

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 35»

ПРОЕКТ «ЕЕ ВЕЛИЧЕСТВО – КАША!»

в средней группе
в рамках проекта
«МЫ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Дата проведения: 25.10.-12.11.2021 г.

Воспитатели: Туманова Н.Н.
Шубина С.П.

Г. Петропавловск-Камчатский
2021 год

Познавательный проект «Ее величество – каша!»
средняя группа с 25.10 – 12.11. 2021.

*У меня горшочек каши
Каша очень непростой,
Если съешь ее ты ложкой,
Сразу вырастешь большой*

Вид проекта: Познавательно – творческий

Продолжительность: Краткосрочный (2 недели)

Срок реализации: с 25.10 – 12.11. 2021.

Участники: Дети, родители, воспитатели группы

Возраст детей: 4-5 лет.

Формы проведения:

Беседа, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы, дидактические игры, презентация, просмотр мультфильмов, консультация для родителей.

Цель проекта:

формирование представления детей о каше, как полезном продукте на завтрак.
Расширить представления детей о видах круп, каш.

Задачи:

Для детей

- Формировать у детей представление о пользе каши в рационе детского питания.
- Закреплять умения называть и различать крупы и каши.
- В игровой форме познакомить с тем, как варить кашу.
- Формировать интерес к произведениям художественной литературы о кашах (загадки, пословицы, поговорки, стихи, сказки).
- Развивать творческие возможности детей.
- Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.
- Повышать заинтересованность родителей к деятельности детей в детском саду, к здоровому питанию.

Для родителей:

- Активизировать знания родителей о здоровом питании, повысить их самообразование по теме.
- Формировать готовность родителей к сотрудничеству с педагогами.

Актуальность:

Здоровье детей и его состояние относится к числу важнейших характеристик.

Каждому из нас с детства знакомы слова: "Сорока - ворона кашу варила, деток кормила. Этому дала, этому дала, а этому не дала!». Сколько из нас завидовало большому пальцу (или мизинцу, как у кого гнется), которому не приходилось есть на завтрак противную, ненавистную кашу... и совершенно напрасно! Каша не только полезна, но и замечательно вкусна. Она является обязательным и незаменимым продуктом детского питания. Дома мы часто говорим детям: «Ешь больше каши, будешь здоровым». «Не будешь есть кашу, сил не будет». В детском саду дети часто оставляют почти полные тарелки с кашей после завтрака. Нами был разработан проект, направленный на сотрудничество детского сада и семьи по организации оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста «Каша – здоровье наше».

Проблема:

Недостаточные знания детей о пользе каш и их роли в укреплении здоровья детей.

Гипотеза:

Применяя нетрадиционные формы и методы оздоровления дошкольников посредством формирования знаний о правильном питании, реализация проекта обеспечит формирование представлений у детей о таком полезном продукте как каша, а значит, обеспечит формирование социально – значимой здоровой личности.

Предполагаемый результат:

- ✓ Дети должны получить первичные знания о крупах, кашах.
- ✓ Уметь различать и называть каши.
- ✓ Полюбить каши за их вкусность и полезность.
- ✓ Повысить коммуникативные способности взаимодействия между детьми и родителями.

Продукт проекта:

- Книга «Рецепты самой вкусной каши»
- Выставка творческих работ с использованием различных круп «Превращения Крупинки»
- Выставка куколок Крупеничек

Работа с родителями:

- ❖ Папка - передвижка «Как сделать кашу аппетитней»
- ❖ Памятка «О пользе каш».
- ❖ Оформление книги «Рецепты самой вкусной каши»
- ❖ Изготовление «Крупенички»
- ❖ Помощь в оснащении педагогического процесса.
- ❖ Изготовление костюмов и масок к театрализованному представлению "Маша и каша"

Этапы работы над проектом

1-й этап. Подготовительный.

Постановка цели и задач, определение направлений объектов исследования, изучение литературы, предварительная работа с детьми, родителями, поиск информации в глобальной сети интернет.

- ✓ Уточнить представление детей о пользе каши как о ценном продукте для роста детского организма.
- ✓ Подбор художественной литературы.
- ✓ Подбор круп для дидактических игр.
- ✓ Подбор мультфильмов про кашу.
- ✓ Разработка презентации «Какие витамины спрятались в каше?» «Её величество каша»
- ✓ Подбор литературы для бесед

2-й этап. Основной.

Работа по формированию знаний детей о здоровом питании, о пользе каш в рационе детского питания.

