**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА**

**№38 «РОСИНКА»**

**города Рубцовска Алтайского края**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**658208, г. Рубцовск, ул. Ст. Разина, 198**

**тел: 6-36-43 ,** [**detskiu@yandex.ru**](mailto:detskiu@yandex.ru)

**Проект педагогический**

**Тема: «Витамины растут на грядке»**

**для детей младшего дошкольного возраста**

Воспитатель: Колычева Юлия Ивановна

г. Рубцовск,2020

**Паспорт проекта**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование проекта | Проект педагогический «Витамины растут на грядке» |
| Автор проекта | Липовцева Елена Павловна |
| Вид проекта | Познавательно – исследовательский,  здоровье сберегающий; включает в себя творческую, познавательную и практическую деятельность. |
| Назначение проекта: | Данный проект предназначен для детей второй группы раннего возраста и ориентирован на изучение вопросов, связанных с сохранением здоровья детей младшего возраста. |
| Сроки реализации проекта | Продолжительность проекта: краткосрочный  Длительность :1 неделя с 02.09.2016- 07.09.2016 |
| Проблема | На разработку этого проекта повлияло наблюдение за тем, что дети во время обеда не хотят есть овощи. |
| Цель проекта | Формировать правильное отношение к здоровому питанию детей младшего возраста. |
| Задачи проекта | Познакомить детей с «витаминами» и пользой их для организма человека.  Учить различать овощи по цвету, форме, величине.  Развивать у детей стремление отражать свои представления в продуктивной деятельности.  Расширять кругозор, развивать познавательно-исследовательские способности, связную речь, обогащать словарный запас детей.  Воспитывать культуру питания, понимать, что за каждым овощем скрывается определенная польза. |
| Объект проекта | МБДОУ ДС № 38 «Росинка», группа № 1 «Колокольчики» |
| Субъект проекта | Воспитанники младшей группы |
| Предполагаемый результат: | **Реализация данного проекта позволит детям:**  Узнавать и называть овощи (по внешнему виду, цвету, форме).  Сформируются представления о пользе витаминов, желание есть овощи.  Разовьются познавательно-исследовательские и творческие способности.  Повыситься речевая активность, активизация словаря по теме «Овощи». |

**Тип проекта:** познавательно – исследовательский,

здоровьесберегающий; включает в себя творческую, познавательную и практическую деятельность.

**Вид проекта:** групповой.

**Участники проекта**: дети группы (3-4 года), родители, воспитатели

**Продолжительность проекта**: краткосрочный (1 неделя)

**Актуальность проекта:** данный проект предназначен для детей младшего возраста и ориентирован на изучение вопросов, связанных с сохранением здоровья у детей младшего возраста.

**Работа над проектом направлена:**

• на систематизирование и расширение знаний детей об овощах;

• на ознакомление с «витаминами», понимание их значения для здоровья человека;

• на закрепление знаний о правильном питании.

**Проблема:** на разработку этого проекта повлияло наблюдение за тем, что дети во время обеда не хотят, есть овощи.

**Цель проекта**: формировать правильное отношение к здоровому питанию детей младшего возраста

**Задачи проекта:**

1. познакомить детей с «витаминами» и пользой их для организма человека.
2. учить различать овощи по цвету, форме, величине.
3. развивать у детей стремление отражать свои представления в продуктивной деятельности.
4. расширять кругозор, развивать познавательно-исследовательские способности, связную речь, обогащать словарный запас детей.
5. воспитывать культуру питания, понимать, что за каждым овощем скрывается определенная польза.

**Предполагаемый результат:**

**Реализация данного проекта позволит детям:**

* узнавать и называть овощи по внешнему виду.
* сформирует представление о пользе витаминов, желание есть овощи.
* разовьет познавательно-исследовательские и творческие способности
* повысит речевую активность, и обогатит словарный запас по теме «Овощи»

**Этапы реализации проекта**

**1 этап - Подготовительный этап**

Подбор иллюстрированного материала, пособий, атрибутов по данной теме.

