Муниципальное казенное дошкольное общеобразовательное учреждение детский сад «Березка» п. Такучет

Познавательно - творческий Проект «Овощи и фрукты- витаминные продукты».

 Составил :воспитатель Борисова В.Д

Тип проекта: познавательно-творческий.

Участники проекта: дети, педагоги, родители.

Актуальность темы.

Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. В.А.Сухомлинский писал: "Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье ребенка - это важнейший труд воспитателя". Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Для достижения гармонии с природой, самим собой необходимо учиться заботится о своем здоровье с детства. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни.

Проблема:  недостаточная у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни.

Цель проекта: - формирование убеждений и привычек здорового образа жизни в условиях дошкольного образовательного учреждения, развитие познавательных и творческих способностей детей раннего и дошкольного возраста.

Задачи:

1. Дать детям общее представление о здоровье как ценности, о котором необходимо постоянно заботится, научить беречь свое здоровье и заботиться о нем.
2. Продолжать формирование убеждений и привычек здорового образа жизни в условиях дошкольного образовательного учреждения.
3. ииДать детям знания о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах, фруктах и ягодах.
4. Учить детей изображать овощи, фрукты и ягоды на занятиях по рисованию, аппликации, используя различные способы и средства изображения.
5. Формировать у детей познавательный интерес к окружающему миру, родной природе;
6. Формировать положительные качества личности ребенка, нравственного и культурного поведения - мотивов укрепления здоровья.

Формы реализации:

1. Занятия по познавательной деятельности.
2. Игровая деятельность.
3. Выполнение работ по изобразительной деятельности и ручному труду.
4. Выполнение коллажей**.**
5. Выставка детского творчества.
6. Проведение развлечений.
7. Акция «Здоровые дети- здоровая нация»

Основные средства:

1. Подготовка оборудования, материалов и инструментов.
2. Обогащение предметно-развивающей среды.
3. Включение детских работ в эстетически развивающую среду, окружающую детей.
4. Проведение выставок детского творчества.

Ожидаемый результат:

* развитие духовно-богатой личности ребенка, как активного участника проекта;
* создание благоприятных условий для саморазвития ребенка, проявления его творческой деятельности;
* обогащение детей знаниями о пользе витаминов для нашего организма.

Функции участников проекта:

* *Дети, воспитатель и родители*.

**Этапы реализации проекта.**

I этап. Организационный.

* составление и обсуждение со всеми участниками проекта поэтапного плана работы;
* анализ проблемы: что уже есть и что нужно сделать;
* создание банка идей и предложений;
* подбор методической, справочной, энциклопедической и художественной литературы по выбранной тематике проекта;
* подбор необходимого оборудования и пособий для практического обогащения проекта, целенаправленности, систематизации воспитательно-образовательного процесса.

II этап. Планирование реализации проекта.

* определение задач воспитательно-образовательной работы;
* планирование деятельности педагога.

III этап. Реализация проекта.

ИГРОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дидактические игры** | **Сюжетно-ролевые игры** | **Подвижные игры** |
| * С какого дерева упало
* Овощи и фрукты
* Настольные игры: лото, домино, пазлы
* Огород
* Угадай, какой овощ
* Вылечим Мишутку
* Съедобное- несъедобное
* Кто что любит кушать
* Разложи по тарелочкам фрукты
* Собери овощи в корзину
* Что где растет
* Опиши овощи, фрукты
* Найди пару
* Что знаешь кислое, сладкое, горькое
 | * Овощной магазин
* Кукла Катя заболела.
 | * Прятки
* Третий лишний
* во саду ли в огороде
* Принеси названный предмет
* Ловишки – убежим от вируса
* Собери витамины
* Лучший аптекарь
* Попади в микроба
 |

РЕЧЬ И РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ

|  |  |
| --- | --- |
| **Беседы** | **Фольклор** |
| * Как витамины вирус победили
* Как Вася закалялся от болезней
* Витамины, которые мы вырастили на д/с огороде
* Роль витаминов в жизни человека
* Где живут витамины
* Что растет на огороде
* О пользе овощей и фруктов
* О пользе еды
* Что растет в саду
* Питание и здоровье
 | * Песенки
* Потешки
* Пословицы
* Поговорки
* Сказки
* Загадки

