

# ***ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ - ОВОЩИ И ФРУКТЫ***



Познавательно-творческий проект

Выполнили: воспитатели гр. «Рябинка»

# Проблема

- отказ от некоторых видов блюд (овощные запеканки, овощное рагу);
- во время обеда дети откладывают на край тарелки вареные овощи (лук, морковь)
- недостаточное знание детей о здоровой и вредной пищи.

***Тип проекта:*** познавательно – творческий

***Длительность проекта:*** краткосрочный  
(3 недели)

***Вид проекта:*** групповой

***Участники проекта:*** дети старшей группы,  
воспитатели гр. «Рябинка»

# *Цель проекта*

формирование мотивации у детей к здоровому образу жизни через ознакомление детей с разнообразием сортов фруктов и овощей, их значением для организма; приобщение к правильному питанию



# Задачи проекта

## Для детей:

- познакомить детей с разнообразием овощей и фруктов, их полезными свойствами, формировать представления детей о правильном и здоровом питании, полезных продуктах, стремиться к здоровому образу жизни в целом

- познакомить с понятием «витамины», их ролью в жизни человека

- формировать познавательный интерес к окружающему миру, родной природе, обогащать и активизировать словарный запас детей

- воспитывать стремление к здоровому образу жизни

- развивать умение детей изображать овощи и фрукты в рисовании, лепке, аппликации, используя различные способы и средства изображения

## *Формы реализации проекта:*

- **Коммуникативная деятельность**
- **познавательно-исследовательская деятельность**
- **чтение художественной литературы**
- **игровая деятельность**
- **продуктивная деятельность**
- **театрализованная деятельность**

## ***Предполагаемые результаты :***

- дети знают и называют овощи по внешнему виду, цвету, форме, узнают по запаху и вкусу
- дети понимают, что овощи растут на огороде, на грядке, а фрукты в саду на дереве
- у детей сформированы представления
- о пользе витаминов
- развитие познавательно-исследовательских и творческих способностей детей
- повышение речевой активности, активизация словаря по теме «Овощи и фрукты»
- проявить желание у детей есть овощи в любом виде (сырые, жаренные, варённые)

## ***Этапы работы над проектом:***

### **1 этап – подготовительный**

Постановка цели, задач.

Подбор художественной литературы. Подбор пособий, дидактических игр для работы с детьми.

Выбор основных мероприятий.

### **2 этап - основной**

Реализация плановых мероприятий.

### **3 этап – заключительный**

Подведение итогов.

Презентация проекта



## план мероприятий:

### Познавательно- исследовательская деятельность:

Познавательное занятие «Витамины растут на грядке, витамины растут на ветке»

Игровое занятие «Овощи на грядке»

Дидактические игры:

Д/И «Овощи и фрукты»

Д/И «Узнай на вкус и запах»

Д/игра «Чудесный мешочек» (угадай овощи и фрукты на ощупь)

Д/игра «Лото- овощи», «Лото- фрукты»

Д/ игра «Весёлый поварёнок» , «Готовим борщ», «Свари компот»

Д/игра «Вершки и корешки»

Д/игра «Собери урожай»

Во время приёма пищи дети угадывают «Какие овощи спрятались в запеканке, в супе?», «Из чего сварили компот?»

Определение овощей по цвету, форме, величине, вкусу, запаху.

Появление корней у лука (рассмотреть их).

Проращивание лука (появление зеленых перьев, показать схему проращивания).

## **Коммуникативная деятельность:**

Беседа «Овощи и фрукты – полезные продукты!»

Беседа: «Лук и чеснок на нашем столе»

«Что растёт на грядке?», «Где растут фрукты?» – иллюстрации

Словесные игры:

«Какие овощи растут на грядках»

«Что можно приготовить из фруктов»

Составление рассказов об овощах и фруктах по рисункам.

## **Чтение художественной литературы:**

Заучивание стихотворений наизусть «Апельсин».

Отгадывание загадок об овощах и фруктах. Чтение сказок «Вершки-корешки»

«Репка», «Пых»

Чтение И. Токмакова «Яблонька», Ю. Тувим «Овощи»

## **Продуктивная деятельность**

Раскрашивание раскрасок, рисование акварелью, сухой кистью «Ваза с фруктами», «Что растёт на грядке?»

Лепка «Овощи для салата»

Коллективная аппликация «Корзина здоровья»,  
«Собираем урожай»

## **Игровая деятельность:**

П/И «Сбор урожая», «Добрось до корзины

П/И « Кто быстрее соберёт?»

Хороводная игра «Есть у нас огород», «Кабачок» Игра

малой подвижности «Огород у нас в порядке»

Сюжетно-ролевая игра "Овощной магазин»

## **Развлечения:**

Показ кукольного театра сказки «Репка».

# Д/И «Овощи», «Скажи ласково»



# Проращивание лука (появление зеленых перьев)



# Д/и «Угадай по запаху и вкусу»



# Аппликация «Фрукты в вазе»



# Д/и «Разложи по корзинам овощи и фрукты», «Соберём урожай»





# Рисование «Наш урожай!»



# Лепка «Что растёт на грядке»



# Настольные игры (лото, пазлы)



# Дид./игра « Узнай по цвету»



# С/р ига «Магазин»



# С/р игра «Кафе»



# Хороводная игра «Есть у нас огород»



# Сказка «Репка»





# Выставка



## Выводы:

Проект «Полезные продукты- овощи и фрукты» был направлен на формирование мотивации у детей к здоровому образу жизни через ознакомление детей с разнообразием сортов фруктов и овощей, их значением для организма, приобщение к правильному питанию. В результате проведенной работы дошкольники понимают и знают: что овощи и фрукты играют в жизни человека важную роль.

Овощи и фрукты – это источник многих полезных витаминов, которые нужны организму.

В результате проведенной работы можно сделать вывод, что благодаря проведенным занятиям, беседам, игровой деятельности произошло закрепление и улучшение знаний детей по данной теме.