Подбор художественной литературы в рамках проекта.

Подбор материала для продуктивной деятельности.

Составление тематического планирования мероприятий.

Обговаривание темы проекта с родителями

**2 этап - Основной этап**

**Образовательная область**

**«Познавательное развитие»**

**1.В гости к зайке в огород**

**Задачи**: Уточнить представление об овощах, учить различать по внешнему виду овощи; обогащать словарь словами: красная, желтая, зеленая, хрустящая, твердая, мягкая; воспитывать желание доставлять радость другим; развивать внимание к другому, сочувствие, желание заботиться, делиться

**2. Беседа «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу**

Цель: учить детей заботиться о своём здоровье; познакомить ребят с понятием «витамины»; расширение и закрепление знаний о влиянии витаминов на здоровье человека

**3.Экспериментальная деятельность и наблюдения**:

**1**.**Пробуем «овощи на вкус»** (в сыром и вареном виде).

**Задачи**. Учить детей обследованию овощей, различать по запаху и вкусу, твёрдости; знать их название; воспитывать аккуратность во время еды.

**2.Высадка лука на зеленое перо**.

**Задачи:** Познакомить детей с посадкой лука, формировать представление о том, что растение (лук) – живое и ему нужны для роста вода, свет и тепло;

Развивать познавательный интерес, интерес к исследовательской деятельности, к окружающему миру.

**Образовательная область**

**«Речевое развитие»**

**Рассматривание картины «Что растет на грядке?»**

**Задачи**. Учить слушать рассказ воспитателя, добавлять слова, заканчивая предложение; уточнить представление об овощах; воспитывать творческую активность на занятии.

**«Расскажи об овощах», «Чудо - овощи» (муляжи)**

**Задачи**. Побуждать детей вместе с воспитателем составлять рассказ по набору предметов из двух – трёх простых предложений; развивать зрительное восприятие, наблюдательность, способность объединять с помощью воспитателя все ответы в короткий повествовательный рассказ; воспитывать трудолюбие и творческую активность на занятии

**Образовательная область**

**«Социально – коммуникативное развитие»**

**Игровая деятельность:**

Настольно – печатные игры: «Лото-овощи», «Что растет на грядке», « Собери овощи по корзинку»,

**Задачи**. Активизировать словарный запас ребёнка; расширять запас слов (имён существительных) в активном словаре детей; закреплять обобщающие понятия; воспитывать усидчивость.

**Словесные игры:** **Что можно приготовить из овощей?», «Чудесный мешочек »,**

**«Чего не стало?»**

**Задачи**. Учить различать овощи по цвету, форме, величине, развивать мышление, моторику, зрительное и слуховое сосредоточение; воспитывать внимательность во время игры.

**Сюжетно - ролевая игра**: «Сварим куклам суп».

**Задачи**. Создавать условия для игры, развивать умение выполнять действия в соответствии с ролью; воспитывать доброжелательные отношения друг к другу.

**Образовательная область**

**«Художественно – эстетическое развитие»**

**Лепка «Морковка для зайки».**

Задачи. Закрепить умение находить и называть зеленый и красный цвет; продолжать учить раскатывать пластилин между ладонями прямыми движениями; воспитывать усидчивость, аккуратность.

**Рисование «Помидор».**

Задачи. Расширять представление о красках как художественном материале; упражнять изображать округлую форму; учить рисовать, используя краски нескольких цветов; воспитывать аккуратность, самостоятельность

**Образовательная область**

**«Физическое развитие»**

**Подвижная игра «Огуречик - огуречик», «Кабачок».**

Задачи: учить бегать, не наталкиваясь друг на друга, развивать двигательную активность, выполнять движения в соответствии с текстом, воспитывать интерес к игре

**Физминутки «Огород», Пальчиковые игры** «Капуста», «Хозяйка с базара пришла»

**Задача:** снятие усталости и напряжения; совершенствование  общей  и мелкой моторики; внесение эмоционального заряда.

**Работа с родителями:**

* Консультация для родителей «Витамины на грядки»
* Предложили родителям побывать с детьми в овощном магазине.
* Подбор детских книг по теме «Овощи».
* Предложить почитать сказки, рассказы «Репка», «Вершки-Корешки», «Пых»

