Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение д/с
«Росток» р.п. Пачелма

Проект
«Весёлые овощи»

Подготовила:
Мартынова О.А.

Актуальность темы

Здоровый образ жизни немыслим без рационального разнообразного питания.

Питание, как известно, является одним из факторов, обеспечивающих нормальное развитие ребёнка и достаточно высокий уровень сопротивляемости его организма к заболеваниям.

Осенью рацион ребенка уже не так богат свежими овощами с приусадебных участков, как летом. Поэтому не только весной, которую принято называть временем детского гиповитаминоза, но и осенью ребенку обязательно следует употреблять натуральные витамины.

У слабых детей часто ухудшается здоровье: болит голова, все тело вялое, плохое настроение, они капризны. Доктор говорит, что им нужно правильно питаться. Ведь здоровье – это то, что мы едим. Пища помогает ребёнку расти, даёт ему необходимую энергию. Поэтому еда должна быть не только вкусной, но и полезной. А полезная еда - это, прежде всего свежие овощи и фрукты и ягоды.

ПРОЕКТ «Веселые овощи»

Актуальность проблемы: Какова роль натуральных витаминов в сохранении и укреплении здоровья.

Участники проекта: Дети средней группы, воспитатели, родители.

Срок реализации: 1месяц.

Тип проекта: практико-ориентированный, групповой.

Цель проекта: Уточнить и расширить представления детей об овощах: названиях, форме, цвете, вкусе, запахе, твердости (мягкости). Сформировать знания детей о витаминах, их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах.

Задачи проекта:

Для детей:

- закрепить знания детей об овощах;
- совершенствовать грамматический строй речи (учить согласовывать прилагательные и существительные в роде и числе);
- учить разгадывать загадки;
- развивать речь детей, логическое мышление, творческое воображение;
- учить приносить пользу своим трудом;
- воспитывать бережное отношение к труду взрослых.
- дополнить знания детей о витаминах, содержащихся в овощах.

Для родителей:

- Гарантия качества полученных умений и навыков воспитанниками ДОУ.

Для педагогов:

- Повышение педагогического мастерства и обогащение педагогического опыта в области формирования здорового образа жизни дошкольников.
  Ожидаемые результаты:
  Дети узнали много нового о витаминах, содержащихся в овощах.
  Дети умеют классифицировать овощи, выбирать наиболее полезные.
  Знают содержание в них определенных витаминов и их значение для здоровья организма.
  Родители грамотно и творчески относятся к вопросам правильного питания и воспитания здорового образа жизни у своих детей.
  Способность устанавливать причинно – следственные связи (потрудился на грядке летом, то зимой будешь сытым и довольным).

ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

Цель: актуализировать имеющийся методический потенциал педагогов, конкретизировать параметры развивающей среды необходимой для обогащения познавательного опыта детей.

- **Консультации для родителей:**
  «Полезные друзья: овощи, фрукты, ягоды»
  «В каких продуктах «живут» витамины»
  «Овощи и фрукты, зачем нужны нам в блюдах?»
- **Чтение рассказов, сказок, стихов, загадок, пословиц, поговорок об овощах.**
- **Изготовление альбома для рассматривания «Овощи».**
- **Создание картотеки игр:**
  Дидактические игры: «Узнай на ощупь», «От какого овоща эта часть?», «Чудесный мешочек», «Что сажают в огороде», «Угадай по описанию», «Сложи картинку», «Четвертый лишний», «На какую фигуру похож овощ», «Вершки и корешки», «Варим обед», «Угадай загадку», «Овощи в корзинке», «Найди, что покажу», «Найди, что назову», «Угадай, что в руке».
  Сюжетно-ролевые игры: «Магазин овощей», «Готовим с мамой обед».
  Подвижные игры: «Собери урожай», «У медведя во бору».
  Пальчиковая гимнастика: «Капуста», «У Лариски…», «Варим щи».
- **Подбор книг для мини-библиотеки.**
- **Составление для родителей рекомендательного списка художественных произведений для совместного чтения, просмотра, обсуждения**

ОСНОВНОЙ ЭТАП

Цель: формировать познавательный интерес к растениям через проектно-исследовательскую деятельность и организацию художественно-продуктивной творческой деятельности; расширить и уточнить представления детей об овощах: названиях, форме, цвете, вкусе, запахе, твердости (мягкости). Сформировать знания детей о витаминах, их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах. Воспитывать бережное и доброе отношение к растениям, уважительное отношение к труду взрослых.

