**Конспект практического занятия (мастер-класса)  
 по здоровьесбережению с элементами   
 познавательно-исследовательской деятельности   
 в старшей группе по теме:   
 "Полезен или вреден лимон"** **Воспитатель**: Чистякова Оксана Сергеевна **Место проведения**: МДОУ детский сад «Солнышко » **Возрастная группа**: старшая группа (5-6 лет) **Интеграция образовательных областей**: познавательное развитие, речевое развитие, социально-коммуникативное развитие, физическое развитие.  
**Форма совместной деятельности:** игровая, коммуникативная, двигательная, познавательно-исследовательская.   
**Форма организации:** игра – путешествие (подгрупповая, фронтальная, индивидуальная).  
**Описание материала:** Предлагаю вам конспект непосредственно образовательной деятельности для детей старшей группы "Полезен или вреден лимон". Этот конспект будет полезен, так как в нем затронута тема здоровья детей.  
**Цель:**Формирование навыков здоровьесбережения детей, через познавательно – исследовательскую деятельность.  
**Приоритетная образовательная область: «Познавательное развитие»**  
**Программные задачи:**

- Уточнить и расширить представление о фруктах, их форме, вкусе, поверхности, цвету;

- Закреплять умение классифицировать предметы по нескольким признакам.

- Сформировать у детей представление о том, что во фруктах есть витамины, которые полезны человеку для укрепления здоровья;

- Закреплять знания о свойствах воздуха

- Развивать логическое мышление

- Вызывать интерес к экспериментированию.  
- Совершенствовать умение анализировать объект путём сравнения и классификации, делая выводы в ходе исследовательской деятельности.  
- Расширять перспективы развития поисково-познавательной деятельности детей путём включения их в мыслительные, моделирующие и преобразующие действия.

Задачи в интеграции:

**Образовательная область: «Физическое развитие»**

**Программные задачи:**

- развивать физические качества;

- развитие зрительного внимания и восприятия, общей моторики, координации речи с движением.

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья;

- обеспечить двигательную активность в ходе проведения практического занятия;

- формировать знания детей о здоровье и умении оберегать, поддерживать и охранять его.  
- воспитывать у детей желание заботится о своём здоровье.

**Образовательная область: «Социально-коммуникативное развитие»**

**Программные задачи:**

- развивать игровую деятельность;

- формирование навыков сотрудничества, взаимопонимания, доброжелательности, самостоятельности, инициативности, ответственности, воспитание любви к природе;

**Образовательная область: «Речевое развитие»**

**Программные задачи:**

- развивать связную речь у детей.

- расширять и активизировать словарный запас по данной теме; учить правильно употреблять существительные в единственном и множественном числе.

- закреплять умение использовать в речи простые распространённые и сложноподчинённые предложения;  
- формировать умение принимать участие в беседе, выражать своё мнение, прислушиваться к мнению товарищей.

**Словарная работа**: Существительные: — фрукт, дерево, лимон, кожура, косточка, семечка, мякоть, корка, яблоко, урожай, полив.

Прилагательные: — желтый, большой, маленький, овальный, вытянутый, гладкий, шершавый, мягкий, твердый, душистый, ароматный, спелый, вкусный, кислый, сочный, созревший, полезный, витаминный, фруктовый.

**Оборудование и материалы:** 2 стола, 2 больших подноса, фломастеры, кусочки ткани, одноразовые ложечки, 2 лимона, яблоко, заварка чая, емкости для воды, плошки с землей, слайды с изображением вредных и полезных свойств лимона, проектор, презентация.

**ХОД ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ:  
1.Вводная часть  
Воспитатель:**Ребята, я сегодня пришла в группу, а у нас стоит эта коробка. Это кто- то из вас принес ее? Закрыта. Написано что-то.  
Читают: Секрет!  
**Воспитатель:** Чей интересно это секрет?  
**Воспитатель:** Здесь еще письмо, давайте прочитаем.  
**Письмо:**  
Попал к вам в группу не случайно.  
Буду оздоравливать вас  
Даже в зимние, холодные деньки.  
Коробочка с подсказками поможет узнать, как меня зовут.  
И вам я раскроют секреты!  
Только попрошу, не ошибитесь,  
Очень важно – верный путь найти!  
**Воспитатель:**Открывает коробку, дети берут карточки - подсказки.  
Ребята посмотрите на карточки, что бы вы сказали о предмете какой он?  
( шершавый, желтый, овальный, сочный, ароматный, кислый, витаминный, съедобный, большой и маленький, растет на дереве…..)  
**Воспитатель:** Мы использовали все подсказки?  
Ваши предположения, что же это?  
**Ответы детей:**Лимон.  
Слайд №1  
(Воспитатель достает из коробки плод лимона)  
**Воспитатель:**Молодцы! Вы точно узнали!  
**Воспитатель:** Давайте рассмотрим целые лимоны. Какие они?  
**Ответы детей:** (шершавые, желтые, овальные, сочные, ароматные, кислые, витаминные, съедобные…..)  
**Воспитатель:** Возьмите дольки лимона и рассмотрите.  
(Дети берут дольки лимона и рассматривают)