(на тему овощи и фрукты) |

ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ЛИТЕРАТУРА

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Младший дошкольный возраст** | **Средний дошкольный возраст** | **Старший дошкольный возраст** |
| С.Маршак «Сказка о глупом мышонке»Н.Павлова «Земляничка»С.Капутикян «Маша обедает»Д.Мамин-Сибиряк «Притча о Молочке, овсяной Кашке и сером котишке Мурке»Е.Юдин «Две фасольки, три боба»И.Токмакова «Купите лук»С.Могилевская «У солнышка в гостях»А.Краснова «Два жадных медвежонка» | С.Георгиев «Бабушкин садик»Г.Остер» Хорошо спрятанная котлета»Д.Самойлов «У слоненка день рождения»К.Чуковский «Федорино горе», «Тараканище» | Я.Аким «Жадина»Б.Заходер «Про сома»Л.Пантелеев «Буква «Ты»П.Бажов «Серебряное копытце»В.Катаев «Цветик-семицветик»М.Волошин «Осенью»Е.Носов «Тридцать зерен»П.Ершов «Конек Горбунок»А.Ремизов «Хлебный голос»К.Паустовский «Теплый хлеб»Н.Носов «Бобик в гостях у Барбоса»С.Топелиус «Три ржаных колоса»Н.Гернет, Д.Хармс «Очень-очень вкусный пирог» |

КОНСТРУИРОВАНИЕ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Из конструктора** | **Из подсобного материала** | **Ручной труд** |
| Овощная базаОвощной магазинМашина везут овощи и фруктыДом для доктора АйболитаАптека | Машина везут овощи(из коробок) | Коробки для хранения овощейОвощи и фрукты из конусов и кругов |

ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

|  |  |
| --- | --- |
| **Природное окружение** | **Предметный мир** |
| * Работа на участке
 | Знакомство с тем, где и как готовится пища |

ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Рисование** | **Аппликация** | **Лепка** |
| Гуашь: яблоко, огурец, вишняНатюрморт с овощами, фруктамиЯблоки созрелиУголок природы руками детейОгород | Ягоды и фруктыОвощиОгородВитаминный коктейльКорзина витаминовВитамины с грядки | Овощи и фрукты, ягодыКладовая витаминовПластилинопластика |

ТЕАТРАЛИЗОВАННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

|  |  |
| --- | --- |
| **Настольный театр** | **Кукольный театр** |
| Репка  | Вылечим ТанюшуВсех нужней я и вкусней |

ДОСУГ, РАЗВЛЕЧЕНИЯ

* 1. Вот веселый огород, что здесь только не растет
	2. Фруктоежка
	3. Вечер витаминных загадок.

*Приложение №1*

***Пальчиковая гимнастика на тему «Овощи и фрукты».***

**Овощи**

У девчушки Зиночки

**Овощи в корзиночке**

*(Дети делают ладошки «корзиночкой»).*

Вот пузатый кабачок

Положила на бочок,

Перец и морковку

Уложила ловко,

Помидор и огурец.

*(Сгибают****пальчики,*** *начиная с большого).*

Наша Зина – молодец!

*(Показывают большой палец).*

**Капустка**

Мы капустку рубим-рубим,

Мы капустку солим-солим,

Мы капустку трём-трём,

Мы капустку жмём-жмём.

*(Движения прямыми ладонями вверх-вниз, поочерёдное поглаживание подушечек****пальцев,*** *потирать кулачок о кулачок. Сжимать и разжимать кулачки).*

**Репка**

Тянут, тянут бабка с дедкой

*(Вытягивание****пальцев за ногтевые фаланги).***

Из земли большую репку

Вот пришла бы наша внучка,

Помогла б собачка Жучка.

Где же кошка, мышка – крошка?

*(Одноимённые****пальцы****прикасаются друг к другу).*

Хоть держалась крепко,

Вытянута репка.