- **Беседы:**
  «Что нам осень принесла?»
  «Овощи на нашем столе»
  «Где и как растут овощи»
  «Труд людей в огороде»

- **Занятие:**
  «Полезные витамины»
- **Интегрированное занятие:**
  «Урожай из Простоквашино».
- **Занятие по художественному творчеству:**
  Рисование: «Весёлые овощи».
  Лепка «Во саду ли, в огороде: морковка, свёкла, лук растёт».
  Аппликация «Заюшкин огород».
- **Оформление выставки детских рисунков «Веселые овощи».**
- **Инсценировка сказки «Репка».**

ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП

Цель: проанализировать и обобщить результаты, полученные в процессе проектно-
исследовательской деятельности.

- **Музыкальное развлечение: «Дело было в огороде».**
- **Инсценировка «Огородная-хороводная».**
- **Выставка поделок из овощей и фруктов «Осенний калейдоскоп».**
- **Фотовыставка «А у нас на огороде».**
- **Кулинарные книги семьи «Книга витаминных рецептов».**
- **Создание презентации «Овощи».**

РАБОТА С ДЕТЬМИ:

- **Познавательно-речевое развитие.**

1.Рассматривание овощных культур.
Цель: вызвать интерес к растениям. Расширять и углублять знания о видах растений.

2.Беседы:
«Где и как растут овощи»
Цель: рассказать детям о том, что овощи могут расти под землей и на земле.
«Что нам осень принесла?»
Цель: Расширить представление детей об овощах. Дать представление о пользе природных витаминов.
«Овощи на нашем столе»
Цель. *Уточнить представления детей о внешних и вкусовых качествах овощей, о способах их использования в пищу; закрепить представления о значении свежих плодов для здоровья людей.*
«Труд людей в огороде»
Цель:. продолжать формировать у детей представления о сезонных работах на огороде.

3.Занятие «Полезные витамины».
Цель: Уточнить и расширить представления детей об отличительных особенностях
овощей и фруктов, о том, что их можно есть в сыром и вареном виде, из них можно готовить суп, салат, компот, в сыром виде они полезнее — в них много витаминов, которые нужны для здоровья.

4.Интегрированное занятие «Урожай из Простоквашино».

Цель: Обобщить знания детей по теме: «Овощи».

5.Дидактические игры:
«Узнай на ощупь»
«От какого овоща эта часть?»
«Чудесный мешочек»
«Что сажают в огороде»
«Угадай по описанию»
«Сложи картинку»

6.Чтение рассказов, сказок и стихотворений об овощах:
Русские народные сказки: «Репка», «Вершки и корешки», мужик и медведь»
Белорусская сказка «Пых»
Чтение сказки В. Сутеева «Яблоко»
Стихотворение Юлиана Тувима «Хозяйка однажды с базара пришла… »
«Сказка про лучок», «Сказка про овощи», «Сказка о полезных овощах».
Стихотворения про овощи.

7.Заучивание стихотворений про овощи: морковь, свёкла, горох, укроп, картофель, помидор.

8.Чтение и разучивание с детьми загадок, пословиц и поговорок об овощах, о труде.

- **Художественно-эстетическое развитие.**

1.Рисование: «Весёлые овощи».
Цель: закрепить знания детей об овощах. Закреплять умение передавать особенности овощей в рисунке.
2.Лепка «Во саду ли, в огороде: морковка, свёкла, лук растёт».
Цель: закрепить умение лепить предметы разной формы и величины. Учить передавать впечатления от окружающего мира.
3.Аппликация «Заюшкин огород».
Цель: учить детей создавать аппликативные изображения овощей. Вызвать интерес к составлению коллективной композиции «Заюшкин огород».

- **Игровая деятельность.**

1.Подвижные игры:
«Собери урожай»
«У медведя во бору»
«Солнышко и дождик»
Цель: развивать активность детей в двигательной деятельности.
2.Сюжетно-ролевые игры:
«Магазин овощей»
«Готовим с мамой обед»
Цель: развивать умение выбирать роль, выполнять в игре с игрушками несколько
взаимосвязанных действий. Развивать умение взаимодействовать и ладить друг с другом в непродолжительной совместной игре.
3.Театрализованная игра.
Инсценировка русской народной сказки «Репка».

Цель: развивать стремление импровизировать несложный сюжет сказки. Вызвать
желание выступать перед сверстниками.

<u>РАБОТА С РОДИТЕДЛЯМИ:</u>

1.Консультаци: «Полезные друзья: овощи, фрукты, ягоды»,

«Овощи и фрукты, зачем нужны нам в блюдах?»

«В каких продуктах «живут» витамины»

2.Музыкальное развлечение: «Дело было в огороде».

3.Совместная творческая деятельность:

- поделки из овощей и фруктов «Осенняя фантазия».

- фотовыставка «А у нас на огороде»

- кулинарные книги семьи «Книга витаминных рецептов».

Цель: поощрять совместное участие детей и родителей в конкурсах.

4.Фотоотчет по проекту.

Рисование: «Весёлые овощи».

Аппликация «Заюшкин огород».

Лепка «Во саду ли, в огороде: морковка, свёкла, лук растёт».