**3 этап - Заключительный**

**1.Драматизация русской народной сказки «Репка».**

**Задачи.** Продолжать знакомить детей с литературным жанром – сказка; формировать умение внимательно слушать сказку, привлекать детей к участию в драматизации знакомых сказок; побуждать дошкольников узнавать и называть героев знакомых сказок; воспитывать любовь к устному народному творчеству

2. **Выставка творческих работ**

**3. Презентация проекта**

**Подведение итогов реализации проекта**.

**Выводы:**

В ходе проекта дети узнали, как выращивают овощи, каковы плоды на вкус, какие витамины содержатся в овощах, как они влияют на здоровье людей. С помощью различных занятий и игр дети последовательно достигали цели, проявляя внимание и настойчивость. Совместная работа с родителями показала результат — активное участие в проведении выставок, в создании фотоколлажа «Огородные приключения». Активное изучение художественной литературы позволило детям узнать много нового об овощах. А главное дети поняли, что всё, что приготовлено из овощей, нужно кушать потому, что это полезно и необходимо. В дальнейшем будем поддерживать интерес и желание детей познавать новое.

**Приложение к проекту**

**Конспект по развитию речи на тему «Овощи»**

Цель: расширять представления детей об **овощах** на основе сенсорного обследования, описания их внешних характеристик.

Задачи:

- **Развивающие**: **развивать речь**, способствовать сенсорному **развитию** и слуховому восприятию.

- Обучающие: учить описывать **овощи по цвету**, величине, форме. Различать **овощи по внешнему виду**; учить составлять элементарные описания **овощей***(предложения из 5-6 слов)* Упражнять в употреблении уменьшительно – ласкательных названий **овощей**.

- Воспитательные: воспитывать у детей привычку помогать окружающим, быть активными, внимательными и отзывчивыми при взаимодействии друг с другом

Предварительная работа:

1. Рассматривание иллюстраций с **овощами**

2. Чтение стихов и загадок об **овощах**

3. Сюжетно – ролевая игра *«****Овощной магазин****»*

Материалы: картинки с изображение **овощей**, муляжи **овощей**, мягкая игрушка заяц

## Ход занятия:

В: Ребята, когда я сегодня утром шла в детский сад, по дороге встретила грустного зайчонка (Показать детям зайца, я спросила у него, почему он такой грустный, и он мне рассказал вот такую историю. Утром он забегал в гости к своей бабушке, и она дала ему с собой корзинку с гостинцами, но когда зайка заглянул в корзинку, то не понял, что там лежит, и из-за этого очень расстроился. И я ему предложила пойти со мной в детский сад и вместе с нашими ребятами разобрать, что же лежит у него в корзинке, поможем ему?

В. - Но для начала давайте поздороваемся з зайчонком (поздороваться с детьми и спросить у детей какие уши у зайца. Какие лапы и хвостик)

В. - А теперь давайте посмотрим, какой же гостинец положила бабушка зайчонку *(заглянуть в корзинку и достать оттуда морковку)*

В. - Ребята посмотрите, что здесь лежит (Д - Морковка, а какая у нас морковка (Д – длинная оранжевая, а давайте теперь **повторим дружно**, морковка длинная, оранжевая, а теперь давайте назовем нашу морковку ласково *(морковочка)*

В. – Ребята, а смотрите что теперь я достала (Д - капуста, а какая у нас капуста, (Д – круглая зеленая, а давайте теперь дружно скажем капуста круглая, зеленая, а давайте назовем капусту ласково *(Д - капусточка)*

В. – Ребята. У нас здесь еще что-то осталось, что это (Д - помидор, а какой у нас помидор (Д – круглый, красный, а давайте вместе скажем, помидор круглый, красный, а как назвать помидор ласково, *(Д –помидорчик)*

В. – А как одним словом назвать помидор, морковку и капусту (Д - **овощи**, а где растут наши**овощи***(Д- на грядке)*

В. - Ребята вы все большие молодцы, рассказали зайке что дала ему за гостинец бабушка, а теперь давайте отдохнем немного с зайкой, вставайте на ковер, я сейчас вам буду читать стихотворение и показывать действия, и вы будете их за мной **повторять**.