**Яблоки**

Большой **пальчик яблоки трясёт.**

*(Кисти сжаты в кулак, разгибаем большой****пальчик).***

**Второй их собирает**.

*(Разгибаем указательный палец*).

Третий их домой несёт.

*(Разгибаем средний палец).*

Четвёртый высыпает.

*(Разгибаем безымянный).*

Самый маленький – шалун.

*(Разгибаем мизинец).*

Всё, всё, всё съедает.

**Компот**

Будем мы варить компот,

*(Левая рука – «ковшик», правая имитирует помешивание).*

**Фруктов нужно много вот**:

Будем яблоки крошить,

*(Загибают****пальчики начиная с большого).***

Грушу будем мы рубить,

Отожмём лимонный сок,

Слив положим на песок.

Варим, варим мы компот.

*(Опять «варят» и «помешивают»).*

Угостим честной народ.

*(Развести руки в стороны).*

**Сливы**

*(Кисти сжаты в кулак).*

Большой **пальчик сливы трясёт**.

*(Разгибаем большой палец*).

**Второй их собирает**.

*(Разгибаем указательный палец).*

Третий их домой несёт.

*(Разгибаем средний палец).*

Четвёртый высыпает.

*(Разгибаем безымянный).*

Самый маленький – *«шалун»*

Всё, всё съедает.

*(Разгибаем мизинец).*

**Фруктовая корзинка**

Как у нашей Зины

**Фрукты в корзине**

*(Дети делают ладошки «корзиночкой»).*

Яблоки и груши,

Чтоб ребята кушали,

Персики и сливы –

До чего красивы!

Посмотрите на ранет!

(*Сгибают***пальчики**, *начиная с мизинца).*

Вкуснее наших **фруктов нет!**

*(Гладят живот).*

**Фруктовая ладошка**

Этот **пальчик - апельсин,**

Он, конечно, не один.

Этот **пальчик - слива,**

Вкусная, красивая.

Этот **пальчик - абрикос,**

Высоко на ветке рос.

Этот **пальчик – груша,**

Просит: *«Ну-ка, скушай!»*

Этот **пальчик – ананас**,

*(Поочередно разгибают****пальчики из кулачка****, начиная с большого).*

**Фрукт для вас и для нас.**

*(Показывают ладошками вокруг и на себя).*

**Ягоды**

Ягоды – это крыжовник,

Клюква, черника, брусника,

Малина, клубника, шиповник,

Смородина и земляника.

*(Указательным****пальцем****одной руки пересчитывают, сгибая****, пальцы на другой руке).***

Запомнил ягоды я наконец.

Что это значит?

*(Приподнимают плечи, удивляются).*

Я – молодец!

*(Большой палец вытягивают вперед).*

*Приложение №2*

***Подвижные игры (физкультминутки).***

**«Урожай»**.

|  |  |
| --- | --- |
| В огород пойдем,Урожай соберем. | *(Маршировать на месте.)* |
| Мы морковки натаскаем | *(«Таскают». Изображать, как вытаскивают из земли морковь.)* |
| И картошки накопаем. | *(«Копают». Изображать, как копают.)* |
| Срежем мы кочан капусты, | *(«Срезают». Изображать, как срезают у земли кочан.)* |
| Круглый, сочный, очень вкусный, | *(Показывают круг руками — 3 раза.)* |
| Щавеля нарвем немножко | *(«Рвут». Изображать, как рвут щавель.)* |
| И вернемся по дорожке. | *(Маршировать на месте.)* |

*Н.В. Нищева*

**«Овощи»**

|  |  |
| --- | --- |
| Как-то вечером на грядке Репа, свекла, редька, лук Поиграть решили в прятки, Но сначала встали в круг.  | *(Дети идут по кругу, взявшись за руки, в центре круга — водящий с завязанными глазами.)* |
| Рассчитались четко тут же: Раз, два, три, четыре, пять.  | *(Останавливаются, крутят водящего.)* |
| Прячься лучше, прячься глубже, Ну а ты иди искать. | *(Разбегаются, приседают, водящий ищет.)* |

