения;

- апельсиновый и яблочный соки помогают бороться с простудой;

- свекольный сок полезен для крови;

- огуречный сок укрепляет сердце и зубы, улучшает цвет кожи.

Потом мы поиграли в игру-соревнование «Назови сок правильно». Не все соки дети называли правильно. Самыми трудными были слова «сливовый», «виноградный», «лимонный», «вишнёвый», «томатный», «свекольный» и «капустный».

**Практическая часть**

1. Помыли фрукты и овощи, очистили их от кожицы;
2. Познакомились с правилами работы с теркой;
3. Натерли на тёрке овощи и фрукты, положили в марлю и отжали сок руками.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

        Гипотеза об оказании позитивного влияния на развитие познавательной активности детей среднего дошкольного возраста  в части ознакомления их с принципами здорового питания посредством самостоятельной практической и экспериментальной деятельности полностью подтверждена.















