Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по социально личностному развитию детей «Детский сад №45 «Снегурочка»

**Проект**

**«Весёлый огород»**

Воспитатель: Н.О, Мозжухина

2023 год

***Паспорт проекта***

***Вид проекта:*** *среднесрочный.*

***Тип проекта****: познавательный.*

***Срок реализации проекта****: февраль- март .*

***Возраст детей:*** *3-4 года.*

***Участники проекта:*** *воспитанники, воспитатели, родители.*

***Продукт проекта:*** *лэпбук «Овощи».*

**Актуальность проекта:**

О здоровом питании написано не мало научных трудов, и все они сводятся к одному – рацион питания человека должен иметь в составе достаточное количество витаминов и микроэлементов.

Овощи – не только полезный, но и вкусный продукт, который должен обязательно быть в составе рациона питания ребенка – дошкольника. Однако, как показывает практика, овощи не так привлекают детей, как вредные сладости.

В основе настоящего проекта лежит идея привлечения внимания дошкольников к пользе овощей, расширение представления об их разнообразии и создание мотивации употребления их в пищу.

**Проблема:** дети не едят овощи.

**Цель:** создание условий для формирования основ здорового питания детей дошкольного возраста посредством расширения представлений об овощах.

**Задачи:**

**Образовательные:**

* Познакомить детей с многообразием овощей, их пользой для здоровья.
* Дать представление об отличии овощей от фруктов.
* Дать представление о здоровом питании.

**Развивающие:**

* Развивать память, воображение.
* Способствовать развитию творческих способностей.

**Воспитательные:**

* Воспитывать желание правильно питаться.

**Предполагаемый результат:**

* Дети познакомятся с многообразием овощей.
* У детей сформируется представление о здоровом питании.
* Дети станут чаще употреблять в пищу овощи.

**План реализации проекта:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этапы** | **Названия мероприятия** | **Сроки** |
| 1. **Подготовительный** | Изучение познавательной литературы и опыта коллег по теме проекта, работа с интернет – источниками.Планирование работы с детьми и родителями.Подбор материала для работы с детьми. | 1 неделя |
| 2. **Основной** | **Работа с воспитанниками**ОД «Овощи».Беседа «Зачем нужно есть овощи».Рассматривание иллюстраций с изображением овощей.Загадки про овощи. | 2 неделя |
| Про помидор и огурец.Рассматривание помидора и огурца, сравнение овощей.Аппликация «Засолим помидоры и огурцы в банки»Д/и «Большой и маленький» | 3 неделя |
| Про морковку.Рассматривание морковки.Дегустация морковки.Аппликация «Морковка для зайчика»Д/упражнение «Один - много» | 4 неделя |
| Про картошку. Рассматривание картофеля.Лепка «Картошка в мешке»Д/игра «Режем овощи в салат» | 5 неделя |
| Про капусту.Рассматривание капусты.Дегустация салата из капусты.Пальчиковая гимнастика «Засолка капусты» | 6 неделя |
| Про свеклу.Рассматривание свеклы.Познавательно – исследовательская деятельность: рисование свекольным соком.Рисование «Свекла и картошка» | 7 неделя |
| Про кабачок.Рассматривание кабачка.Показ настольного театра «Козел Мефодий»Пальчиковое рисование «Огород козла Мефодия» | 8 неделя |
| Про лук.Рассматривание луковицы.ОД «Посадка лука».Игра «Огородники». | неделя |
| **Работа с родителями:** |  |
| Опрос «Ест ли ваш ребенок овощи?». | 1 неделя |
| Оформление выставки поделок из овощей «Парад веселых овощей». | 2 неделя |
| Консультация «Как приучить ребенка есть овощи». | 4 неделя |
| Рекомендации по изучению темы «Овощи». | 6 неделя |
| Челлендж «Овощные фантазии». | 8 неделя |
| 3. **Заключительный** | Создание фотовыставки «Мы любим овощи!».Оформление лэпбука «Овощи» (продукт).Подведение итогов деятельности.Анализ результативности проекта. | 8 неделя |

**Список информационных ресурсов**

Методическая литература:

1. Тимофеева Л. Познавательное развитие. Ознакомление с окружающим миром. Конспекты различных форм работы. 3-4 года / Л. Тимофеева. – М.: Русское слово, 2022.
2. Шорыгина Т.А. «Овощи. Какие они?» / Т.А. Шорыгина. – М.: ТЦ «Сфера», 2019.