Физкультминутка *«****Овощи****»*

Дети шли, шли, шли

В огород зашли,

Мы картошки накопали раз два, раз два

Огурцы с грядки сорвали раз два, раз два.

Выдернули всю морковку раз, два, раз, два,

Срезали капусту ловко раз, два, раз, два.

Все в корзину положили,

Вам в подарок принесли

Ух и поработали!

В. – Молодцы, а теперь давайте сядем на стульчики и поиграем в игру которая называется *«Что спряталось»*

В. Ребята. А давайте еще раз вспомним, кто приходил к нам сегодня в гости?

Что приносил зайка в корзинке?

А где растут **овощи**?

А какие еще **овощи вы запомнили**?

В. - Вы все большие молодцы, помогли зайке понять, что положила бабушка ему в корзинку. Давайте попрощаемся с Зайченком, он побежит в лес, и расскажет всем своим друзьям о том, что узнал сегодня от вас. До свидания зайчонок, приходи к нам еще

**Лепка «Морковки для зайки»**

Задачи: закрепить умения находить и называть зеленый и красный цвета.

Упражнять в использовании понятий «много — один».

Закреплять умение раскатывать пластилин между ладонями прямыми движениями. Оборудование демонстрационное: игрушки - кукла, заяц, муляжи овощей; раздаточное: пластилин зеленого и красного цветов, доски, салфетки.

Ход занятия

Воспитатель вносит в группу игрушки, просит рассмотреть их, уточняет цвет платья куклы, бантика зайца и т.д. Объясняет, что игрушки очень любят овощи и просят слепить для них и их друзей морковки. Показывает муляжи, уточняет их форму и цвет.

Вопросы и задания: — Какого цвета морковка? — Покажите, из какого пластилина нужно слепить морковку. Педагог напоминает, как нужно раскатывать пластилин, и просит приступить к работе.

В процессе лепки уточняет, что каждый овощ нужно положить на тарелочку соответствующего цвета. По окончании занятия просит поставить тарелочки с морковками — зайчику. Вопросы: — Чем ты угостил куклу? — Что ты дал зайчику? — Какого цвета морковка? — Ты дал много морковок зайке? (Один.) У зайчика теперь много морковок? (Много.)

**КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО РИСОВАНИЮ В  МЛАДШЕЙ ГРУППЕ**

«Заготавливаем  помидоры на зиму»

Программное содержание:

- Расширять представления  детей об овощах: где растут, какого цвета, формы и размеры. Продолжать формировать у детей представления о заготовке продуктов на зиму.

- Закреплять знания цветов.

- Продолжать учить  рисовать красками способом примакивания пальцев к листу бумаги, аккуратно пользоваться краской.

- Продолжать воспитывать эмоциональную отзывчивость.

- Обогащать пассивный словарь. Активизировать речь детей, побуждать повторять за педагогом слова.

Материал: игрушки, коробка, предметные картинки из серии “ овощи ”; муляжи овощей: капуста, морковь, помидор, огурец, картофель; корзина, мольберт, краска гуашь (красная), салфетки, подносы, бумажные силуэты банок из плотной бумаги.

Ход занятия.

Воспитатель:  Я картинки положила в разноцветную коробку

                         Ну-ка, Даша, загляни-ка, вынь картинку, назови.

(Дети по очереди достают из коробки предметные картинки из серии “Овощи”, называют овощ, цвет, форму.)

Воспитатель: Ребята, а как можно назвать все эти плоды одним словом? Это-овощи, повторите за мной (дети повторяют)

Воспитатель: А знаете где они растут?  На земле, на огороде.

