**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 384» г.Перми**

***(для детей 5-6 лет)***

**Разработали и реализовали**

**воспитатели: Горчакова И.Т.**

**Мистахова Н.З.**

**2017г.**

**Проблема:** Дети мало знают о витаминах, необходимых для здоровья человека, содержащихся в **овощах и фруктах**, их **полезных** свойствах и недостаточно употребляют в пище натуральные **овощи и фрукты**, которые необходимы им для сохранения и укрепления своего здоровья.

**Название проекта:** «Во саду и в огороде»

**Тип** **проекта**: познавательно – исследовательский, творческий.

**Сроки реализации:** 1 неделя.

**Участники проекта**: воспитатели: Горчакова И.Т., Мистахова Н.З.., дети старшей группы и родители.

**Цель проекта**: формирование представлений у детей о правильном здоровом питании и о пользе овощей и фруктов.

**Задачи:**

* Формировать у детей познавательный интерес к саду и огороду.
* Расширить представления детей об **овощах и фруктах**: названиях, форме, цвете, вкусе, запахе, твердости (мягкости), место их произрастания.
* Познакомить детей понятиями витамин А, В, С, раскрыть их значение для здоровья человека.
* Расширить знания о процессе приготовления супов, салатов из **овощей и фруктов** научить детей готовить простейшие салаты, сервировать стол.
* Формировать КГН и культуру питания детей, желание бережно относиться к своему здоровью.
* Вовлечь родителей в реализацию проекта.

**Предполагаемый результат:**

**-** дети осознают необходимость употребления в пищу **овощей**, **фруктов** для укрепления своего здоровья;

- у детей сформированы представления о пользе овощей и фруктов и витаминах находящихся в них»

- активная включаемость родителей и взаимодействие их с ДОУ по организации правильного питания и здорового образа жизни.

-

***Этапы реализации проекта****:*

**1 этап: Организационно - мотивационный. Введение в проблему.**

### «Что мы знаем об овощах и фруктах?»

### *Почему в саду растут фрукты? Почему на грядках растут овощи?*

### Беседа «Овощи и фрукты»

### Вопросы для беседы:

### Что можно приготовить из овощей и фруктов

### Какие витамины содержатся в продуктах?

### Можно ли есть только одни овощи или одни фрукты?

### II этап. Основной. Моделирование и решение проблемных ситуаций

***Проблемная ситуация №1:***

1. ***«Для чего нужен огород или сад?»***
2. ***«Что растет в огороде, в саду?»***

### *Чтение рассказов и стихов об овощах и фруктах:*

Рассказ Даниил Хармс «Очень вкусный пирог», сказка Д. Родари «Приключения Чиполино», р. н. сказки «Мужик и медведь», Н. Носов «Огурцы», «Про репку», «Огородники», В Катаев «Дудочка и кувшинчик», Л. Толстой «Старик и яблони», «Косточка», белорусская народная сказка «Пых», С. Михалков «Спор **овощей**», «Волшебный огород», «Про девочку Юлю, которая плохо кушала», В Сутеев «Мешок яблок», рассказ «**Фрукты- овощи**» («Учимся правильно питаться» Ю. П. Климович, Я. Тайц «По ягоды», Я. Аким «Яблонька», В. Коркин «Что растет на нашей грядке?»; Т. Бокова «Праздник урожая», И. Финк «**Овощи и фрукты**», Ю. Коринец «Последнее яблоко», Е. Трутнева «Урожай».

**Цель:** развитие речи, внимания и интереса к художественной литературе.

**Музыкальная деятельность:** «Витаминные частушки», разучивание песни А. Филиппенко «Урожайная», «Антошка».

***Пальчиковые игры*:** «Апельсин», «В сад за сливами».

***1. «Апельсин»***

Мы делили апельсин; *На каждое слово сжимают пальцы рук в пучок.*

Много нас, а он один. *Згибание пальчиков, начиная с большего.*

Эта долька – для ежа,

Эта долька – для стрижа, *Бросательное движение правой руки.*

Эта долька – для утят,

Эта долька – для котят,

Эта долька – для бобра,

А для волка – кожура. *Сжимают кулаки и прижимают из к груди.*

Он сердит на нас беда!

Разбегайтесь кто куда! *Бегут пальцы по столу.*

***2. «В сад за сливами»***

*Загибаем поочерёдно пальцы*

Толстый палец и большой в сад за сливами пошел,

Указательный с порога указал ему дорогу.