Электронные ресурсы:

1. <https://vk.com/pomoshmolodomuvospitately?w=wall-152236161_3327>

*Приложение*

**Загадки про овощи**

\*\*\*
Под землей живут семейки,
Поливаем их из лейки.
И Полину, и Антошку
Позовем копать…
— картошку —

\*\*\*

И зелен, и густ на грядке вырос куст.
Покопай немножко: под кустом …
— картошка —

\*\*\*
Она прячется от солнца
Под кустом в глубокой норке,
Бурая – не мишка,
В норке – но не мышка.
— картошка —

\*\*\*
Неказиста, шишковатая,
А придет на стол она,
Скажут весело ребята:
«Ну, рассыпчатая, вкусна!»
— картошка —

\*\*\*
Растет она – в земле,
Известна – в целом мире.
Частенько на столе
Красуется в мундире.
— картошка —

\*\*\*
Листья собраны в кочан
В огороде у сельчан.
Без нее во щах не густо.
Как зовут ее?
— Капуста —

\*\*\*
Как надела сто рубах,

Захрустела на зубах.
— капуста —

\*\*\*
Говорит коза, что козы
Очень любят нюхать розы.
Только почему-то с хрустом
Нюхает она…
— капусту —

\*\*\*
Одёжек много,
А все равно мёрзнет.
— капуста —

\*\*\*
Не шит, не кроен,
А весь в рубцах;
Без счету одежек,
А все без застежек.
— капуста —

\*\*\*
Зеленая толстуха
Надела уйму юбок,
Стоит теперь на грядке
Как балерина в пачке.
— капуста —

\*\*\*
Сто одежек —
Все без застежек.
— капуста —

\*\*\*
Красна девица
Сидит в темнице,
А коса на улице.
— морковь —

\*\*\*
За кудрявый хохолок
Лису из норки поволок.
На ощупь – очень гладкая,
На вкус – как сахар сладкая.
— морковь —

\*\*\*
Шел долговяз, во сырой земле увяз.
— морковь —

\*\*\*
Огородная краля
В оранжевом платье
Притаилась в погребке,
Лишь коса на бугорке
— морковь —

\*\*\*
Красная девица
Росла в темнице,
Люди в руки брали,
Косы обрывали.
— морковь —

\*\*\*
Под землею подрастала,
Круглой и бордовой стала.
Под дождем на грядке мокла
И попала в борщ к нам…
— свекла —

\*\*\*
Вверху зелено, внизу красно,
В землю вросло.
— свекла —

\*\*\*
Над землей трава,
Под землей бордовая голова.
— свекла —

\*\*\*
Алый сапог в земле горит.
— свекла —

\*\*\*
В саду зеленом в землю вросло,
Сверху толсто, снизу остро,
Собой красно.
— свекла —

\*\*\*
Ох, наплачемся мы с ним,
Коль почистить захотим.
Но зато от ста недуг
Нас излечит горький…
— лук —

\*\*\*
Заставит плакать всех вокруг,
Хоть он и не драчун, а …
— лук —

\*\*\*
Пришла Таня в желтом сарафане:
Стали Таню раздевать,
Давай плакать и рыдать.
— луковица —

\*\*\*
Сидит дед во сто шуб одет,
Кто его раздевает,
Тот слезы проливает.
— лук —