Воспитатель: Ребята, а когда поспевают все овощи?  Осенью.

Воспитатель: Да, осень нам дарит много подарков: красивые разноцветные листочки, фрукты, овощи. А еще осень – время заготовок продуктов на зиму. Дети пойдемте на огород, соберем овощи.

Игра “ Огород”

 Мы пойдем в огород  там морковка растет.

Вот такой высоты, вот такой ширины.

Ты морковка, не зевай, а в корзину полезай.

Мы пойдем в огород  там капуста растет.

Вот такой высоты, вот такой ширины.

Ты капуста, не зевай, а в корзину полезай.

Воспитатель: Ребята, вот какой богатый урожай мы собрали. Весь урожай сразу не съешь, куда же нам остальные овощи деть, как их на зиму запасти?

(Картошку ссыпать в мешки, морковку и лук в ящики, капусту засолить, помидоры и огурцы замариновать)

 Пальчиковая гимнастика:

 Мы капусту рубим, мы морковку трем,

 Мы капусту солим, мы капусту мнем,

Воспитатель: Вот сколько капусты мы насолили, молодцы!

Ребята, посмотрите, а наши игрушки загрустили, и знаете почему?  Наступает зима, и игрушки очень хотели запастись вкусными солеными помидорами. Но они не умеют это делать, а банки для соленья у них есть. Не могли бы ребята помочь им?

Воспитатель: Игрушки, мы с ребятами конечно вам поможем засолить помидоры в банках.

 (Дети садятся за столы. На столах лежат бумажные силуэты банок).

Дети рисуют, воспитатель индивидуально помогает, поправляет.

Воспитатель: Ребята, а теперь давайте отнесем наши заготовки игрушкам.

В конце занятия игрушки благодарят детей, радуются, что зимой у них будут вкусные соленые помидоры.

Игрушки говорят детям «спасибо» и угощают детей помидорками.

**Конспект занятия в младшей группе «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу»**

Интеграция образовательных областей: познание, коммуникация, развитие речи.

Виды детской деятельности: игровая, познавательно-исследовательская.

Цель: закреплять у детей названия некоторых фруктов и овощей, продуктов питания; расширить представления детей о том, на сколько полезны многие продукты и как важно правильно питаться; продолжать совершенствовать речь детей, умение отвечать на вопрос, обучать детей умению вести диалог с педагогом.

Оборудование и материалы: муляжи овощей и фруктов,свежая морковь, мандарины и лимон.

ХОД:

Вос-ль: Дети,вы любите **витамины***(ответ детей)*

А какие вы любите **витамины***(ответ детей)*

Кто даёт вам **витамины***(ответ)*

А где мама их покупает *(ответ)*

*(Обобщить и анализировать)*

**Витамины** не только продаются в аптеке,в красивой упаковке,но и содержатся в продуктах,которые мы едим.

*(Обратить внимание на муляжи овощей и фруктов)*

Посмотрите,ребята,что это у меня *(ответ)*

А знаете,сколько **витаминов в них содержится**!

Поднимите руки те дети,которые любят морковку. Молодцы!

Хлопните в ладоши те,кто любит лимон.

Топните ножкой те,кто любит мандарин. Вот молодцы!

Физкультминутка:

Вот так яблоко!Оно соку свежего полно. *(руки на пояс,повороты)*

Руку протяните,яблоко сорвите *(руки вверх)*

Стал ветер веточку качать

И трудно яблоко достать. *(наклоны в стороны)*

Подпрыгну,руку протяну

И быстро яблоко сорву *(прыжки,руки вверх)*.

Ребятки,скажите,морковка-это овощ,или фрукт *(ответ детей)*

Молодцы,правильно!

Давайте попробуем морковь на вкус. какая она *(Ответ)*.

Правильно,морковь твёрдая. сладкая,вкусная. Её ложат в суп,делают из неё салаты.

Скажите,а мандарин и лимон-это овощи,или фрукты *(ответ детей)*

Молодцы,конечно фрукты. Давайте попробуем их на вкус.