*Н.В. Нищева*

**«Сеял дедушка горох»**

|  |  |
| --- | --- |
| Сеял дедушка горох. | *(Стоят лицом в круг. Совершают ритмичные прыжки на носках, руки на поясе.)* |
| Был горох совсем неплох. | *(Попеременно топают ногами на месте.)* |
| Круглый, звонкий,Желтый, гладкий,Очень ровный, очень сладкий. | *(Ребенок – «дед», стоящий внутри круга, совершает эти же движения.**Приседают.)* |
| Вдруг упал мешок с горохом. | *(Совершая подскоки, дети разбегаются по группе.)* |
| Бедный дедушка заохал.Был горох, и на тебе – Раскатился по избе! | *На слове «избе» ребенок – «дед» начинает пятнать детей. Каждый вновь запятнанный ребенок присоединяется к цепочке «горошин», которые выстраиваются за «дедом». «Дед» должен собрать весь «горох».**В конце дети образуют круг. Стоят лицом в круг. Совершают ритмичные прыжки на носках, руки на поясе.* |

*Н.В. Нищева*

**«Корзина с овощами»**

|  |  |
| --- | --- |
| С большой корзиной иду в огородНа грядках растет разноцветный народ. | *(Дети идут по кругу, взявшись за руки)* |
| Тут красный, пузатый сеньор помидор.А там кабачок, оседлавший забор.Румяный редис принакрылся листком.Зеленый лучок дружно всходит рядком.Как солнышко желтая репка горит.И с черною редькой, смеясь, говорит.Лиловый атласный висит баклажан.Он здесь словно гость из диковинных стран.Вот рыжей лисицей крадется морковка.А тут чеснока две седые головки.И сочный, кудрявый, хрустящий салат. | *(Останавливаются лицом в круг, загибают по одному пальцу сначала на левой, потом – на правой, на каждое название овощей)* |
| Все дружно в корзине горою лежат. | *(Вновь идут по кругу, взявшись за руки)* |

*Н.В. Нищева*

**«Зайка и капуста»**

|  |  |
| --- | --- |
| Тень-тень-потетень,В огороде-то плетень.За плетнем капуста,Сладкая до хруста.Зайкам хочется капусты,В животе голодном пусто.Зайки – прыг в огород,А там сторож у ворот.Убегайте, зайки, прочь,Вы должны себе помочь.Раз, два, три,Зайчишек лови. | *(В центре группы стоит ребенок – «сторож». Он прикладывает руки к глазам, как бинокль. Дети – «зайки» прыгают по группе. «Зайки» прыжками приближаются к «сторожу», прыгают вокруг него, дразнят. На слово «лови» «сторож» кидается ловить «зайчат». Дети убегают за линию в конце группы.)* |

*Н.В. Нищева*

**«Апельсин»**

|  |  |
| --- | --- |
| Мы делили апельсин.Много нас, а он один. | *(Идут по кругу взявшись за руки.)* |
| Это долька – для ежа.Это долька – для стрижа.Это долька – для утят.Это долька – для котят.Это долька – для бобра. | *(Останавливаются лицом в круг.**Загибают по одному пальцу, начиная с большого, на каждое название животного.)* |
| А для волка – кожура. | *(Изображают пасть волка двумя руками.)* |
| Он сердит на нас – беда!!! | *(Приседают. Закрывают голову руками.)* |
| Разбегайся, кто куда! | *(Разбегаются.)* |

*Н.В. Нищева*

*Приложение №3*

**Подбор загадок на тему «Овощи и фрукты».**

Круглое, румяное,

Я расту на ветке.

Любят меня взрослые

И малые детки.

*(Яблоко)*

Бусы красные висят

Из кустов на нас глядят.

Очень любят бусы эти

Дети, птицы и медведи.

*(Малина)*

Длинноножка хвалится -

Я ли не красавица,

В сама – то косточка,

Да красненькая косточка.

*(Вишня)*

Сам алый, сахарный,

Кафтан зелёный, бархатный.

*(Арбуз)*

Он большой, как мяч футбольный,

Если спелый - все довольны.

Так приятен он на вкус!

Что это за шар?

*(Арбуз)*

Золотистый и полезный,

Витаминный, хотя, резкий.