3-й этап. Заключительный.

Обобщение результатов работы по проекту. Закрепление полученных знаний, анализ проведенной работы, формулирование выводов с детьми.

Результат проекта:

В воспитании положительного отношения детей к здоровому питанию метод проекта эффективен. У детей и их родителей появился интерес к здоровому питанию, дети стали понимать, что еда должна быть не только вкусной, но и полезной. Воспитанники стали творчески перерабатывать информацию, полученную в ходе исследования. Дети узнали, что большинство витаминов не образуются в организме человека и не накапливаются, а поступают только с пищей. Вот почему злаковые культуры должны быть в рационе ребенка регулярно.

План работы с детьми по проекту

Познавательное развитие

Давайте знакомиться

«Пшеница» «Рожь» «Гречневая крупа» «Просо» «Кукуруза» «Рис» «Овёс» «Горох».

Презентации

«Её величество каша». «Какие витамины спрятались в каше?»

Дидактические игры

«Узнай и назови крупу» «Полезно - неполезно» «Отгадай на ощупь» «Наполни емкость» «Чудесный мешочек» «Золушка» «Скажи, какая каша»
Выкладывание узоров из крупы «Волшебные картинки»

Экспериментирование

«Замачивание крупы в воде, почему моют крупу».

Опыт

Определение круп по их свойствам (по форме, цвету, запаху, размеру).

Рассматривание

Наглядное пособие «Откуда пришли злаки».

Мини-лаборатория «Крупеничка»

(экспериментальная деятельность с крупами):

- «Угадай на ощупь»
- «Разбери крупу»
- «Найди растение, крупу, назови кашу»
- «Сравни две крупы»

Театрализованная деятельность:

Инсценировка стихотворения «Про Машу и кашу»

Драматизация сказки «Как крупинка превратилась в полезную кашу»

Инсценировка сказки «Маша и Медведь».

Просмотр мультипликационного фильма «Маша и каша».

Социально – коммуникативное развитие

Беседы:

«Что я люблю есть?» «Каша, что это такое?» «Полезны ли каши?» «Что укрепляет здоровье» «Что вы едите дома на завтрак?» «Как каша пришла к нам на стол?» «Мы о злаках вам расскажем, что у нас в полях растут» «Из чего варят кашу и как сделать ее вкусной» «Каша – матушка наша»

Беседа о злаках, рассматривание разных видов злаков.

Беседа о пользе каши – «манная, рисовая, пшенная, перловая, кукурузная каша».

С/р игры:

«Поможем маме накрыть на стол», «Завтрак для Мишутки» «Как крупа в кастрюльку попала»

Речевое развитие

Художественная литература:

- ❖ Братья Гримм «Горшок каши»
- ❖ Д. Мамин - Сибиряк «Притча о молочке и овсяной кашке».
- ❖ Н. Носов «Богатырская каша».
- ❖ Ю.Лихолетова «Галка и манная каша».
- ❖ Н. Носов «Мишкина каша»
- ❖ К. Авдеева «Домовята и каша»,
- ❖ Русская народная сказка «Лиса и журавль»
- ❖ Русская народная сказка «Каша из топора»
- ❖ Русская народная сказка «Петушок и бобовое зернышко»

- ❖ Украинская сказка «Колосок»
- ❖ Чтение и заучивание пословиц и поговорок о каше.
- ❖ Разучивание стихотворения И.Токмаковой «Каша для ёжика»
- ❖ Речевая игра «Из какой крупы какая каша?» «Отгадай кашу по описанию».
- ❖ Словесная игра «Сварим кашу», «Исправь ошибку». Загадки о крупах.
- ❖ Беседа-рассуждение «Что такое здоровое питание?»

Художественно – эстетическое развитие

Рисование:

«В каше – здоровье наше!»

Аппликация:

«Любимая каша в горшочках»

Лепка:

«Волшебные тарелочки» (художественная композиция из крупы)

Физическое развитие

Подвижные игры:

«Съедобное – не съедобное» «Петушок и курочка»

Физминутка

«Каша-малаша, как ты хороша»

Пальчиковая гимнастика:

«Кашка - малашка», «Сорока – белобока, кашу варила», «Машина каша», «Варись каша!»

Динамическая пауза:

«Варись, каша»

Дыхательная гимнастика:

«Варим кашу». Дыхательное упражнение «Каша кипит»

Игра – эстафета:

«Соберем урожай».

Хороводная игра:

«Раз, два, три – горшочек кашу вари!»