*(Дать детям попробовать фрукты)*

Скажите,как они отличаются по вкусу *(Ответ детей)*

*(Обобщить)*

От простуды и ангины

Помогают мандарины!

ну а лучше съесть лимон,

Хоть и очень кислый он.

Ешь побольше мандаринов,

Пей морковный вкусный сок,

И тогда ты точно будешь

Очень строен и высок.

Нет полезнее продуктов

Вкусных овощей и фруктов.

Но знаете, ребята,- **витамины** содержатся не только в овощах и фруктах ,но и в других продуктах. Очень полезно кушать кашу с маслом, много **витаминов в рыбе**; надо обязательно есть мясо. Много **витаминов и в ягодах**. А какие ягоды вы знаете *(ответ детей)*

Если хочешь **быть здоров**

Правильно питайся,

Ешь побольше **витаминов**

И с болезнями не знайся.

Вот видите,сколько пользы от **витаминов**. Поэтому ешьте **витамины**,которые покупают вам мамы в аптеке,а самое главное хорошо кушайте,чтобы не болеть,растите **здоровыми и умными**!

**Пальчиковая гимнастика «Капуста».**

Воспитатель показывает детям капусту и говорит:

Вот какая у нас капуста выросла. А чтобы зимой нам ею угощаться, мы ее сейчас засолим.

Мы капусту рубим, рубим.

Мы морковку трем, трем.

Мы капусту солим, солим

Мы капусту жмем, жмем.

Попробуем как вкусно!

Ведь это же капуста!

**Физкультминутка *«Огород»***

Дети шли, шли, шли

В огород зашли,

Мы картошки накопали раз два, раз два

Огурцы с грядки сорвали раз два, раз два.

Выдернули всю морковку раз, два, раз, два,

Срезали капусту ловко раз, два, раз, два.

Все в корзину положили,

Вам в подарок принесли

Ух и поработали!

**Инсценировка сказки «Репка».**

**Воспитатель:**

Чтоб здоровым, сильным быть.

Надо овощи любить.

Все без исключенья

В этом нет сомненья!

В каждом польза есть и вкус

И решить я не берусь:

Кто из вас вкуснее,

Кто из вас важнее.

Всех с собой возьму я в сад

Будет радость для ребят!

Воспитатель спрашивает у детей: Какие овощи вы знаете? (Ответы детей)

Молодцы.  А я знаю одну семью, где вырастили очень большой овощ. Хотите узнать какой? Тогда смотрите инсценировку сказки «Репка».

Вот решил однажды дедка

Посадить большую репку.

Входит  дед и репка (дед сажает репку и уходит, репка сидит на корточках)

**Ведущий:** Выросла репка

Крупная да крепкая,

Круглая да гладкая,

Сочная да сладкая.

Ай да, репка на гряде!

Золотая, наливная

И большая — пребольшая, —

Не найти такой нигде!

**Дед:** (выходит, пытается тянуть репку)

Ну и репка, вот так репка,

Как в земле засела крепко!

Бабушка, скорей беги,

Тянуть репку помоги!

Выходит **бабка:**

Иду, иду! Вот так репка, ай — я — ай,

Как большущий каравай!

**Ведущий:** Бабка за дедку,

Дедка за репку,

Тянут понемногу,

Вытянуть не могут.

**Дед:** Нет, не можем мы сорвать,

Надо внучку нам позвать.

**Бабка:** Внучка, внученька беги,

Тянуть репку помоги!

Выходит **внучка:**

Вот так репка, ай — я — ай,

Как большущий каравай!

**Ведущий:** Внучка за бабку,

Бабка за дедку,

Дедка за репку,

Тянут понемногу,

Вытянуть не могут.

**Бабка:** Нет, не можем мы сорвать,

Надо Жучку нам позвать.

**Внучка:** Жучка, Жучка, к нам беги,

Тянуть репу помоги!

Выбегает **Жучка:**

Вот так репка, ай — я — ай,

Как большущий каравай!