\*\*\*
Заставит плакать всех вокруг,
Хоть он и не драчун, а просто …
— лук —

\*\*\*
Он никогда и никого
Не обижал на свете.
Чего же плачут от него
И взрослые и дети?
— лук —

\*\*\*
Он на грядке вырастает,
Никого не обижает.
Ну, а плачут все вокруг,
Потому что чистят…
— лук —

\*\*\*
Я вырос на грядке,
Характер мой гадкий:
Куда ни приду,
Всех до слез доведу.
— лук —

\*\*\*
Скинули с Егорушки
Золотые перышки,
Заставил Егорушка
Плакать и без горюшка.
— лук —

\*\*\*
Золотистый и полезный,
Витаминный, хотя резкий,
Горький вкус имеет он.
Когда чистишь – слезы льешь.
— лук —

\*\*\*
Голова, а сверху ус.
Нет, не сладок он на вкус.
Прибежали со всех ног
Мы к обеду рвать…
— чеснок —

\*\*\*
Маленький и горький, луку брат.
— чеснок —

\*\*\*
Вырастает он в земле,
Убирается к зиме.
Головой на лук похож.
Если только пожуешь
Даже маленькую дольку —
Будет пахнуть очень долго.
— чеснок —

\*\*\*
Хоть чернил он не видал,
Фиолетовым вдруг стал,
И лоснится от похвал
Очень важный…
— баклажан —

\*\*\*
Сразу этот овощ по цвету узнают,
Синим господином все его зовут.
С кожурой блестящей и продолговат,
Угостить он взрослых и детишек рад.
— баклажан —

\*\*\*
Он бывает, дети, разный –
Желтый, травяной и красный.
То он жгучий, то он сладкий,
Надо знать его повадки.
А на кухне – глава специй!
Угадали? Это…
— перец —

\*\*\*
Яркие фонарики на кустах висят,
Словно здесь проходит праздничный парад.
Зеленые, красные, желтые плоды,
Кто они такие, узнаешь их ты?
— перцы —

\*\*\*
Круглый бок, желтый бок,
Сидит в грядке колобок.
Врос в землю крепко.
Что же это?
— репка —

\*\*\*
Кругла, а не месяц,
Желта, а не масло,
Сладка, а не сахар,
С хвостом, а не мышь.
— репка —

\*\*\*
Кругла да гладка,
Откусишь-сладка.
Засела крепко
На грядке …
— репка —

\*\*\*
Ее тянут бабка с внучкой,
Кошка, дед и мышка с Жучкой.
— репка —

\*\*\*
Желтый мячик в землю врос,
Сверху лишь зеленый хвост.
Держится за грядку крепко
Круглый овощ. Это…
— репка —

\*\*\*
Щеки розовые, нос белый,
В темноте сижу день целый.
А рубашка зелена,
Вся на солнышке она.
— редиска —

\*\*\*
То она «сосулька»,
То румянцем пышет,
Но вкусна в салате
Горькая…
— редиска —

\*\*\*
Долгая Мавра жестка и корява,
На всех зла, а всем мила.
— редька —

\*\*\*
Щеки красные, нос белый.
В темноте сижу день целый.
А рубашка зелена,
Вся на солнышке она.
— редиска —

\*\*\*
Красная мышка
С белым хвостом
В норке сидит
Под зеленым листом.
— редиска —

\*\*\*
Он в теплице летом жил,
С жарким солнышком дружил.
С ним веселье и задор.
Это — красный…
— помидор —

\*\*\*
Как на нашей грядке
Выросли загадки
Сочные да крупные,
Вот такие круглые.
Летом зеленеют,
К осени краснеют.
— помидоры —

\*\*\*
На кустах тепличных красные плоды,
Толстые, пузатые, узнаешь их ты?
Как большие ягоды на веточках висят
С нетерпеньем просятся в овощной салат.
— помидор —