Средний палец — самый меткий, он сбивает сливы с ветки.

Безымянный — собирает, а мизинчик-господинчик

В землю косточки бросает.

***Физминутки.*** «Овощи», «На огороде»

***1. «Овощи»***

Раз, два, три, четыре,    *(Ходьба на месте)*

Дети овощи учили*:        (Прыжки на месте)*

Лук, редиска, кабачок,   *(Наклоны вправо-влево)*

Хрен, морковка, чесночок  *(Хлопки в ладоши)*

***2.«На огороде»***

Мы стоим на огороде,

Удивляемся природе. *потягивания—руки в стороны*

Вот салат, а здесь укроп. *правой рукой коснуться левой ступни,*

Там морковь у нас растёт. *потом наоборот*

Поработаем с тобой,

Сорнякам объявим бой —

С корнем будем выдирать

Да пониже приседать. *приседания*

У забора всем на диво

Пышно разрослась крапива. *потягивания — руки в стороны*

Мы её не будем трогать —

Обожглись уже немного. *потягивания — руки вперёд*

Все полили мы из лейки

И садимся на скамейки. *дети садятся*

***Настольно-печатные игры****:*

«Аскорбинка и ее друзья», «Вершки и корешки», «Загадки с грядки» (силуэтное изображение **овощей и фруктов**, «Что, где растет?», «Четвертый лишний», «**Полезные продукты**», «Веселые поварята» (варим борщ и компот, лото «Парочки» (**Овощи и фрукты**, «Что изменилось?», «Чудесный мешочек» (угадывание **овощей и фруктов на ощупь**, «Найди по описанию», **Фруктовое домино,** «Что сначала, что потом?» (от семян к урожаю.

### *Проблемная ситуация 2:*

### *«Какие условия необходимы овощам и фруктам?*

### Беседа: «Что такое здоровое питание?», «Здоровый образ жизни» , «Что нужно овощам и фруктам для роста?»

### Рассматривание иллюстраций, тематические альбомы.

**Художественно – продуктивная деятельность:**

**Аппликация + рисование (коллективная)** «Витамины в овощах и фруктах».

**Раскрашивание** фруктов и овощей в раскрасках.

### Пластилинография «**Фрукты**».

### Совместная речевая деятельность:

Разучивание стихотворений: Ю. Тувим «**Овощи**», У. Рашид «Наш сад», Г. Давыдова «**Фрукты**».

**Разучивание пословиц, скороговорок, считалок.**

***Пословицы:***

Без капусты щи не густы.

Кто ест лук, тот избавлен от мук.

Когда косят, землянику приносят.

Первую ягодку в рот кладут, а вторую в дом несут.

Первую ягодку в рот кладут, а вторую в дом несут.

***Скороговорки:***

Над крышею груша. На груше Андрюша.

К полудню Поля полполя прополола.

Поля пошла полоть петрушку в поле.

На Боря на базаре был, там арбуз большой купил.

***Считалки:***

Катилось яблоко по блюду,  
Я водить не буду.

Катилась апельсинка  
По имени Мальвинка,  
Уроки не учила и   
Двойку получила.  
А потом пошла гулять,  
Получила цифру пять!

Чищу овощи для щей.  
Сколько нужно овощей?  
Три картошки, две морковки,  
Луку полторы головки,  
Да петрушки корешок,  
Да капустный кочешок.  
Потеснись-ка ты, капуста,  
От тебя в кастрюле густо!  
Раз-два-три, огонь зажжен.  
Кочерыжка, выйди вон!

***Загадывание загадок:***

**Цель:**Развитие образного и ассоциативного мышления, воображения, памяти и обогащении словаря детей.

В атласных синих платьицах

В траву под кроной скатятся.

Пойдут на джем и на компот

Или — помыть и сразу в рот.

(Сливы)

Пригрев на солнышке бока,

Висит на дереве пока,

Душистым соком налилось,

И видно семечки насквозь.

(Яблоко)

Как в шкатулке у царевны

Горсть рубинов красных древних.

Сладкий сок в рубинах спелых.

Ты не раз, наверно, ел их.

(Гранат)

Вот румяный толстячок,

Бархатистый сюртучок,

В пузе косточка резная.

Как зовут его? Я знаю!

(Персик)

Кисти ягод над дорожкой

Прячут листики-ладошки.