**Ведущий:** Жучка за внучку,

Внучка за бабку,

Бабка за дедку,

Дедка за репку,

Тянут понемногу,

Вытянуть не могут.

**Внучка:** Нет, не можем мы сорвать,

Надо кошку нам позвать.

**Жучка:** Кошка, кошка, к нам беги,

Тянуть репку помоги!

Выходит**Кошка:**

Вот так репка, ай — я — ай,

Как большущий каравай!

**Ведущий:** Кошка за Жучку,

Жучка за внучку,

Внучка за бабку,

Бабка за дедку,

Дедка за репку,

Тянут понемногу,

Вытянуть не могут.

**Жучка:** Нет, не можем мы сорвать,

Надо мышку нам позвать.

**Кошка:** Эй, мышонок, выходи,

Тянуть репку помоги!

Выбегает **Мышка:**

ПИ — пи — пи!

**Ведущий:** Мышка за кошку,

Кошка за Жучку,

Жучка за внучку,

Внучка за бабку,

Бабка за дедку,

Дедка за репку,

Постарались, как могли,

Репку вытянули!

Зеленеет огород,

Веселится народ,

В небе солнышко смеётся,

Нас плясать зовет!

(все герои сказки танцуют под р. н. мелодию)

**Загадки об овощах.**

Листья собраны в кочан,  
В огороде у сельчан.  
Без нее во щах не густо.  
Как зовут ее? (Капуста)  
Под землей живут семейки,  
Поливаем их из лейки.  
И Полину, и Антошку,  
Позовем копать… (картошку)  
Он на грядке вырастает,  
Никого не обижает.  
Ну, а плачут все вокруг,  
Потому что чистят… (лук)

На арбуз похожая,  
Тоже толстокожая.  
К платью желтому привыкла,  
Греется на солнце… (тыква)

Эти крепкие ребятки,  
В листьях прячутся на грядке.  
Лежебоки-близнецы,  
Зеленеют… (огурцы)  
Он в теплице летом жил,  
С жарким солнышком дружил.  
С ним веселье и задор  
Его зовут все…(помидор)

В землю спряталась Девица.

Из земли торчит косица.

Выдерну я ловко

Красную (Морковку.)

Есть на нашем огороде,

Чудо вкусное в природе.

Пусть она и небольшая,

Только вкусная такая.

Цвет бордовый и ботва,

Под землей растет всегда.

Отгадать нам всем пора,

Этот овощ, ведь…СВЕКЛА!

 В моём огороде

Сидит она крепко

Не выдернуть сходу мне

Толстую …    *(репку)*

**Дидактическая игра «Овощное лото».**

**Цель:** Активизировать словарный запас ребёнка. Расширять запас имён существительных в активном словаре детей. Закреплять обобщающие понятия.

**Оборудование:** Предметные картинки, карточки с такими же картинками, карточки с пустыми окошками.

**Описание игры:** В игру могут играть от одного до пяти человек.

***1 вариант:*** Ребёнку предлагается найти такие же картинки как на карточке и назвать предметы.

***2 вариант:***Ребёнок находит все картинки и классифицирует. Например: «Я собрал овощи» и т.д.

Выигрывает тот,  кто раньше закроет свою карту.

