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 —

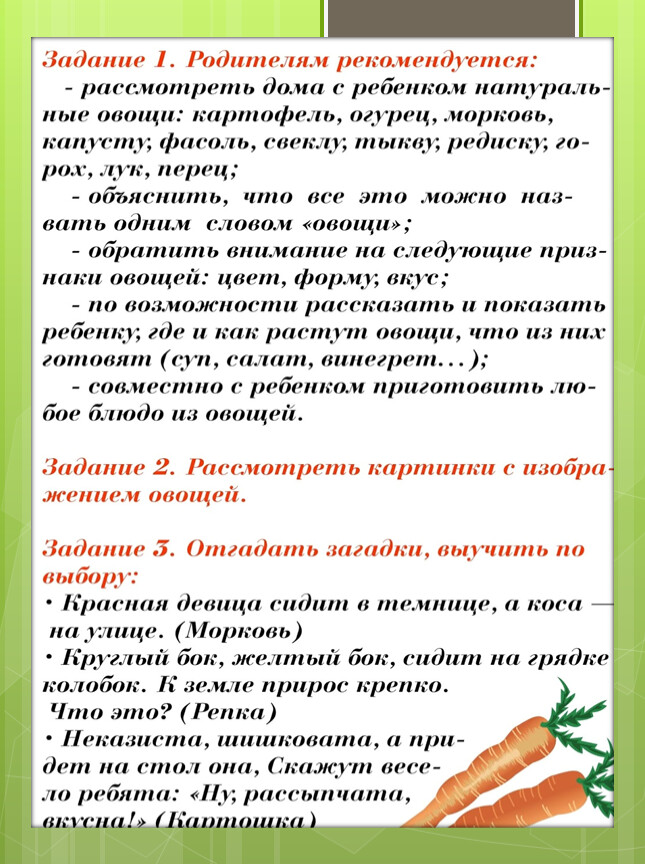
\*\*\*  
На арбуз похожая —  
Тоже толстокожая.  
К платью желтому привыкла,  
Греется на солнце…  
— тыква —

\*\*\*  
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.