**Воспитатель:**Из каких частей состоит плод?  
**Ответы детей:** (кожура, мякоть, косточки)  
**Воспитатель:** Какая кожура? Какая мякоть? Какие косточки?  
**Ответы детей.**  
**Воспитатель:**В письме еще говорилось о здоровье. Ребята, как вы думаете, лимон нам помогает сохранить здоровье? (ответы детей)  
Да, у него много секретов. А вам хотелось бы их узнать? (ответы детей)  
А чтобы узнать секреты, мы сегодня с вами можем отправиться на необычную кухню.  
Все сотрудники необычной кухни всегда надевают фартуки и шапочки. Потому что на необычной кухне должна соблюдаться чистота.  
(дети надевают фартуки и шапочки подходят к столу и садятся на стульчики).  
Слайд №2 (картинка необычной кухни)  
  
**2. Основная часть  
Опыт№1:** «Яблоко и лимон – друзья?».  
Мы разделили яблоко на две части, положите их на блюдце и выдавите немного лимонного сока на одну из частей. Оставим на некоторое время.  
**Опыт№2**«Много витаминов можно кушать?»  
**Воспитатель:**Ребята лимон по вкусу какой?  
**Ответы детей:** Кислый.  
**Воспитатель:** А почему он кислый?  
**Ответы детей:** Витамин «С»  
**Воспитатель:**А для чего нам нужен витамин «С»?  
**Ответы детей:** Чтобы не болеть, быть здоровыми, укреплять силы, имунитет и т.д.  
**Воспитатель:** Все верно, лимон очень полезен. Но витамины вам могут давать только мамы.  
**Воспитатель:** Возьмите шарик и брызните на него соком кожуры лимона.  
Что произошло и почему?  
**Ответы детей:**  
**Воспитатель:**Все дело в том, что в цедре (кожуре) цитрусовых растений содержится эфирное масло, поэтому, брызгая на шарик соком кожуры, вы просто растворяете его, и он лопается.  
**Выводы детей:**Много и самостоятельно кушать витамины нельзя.  
**Опыт №3**Лимон осветляет чай. И «Лимон-пятновыводитель»  
В**оспитатель:** Если пить чай с лимоном, то также будешь укреплять свое здоровье, меньше болеть.  
Положите дольку лимона в заваренный чай. Что вы увидели?  
**Ответы детей:** Цвет его изменился. Он стал светлым.  
**Воспитатель:** Почему?  
**Ответы детей:** Лимон осветлил чай, т.к. в нем содержится кислота.  
**Выводы детей:** Чай осветляется лимонным соком и лимон усиливает его питательные и целебные свойства.  
**Опыт № 4.**  
**Воспитатель:** Поскольку под действием лимона чай светлеет, у меня возникла идея, поможете мне ее проверить?  
**Воспитатель:** Нарисуйте фломастером черту на ткани  
**Воспитатель:** Попробуем вывести лимоном черту от фломастера на ткани. Воспитатель: На нарисованную фломастером черту на ткани капните лимонный сок на эту черту.  
Что произошло?  
**Ответы детей:** Черта исчезла.  
**Выводы детей:** Лимон можно использовать как пятновыводитель.  
Воспитатель: Лимон можно использовать как безопасный пятновыводитель.  
**Опыт№5** «Можно ли пить лимонный сок?»  
**Воспитатель:** Давайте проверим.  
Возьмите яичную скорлупу. Она состоит из кальция, как и наши зубы.  
Я заранее измельчила ее. Возьмите ложечки и насыпьте себе немного порошка яичной скорлупы в крышечки, выжмите немного лимонного сока. Что происходит?  
**Ответы детей:**Шипит скорлупа.  
**Воспитатель:**Она состоит из кальция, как и наши зубы. Так можно ли пить чистый лимонный сок?  
**Ответы детей:** Можно, только потом надо прополоскать рот водой.  
**Выводы детей:** Лимонный сок может разрушить зубы.  
**Возвращаемся к опыту №1**: Посмотрим на яблоко, что - то изменилось?  
**Ответы детей:** Часть яблока не смоченная лимонным соком потемнела. А часть яблока, смоченная лимонным соком, осталась такой же светлой. Воспитатель: Лимонный сок защищает плёнкой, и кислород не смог добраться до железа.  
**Выводы детей:** Лимонный сок защищает, яблоки от потемнения.

**3.Заключительная часть**

Слайд№3 (таблица )  
**Воспитатель:** Мы узнали много о свойствах лимона. Давайте поставим плюс за полезное и знак минус если это свойство вредное.  
( Дети с воспитателем вспоминают свойства с которыми они знакомились по порядку и называют знак, а воспитатель при помощи «указки» от интерактивной доски выставляет знаки +и -)  
**4.Итог:**

**Воспитатель:** Вы сегодня были внимательные, прилежно и дружно трудились и лимона секреты вам сегодня открылись.  
Вам хочется, чтобы у вас дома росло лимонное дерево?  
**Ответы детей:** Да.  
Слайд№4 (Лимонное дерево)  
Давайте посадим его, чтобы вы и ваши родные всегда были здоровы.  
(Дети берут плошки с землей и сажают семена лимона.)