На лозе повисли кисти

И от нас укрылись в листьях.

(Виноград)

Ты на лампочку похожа

И на Ваньку-встаньку тоже.

У тебя румяный бок,

А откусишь — брызнет сок.

(Груша)

В форме капли, цвета сливы,

Овощ вкусный и красивый.

(Баклажан)

Полюбуйся: что за сказка!

В грядку спряталась указка.

Ярко-рыжая плутовка!

А зовут ее... (морковка).

Это овощ, а не куст.

В слове этом сочный хруст.

Если очень любишь щи,

Этот овощ в них ищи.

(Капуста)

Вся украшена цветами,

На нее взгляните сами.

Эти белые соцветья

В сухарях обжарим детям.

(Цветная капуста)

Он похож на светофор:

Красный, желтый иль зеленый.

Всем известен с давних пор

Фаршированный, соленый.

Ты в салат его клади

И в приправы добавляй.

Ты без дела не сиди,

Овощ этот называй.

(Перец)

Под листком лежит на грядке.

Он пупырчатый, не гладкий.

И зеленый, наконец.

А зовется... (огурец).

 В огороде нашем

Овоща нет краше.

Как сочна, красна, кругла,

Носом в грядку как вросла!

Так и просится к нам в миску.

Как зовут ее?

(Редиска)

Составление рассказа ”Вкусные истории” (истории как готовятся салаты, чаи, соки)- по алгоритмам

**Решение проблемных ситуации:**«Правила питания и культура поведения за столом».

***Подвижные игры:*** «Огуречик, огуречик», «**Овощи**», «Огородник»

«Баба сеяла горох», «Царь Горох», «Яблонька», «**Овощи и фрукты**», «Вершки и корешки».

***Хороводные игры:*** «Урожай», «Яблоня», «По малину в сад пойдем».

***Малоподвижная игра:*** «Съедобное-несъедобное».

***Сюжетно-ролевые игры:*** «Магазин», «Семья», «День рождения», «Кафе», «Поликлиника», «**Овощная база**».

### III этап. *Заключительный.*

Квест-игра: «Овощи, фрукты, ягоды – самые витаминные продукты».

Коллективная работа «Витамины в овощах и фруктах».

***Работа с родителями.***

Консультации для родителей на тему “Здоровое питание - здоровый ребенок»,

«Как витаминизировать питание ребенка»,

«Как приучить ребенка есть **овощи и фрукты**».

Конкурс творческих работ детей и родителей по теме: «**Овощные и фруктовые фантазии**».

Помощь родителей в распечатке раскрасок для занятий по теме: «**Овощи и фрукты**».

Родители привлекают своих детей дома к совместному приготовлению блюд из **фруктов и овощей**.

Участие родителей и детей в выставке «Осенние фантазии»

### *Список использованной литературы:*

1. Н. С. Голицына «Конспекты комплексно-тематических занятий» Старшая группа- М: издательство «Скрипторий 2003», 2016 г.

2. С. Н. Николаева «Методика экологического воспитания в детском саду»- М: «Просвещение», 1999 г.

3. О. Ф. Горбатенко «Система экологического воспитания в ДОУ- Волгоград: «Учитель», 2008 г.

4. О. А. Соломенникова «Ознакомление с природой»

5. А. А. Вахрущев, Е. Е. Кочемасова, Ю. А. Акимова, И. К. Белова. Здравствуй мир! Для воспитателей учителей и родителей Москва «Баласс» 2001г.

6. И. А. Лыкова «Изобразительная деятельность в детском саду» Старшая группа- М: «Карапуз-Дидактика», 2007 г.

7. А. Н. Малышева, Н. В. Ермолаева «Аппликация в детском саду»- Ярославль, «Академия развития», 2000 г.

8. Г. Н. Давыдова «Пластилинография»- М: издательство «Скрипторий 2003», 2008 г.

9. В. И Ковалько «Азбука физкультминуток для дошкольников» Москва. Вако. 2011г.

10. О. С Ушакова Занятия по развитию речи для детей 5-7 лет Творческий центр Москва 2010.

Интернет ресурсы:

http://nsportal.ru/detskiy-sad/

http://zagadka.yaxy.ru/zagadki\_pro\_ovoshi.html.

http://nsportal.ru/detskiy-sad/okruzhayushchiy-mir/

http://www.maam.ru/