\*\*\*
Летом, не боясь жары,
Зрели красные шары.
Вызрели как на подбор.
Что за овощ?
— Помидор —

\*\*\*
Растут на грядке
Зеленые ветки,
А на них
Красные детки.
— помидоры —

\*\*\*
У красавца-толстяка
Ярко-красные бока.
В шляпе с хвостиком синьор —
Круглый спелый…
— помидор —

\*\*\*
В огороде вырастаю.
А когда я созреваю,
Варят из меня томат,
В щи кладут
И так едят.
— помидоры —

\*\*\*
Наши поросятки выросли на грядке,
К солнышку бочком, хвостики крючком.
Эти поросятки играют с нами в прятки.
— огурцы —

\*\*\*
Летом – в огороде,
Свежие, зеленые,
А зимою – в бочке,
Крепкие, соленые.
— огурцы —

\*\*\*
Лезут по веревочке
Братья с грядки-горочки.
Эти братья — близнецы,
А зовут их…
— огурцы —

\*\*\*
Телятки гладки, привязаны к грядке.
— огурцы —

\*\*\*
Развалились в беспорядке
На своей перине-грядке
Сто зеленых медвежат,
С сосками во рту лежат,
Беспрерывно сок сосут
И растут.
— огурцы —

\*\*\*
Без окон без дверей
Полна горница людей.
— огурец —

\*\*\*
Как на грядке под листок
Закатился чурбачок —
Зеленец удаленький,
Вкусный овощ маленький.
— огурец —

\*\*\*
В этих желтых пирамидках
Сотни зерен аппетитных.
— кукуруза —

\*\*\*
Голова на ножке, в голове горошки.
— горох —

\*\*\*
Раскололся тесный домик
На две половинки.
И посыпались оттуда
Бусинки-дробинки.
— горох —

\*\*\*
Дом зеленый тесноват:
Узкий длинный, гладкий.
В доме рядышком сидят
Круглые ребятки.
Осенью пришла беда —
Треснул домик гладкий,
Поскакали кто куда
Круглые ребятки.
— горох —

\*\*\*
У царя Гороха дочки
Спят в кроваточке - стручочке
Кругленьки хорошеньки,
Всех зовут…
— горошинки —

\*\*\*
На жарком солнышке подсох
И рвется из стручков …
— горох —

\*\*\*
Дом зеленый тесноват:
Узкий длинный, гладкий.
В доме рядышком сидят
Круглые ребятки.
Осенью пришла беда —
Треснул домик гладкий,
Поскакали кто куда
Круглые ребятки.
— горох —

\*\*\*
В огороде хоть росла,
Знает ноты “соль” и “фа”.
— фасоль —

\*\*\*
Первое – нота, второе – то же,
А целое – на боб похоже.
— фасоль —

\*\*\*
Это вовсе не игрушка —
Ароматная…
— петрушка —

\*\*\*
Широкие листочки выросли на грядке
Как их называют, знаете, ребятки?
Летние салаты с ними – объеденье,
Поскорей отведайте это угощенье.
— салат —

\*\*\*
Желтым зонтиком расцвел
Друг всех овощей…
— укроп —

\*\*\*
Над ним не кружит пчёлка,
Она с ним не дружна.
Пахучая метёлка
Солениям нужна.
— укроп —

\*\*\*
Кустик с запахом приятным,
Душистым, пряным, ароматным.
Он форму зонтика имеет,
Когда в нем семена созреют.
— укроп —,

\*\*\*
Этот овощ тыкве брат —
Тоже с виду толстоват.
Лег под листик на бочок
Между грядок…
— кабачок —

\*\*\*
Что это за рысачок
Завалился на бочок?
Сам упитанный, салатный.
Верно, детки…
— кабачок —

\*\*\*
Очень длинным вырастает
И пол грядки занимает.
Этот овощ тыквы брат,
Летом все его едят.
— кабачок —

