**Тема: На вкус и цвет товарищей нет**

**Цель:** знакомство учащихся с разнообразием вкусовых свойств различных продуктов.

**Задачи:**

*Образовательная:* формировать представление о значении продуктов с разными вкусами для организма; расширять знания детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья.

*Воспитательная:* воспитывать уважительное отношение к людям с другими вкусовыми предпочтениями.

*Развивающая:* развивать творческую активность детей, образное мышление, память, речь и внимание.

**Оборудование:** презентация, компьютер, карточки с названиями четырех основных видов вкуса: сладкий, горький соленый, кислый, написанные разными цветами, лимон, сахар, соль, чеснок для игры «Определи на вкус», рабочие тетради М.Безруких, Т Филиппова «Разговор о правильном питании», цветные маркеры, разрезанные пословицы.

***Ход занятия***

**I. Организационный момент.**

Настрой на занятие ***(оздоровительная мимика):***

**Учитель:** Закройте глаза, положите на парту руки ладошками вверх. Представьте, что у вас на ладошках лежат маленькие солнышки. Лучики солнышка согревают пальчики, тепло идёт по всей руке. Руки успокоились, отдыхают.

Переключаем внимание на ноги. Солнечные лучики согревают стопы, пальцы ног. Усталость проходит, мышцы отдыхают. Дышим ровно, глубоко. Дыхание успокаивается, становится ровным, плавным. Мы сильны, умны, здоровы. Откройте глаза. Улыбнитесь друг другу, пожелайте здоровья всем.

**II. Вступительное слово учителя:**

– Сегодня мы продолжим разговор о правильном питании, ведь так называется наш проект.

– Мы с вами поговорим о вкусе, цвете и запахе продуктов и о том, какие органы чувств помогают нам их распознать.

**III.  Основная часть**

1. **Работа в тетрадях** (стр.46-47.)

Прочитайте название темы: «На вкус и цвет товарища нет».

– Какая интересная тема. Она озаглавлена пословицей.

– Какой смысл заключён в этой пословице? (рассуждение детей).

– Конечно сколько людей, столько и вкусов. О вкусах не спорят.

Но нам с вами важно знать, чтобы пища была полезной и разнообразной. ***Разнообразная пища – залог того, что наш организм получит необходимые вещества.***Нужно так питаться, чтобы не навредить организму. Вспомним и хором говорим пословицу: «Прежде чем за стол нам сесть мы подумаем, что съесть».

**Физ. минутка**:

Человеку нужно есть.

Чтобы встать и чтобы сесть

Чтобы прыгать, кувыркаться

Песни петь, дружить смеяться,

Чтоб расти и развиваться

И при этом не болеть

Нужно правильно питаться

С самых юных лет уметь.

**Учитель:**

А какие продукты больше всего любите вы?

Видите, какое разнообразие вкусов вы продемонстрировали. Ученые выделяют 4 основных вида вкусов. Сможете ли вы их назвать? (на доске появляются карточки: горький, соленый, сладкий, кислый)

**Учитель:** Давайте прочитаем вывод в рабочей тетради. ( стр. 49)

Как вы думаете, какой орган помогает человеку различать эти вкусы? *(Слайд «Орган вкуса – язык»)*

На поверхности языка располагаются сосочки разных размеров, покрывающие почти всю его поверхность. С их помощью человек ощущает разный вкус продуктов.(презентация, слайд 3)

**IV. ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №1: «Определи на вкус»**

– Напоминаю о гигиене рук. Протираем влажной салфеткой руки.

– Стелим чистую салфетку. Ставим блюдце.

– Посмотрите что в них? Какого цвета?

– Мы будем определять на вкус по очереди каждый продукт.

**Язык — неодинаково определяет вкус.**

**Задание № 1:** Положите по очереди на язычок сначала чупа-чупс, лимон, сахар, чеснок, соль и определите в каком месте язычка, какой вкус чувствовали?( Учащиеся определяют на вкус)

– (Рассуждение детей).

– Давайте убедимся правильно мы определили вкус продуктов. (слайд №2)

**Выводы: Язык-орган вкуса.**

Какие вкусы мы узнали?

**Кончиком языка – сладкие, солёные.**

**Боками языка – кислое.**

**Корнем языка – горькое.**

Какие разнообразные, но все полезные продукты от них мы растем.

**Учитель:** А теперь послушайте, что нам расскажут ребята. ( информационное сообщение Приложение 1, презентация, слайды 3, 4, 5,6)

**3. Заключительная часть**

**Учитель:** Нужно выбрать из списка и подчеркнуть сладкие продукты желтым маркером, кислые – зеленым маркером, горькие – красным маркером, соленые продукты – черным маркером. (Приложение 2)

**Учитель:** Вы, наверное, заметили, что разные виды вкусов написаны разными цветами. Оказывается, китайские диетологи распределяют их по цветам: горький вкус - красный цвет, символизирует Огонь, сладкий вкус – желтый цвет, символизирует Землю, кислый вкус- зеленый цвет, символизирует Дерево и соленый вкус – черный цвет, символизирует воду.

Стр. 50 задание 2

**Учитель:**

Нарисуйте самый горький продукт, самый сладкий, самый кислый, самый соленый.

**Учитель:**

Какое правило мы должны запомнить?

Какие органы чувств нам помогают распознать вкус, цвет, запах?

**Берегите эти органы!**

Молодцы все работали, были внимательны, добры друг к другу.

А как вы свою работу оцените?

**Приложение к занятию по теме «На вкус и цвет товарищей нет»**

**Приложение 1**

Информационная справка

*1 ученик*

- Четыре основных вкуса подсказывали первобытным людям, что можно употреблять в пищу, а какие продукты есть нельзя. Они поняли, что сладкие продукты быстро насыщают, но от них также быстро поправляются. Кислые продукты могут быть полезны, как, например, апельсин, или испорчены, как прокисшее молоко. В соленой еде содержатся полезные витамины и минералы. Горький же вкус часто свидетельствует о том, что продукт может быть ядовит.

*2 ученик*

- Продукты острого вкуса используются для лечения простуды и других болезней, вызванных влиянием холода. Продукты сладкого вкуса возбуждают аппетит, укрепляют мышцы, снимают боль.Кислые продукты возбуждают аппетит, защищают от простудных заболеваний, понижают давление.Продукты соленоговкуса оздоравливают почки, выводят токсины..

**Приложение 2**

Карточка для работы

*Перец Чили, мороженое, клюква, лимон, соленые грибы, брусника, чеснок, хрен, сметана, лук, мед, варенье, кофе, соленый огурец, селедка, торт, горчица, щавель, конфеты, красная смородина, соль.*