Горький вкус имеет он

Обжигает… не лимон.

*(Лук)*

В огороде – жёлтый мяч.

Только не бежит он вскачь.

Он как полная луна,

Вкусные в нём семена.

*(Тыква)*

В зелёной палатке

Колобки спят сладко.

Много круглых крошек.

Что это?

*(Горошек)*

Круглый бок, желтый бок,

Сидит на грядке колобок.

Врос в землю крепко.

Что же это?

*(Репка)*

Красна девица сидит в темнице,

А коса на улице.

*(Морковь)*

В земле сидит дед,

Во сто шуб одет.

Кто его раздевает,

Тот слёзы проливает.

*(Лук)*

На стебле зелёный крюк,

А на нём висит сундук.

В сундуке восемь ребят

Молча рядышком сидят.

*(Горох)*

Внизу красно, вверху зелено,

В землю вросло.

*(Свекла)*

Маленький и горький, луков брат.

*(Чеснок)*

Фиолетовый кафтан

Носит **овощ …**

*(Баклажан)*

На грядочке зелёные,

А в баночке солёные.

*(Огурцы)*

Дом зеленый тесноват:

Узкий длинный, гладкий.

В доме рядышком сидят

Круглые ребятки.

Осенью пришла беда -

Треснул домик гладкий,

Поскакали кто куда

Круглые ребятки.

*(Горох)*

Сто одежек -

Все без застежек.

*(Капуста)*

Уродилась я на славу,

Голова бела, кудрява.

Кто любит щи -

Меня в них ищи.

*(Капуста)*

Она прячется от солнца

Под кустом в глубокой норке,

Бурая – не мишка,

В норке - но не мышка.

*(****Картошка)***

Запеканки, драники,

Оладьи и пюре,

Зразы и вареники,

Печёнки в кожуре,

И отличную окрошку

Можно сделать из.

*(****Картошки)***

За кудрявый хохолок

Лису из норки поволок.

На ощупь - очень гладкая,

На вкус - как сахар сладкая.

*(Морковь)*

Как на нашей грядке

Выросли **загадки**

Сочные да крупные,

Вот такие круглые.

Летом зеленеют,

К осени краснеют.

*(Помидоры)*

Это вовсе не игрушка -

Ароматная…

*(Петрушка)*

Над землей трава,

Под землей бордовая голова.

*(Свекла)*

В огороде хоть росла,

Знает ноты соль и фа.

*(Фасоль)*

Маленький и горький, луку - брат.

*(Чеснок)*

Само с кулачок, красный бочок,

Потрогаешь - гладко, откусишь - сладко.

*(Яблоко)*

*Приложение №4*

**Подборка дидактических игр на тему овощи и фрукты.**

**Найди, такой же**

На столе разложить овощи и фрукты. Воспитатель показывает на короткое время один из предметов, спрятанных в корзине, и снова убирает его, затем предлагает детям: «Найдите на столе такой же и скажите, как он называется».

**Найди, что назову**

Овощи и фрукты необходимо разложить на столе, чтобы хорошо была видна их форма, цвет, величина.

Ход игры. Воспитатель предлагает одному из детей: «Найди маленькое яблоко и покажи его всем». Или: «Найди зеленое яблоко, покажи его детям».

**Угадай овощь на ощупь**

Ход игры. Дети встают в круг. Руки должны быть за спиной,а воспитатель раскладывает в руки овощи и фрукты. Затем он показывает один любой овощь. Дети, у которых в руках такой же, бегут к воспитателю.

**Волшебный мешочек**

Ход игры. Воспитатель кладет овощи и фрукты в мешочек. Затем он предлагает ребенку найти на ощупь определенный овощ или фрукт.

**Найди, о чем расскажу**

Воспитатель называет форму овощей или фруктов, их окраску и вкус. Затем он предлагает найти этот предмет на столе и показать его ребятам.

**Ты расскажи,а я отгадаю**

Ребенок берет предмет и прячет его за спиной. Воспитатель задает вопросы: "Какой он по форме, цвету, вкусу и тд", а потом называет какой фрукт находится у ребенка в руках.