\*\*\*
На арбуз похожая —
Тоже толстокожая.
К платью желтому привыкла,
Греется на солнце…
— тыква —

\*\*\*
В огороде – желтый мяч,
Только не бежит он вскачь,
Он как полная луна,
Вкусные в нем семена.
— тыква —

\*\*\*
Всех овощей она царица,
Своей величиной гордится.
На дыню издали похожа,
На рыжий мяч большущий тоже.
— тыква —

\*\*\*
Только фея может этот
Овощ превратить в карету.
— тыква —

\*\*\*
Золотая голова велика, тяжела;
Золотая голова отдохнуть прилегла;
Голова велика, только шея вот тонка.
— тыква —



### **Игры и упражнения для детей по теме «Овощи»**

### **Дидактическая игра «Посади огород»**

В огороде много гряд.
Тут морковка и салат.
Огурцы тут и горох.
А картофель разве плох?
Наш зеленый огород
Нас прокормит круглый год.

- Скатайте из соленого теста толстую колбаску — это будет грядка. В тесто втыкайте морковки — получится у нас грядка с морковкой.

### **Пальчиковая игра «Овощи»**

У девочки Ариночки
Овощи в корзиночке.
(Сложить ладони «корзиночкой»)

Вот пузатый кабачок
Положила на бочок,
Перец и морковку
Уложила ловко.
Помидор и огурец.
(Сгибать пальчики, начиная с большого)

Вот Арина — молодец.
(Показать большой палец)

### **Дидактическое упражнение «Один-много»**

На магнитную доску воспитатель выкладывает картинку с изображением овоща, остальные картинки раздает детям по одной.

- У меня один овощ. А сколько у вас? У Ани одна морковка. У Дениса один огурец. Выложите свои овощи рядом с моим на доске. Сколько стало овощей? Много.

**Игра «Огородники»**

Мы лопатки взяли

(движения, изображающие носку лопаты на плече)

Грядки раскопали.

Раз-два, раз-два -

Вот как раскопали

(движения в соответствии с текстом)

Грабли в руки взяли

Грядки причесали.

Раз-два, раз-два -

Вот как причесали.

Семена рядами

В землю мы сажали.

Раз-два, раз-два -

Вот как мы сажали

(движения в соответствии с текстом)

Мы водой прохладной

Грядки поливали.

Раз-два, раз-два -

Вот как поливали

(изображать полив грядок из лейки)

Урожай богатый

Дружно собирали.

Раз-два, раз-два -

Вот как собирали

(наклоны)

Танцы и песни

Сами затевали

Раз-два, раз-два -

Вот как затевали.

(хлопки в ладоши)

**Пальчиковая гимнастика «Засолка капусты»**

Мы капусту рубим, рубим.

Движения прямыми ладонями

Мы морковку трем, трем,

Потереть ладони друг о друга

Мы капусту солим, солим.

Сложить пальцы в щепотку.

Мы капусту жмем, жмем.

Сжимать и разжимать кулачки.

**Показ настольного театра «Козел Мефодий»**

- Кто там бродит в огороде?

- Это я, козел Мефодий.

- По каким таким делам?

- Помогаю сторожам.

Я капусту охраняю,

Каждый лист оберегаю...

- Почему ж капусту вдруг,

А не редьку

И не лук?

Как же так, скажи, Мефодий?!

Ты забыл о них, выходит!

- Ничего я не забыл,

Но на все не хватит сил.

Лук стеречь я не умею,

А от редьки я худею.

А капуста - хороша,

И нужны ей сторожа,

Потому что самый вкусный,

Очень вкусный -

Лист капустный!

**Д/и «Большой и маленький»**

Огурец – огурчик.

Картошка — картошечка.

Капуста – капустка.

Помидор — помидорчик.

Лук — лучок.

Чеснок – чесночек.

Морковь – морковочка.

Свекла — свеколка.