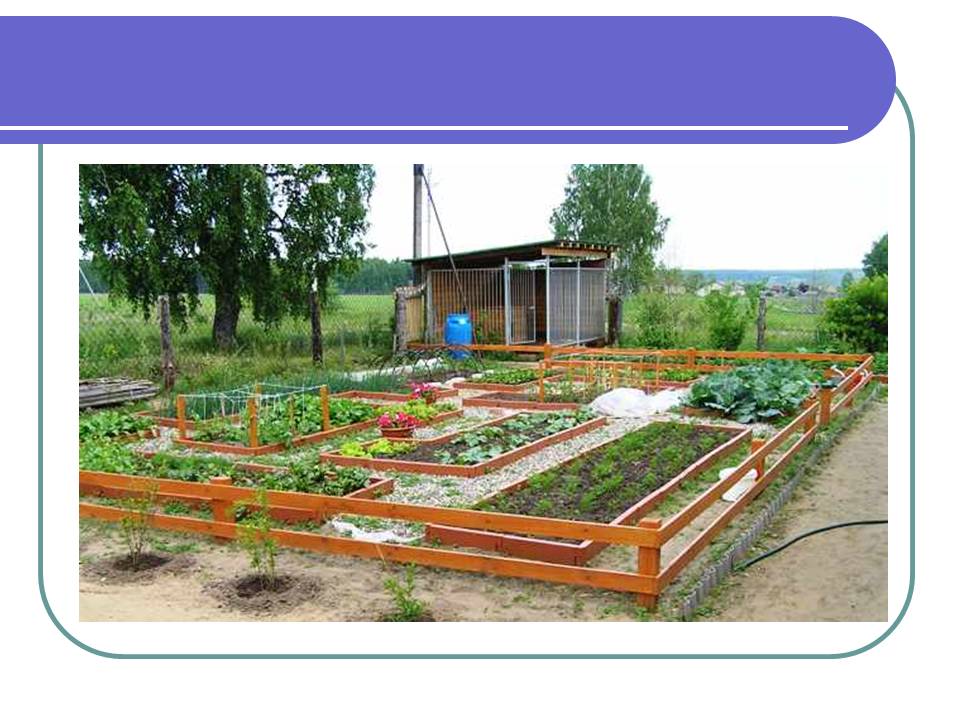
**Дидактическая игра «Чудесный мешочек» (овощи).**

**[Проект в 1 младшей группе](http://planetadetstva.net/wp-content/uploads/2014/06/proektnaya-deyatelnost-v-pervoj-mladshej-gruppe-vitaminy-rastut-na-gryadke-7.jpg)Цель** – учить детей узнавать предметы по характерным признакам. Воспитатель прячет все овощи в мешочек, а дети по очереди  на ощупь отгадывают и называют, что это за  овощ.

**Подвижная игра «Кабачок».**

Дети идут по кругу, держась за руки, В середине круга сидит ребенок — «кабачок»( в маске)  
Кабачок, кабачок,  
Тоненькие ножки,  
Красные сапожки  
Мы тебя кормили,  
Мы тебя поили,  
На ноги поставим,  
Танцевать заставим.  
Танцуй, сколько хочешь,  
Выбирай, кого захочешь !  
«Кабачок» танцует, а потом выбирает другого ребенка, который становится «кабачком».

**Консультация для родителей: «ВИТАМИНЫ С ГРЯДКИ»**



Чтобы улучшить работу иммунной системы ребенка в зимний период, необходимо витаминизировать его питание на протяжении лета и осени. Осень очень богата на созревшие фрукты и овощи, которые являются главной кладовой витаминов и полезных микроэлементов. Поэтому в осенний период обязательно вводите в рацион своих детей овощи, такие как капуста, морковка, сладкий перец и многие другие. Получив достаточное количество витаминов, организм ребенка будет лучше сопротивляться различным вирусным и инфекционным заболеваниям.

Источники витамина С чтобы пополнить организм ребенка витамином С, необходимо вводить в его рацион такие овощи, как сладкий перец, который является лидером среди овощей по содержанию этого витамина; капусту, причем совершенно не важно, свежую или квашенную; яблоки, особенно с кислинкой, также очень богаты витамином С. Чтобы ребенок получил необходимую суточную норму витамина С, необходимо, чтобы он съел всего лишь один свежий сладкий перец или граммов 200 капустного салата. Лучше всего давать ребенку овощи в сыром виде, так как витамин С разрушается под воздействием высоких температур.

Источники витаминов А и В6 Морковь является настоящим кладезем этих витаминов. Витамин А способствует укреплению иммунитета и повышению сопротивляемости организма к инфекциям. Витамин В6 также является отличным защитником иммунной системы, к тому же он играет важнейшую роль в формировании лимфоцитов (кровяных телец). Кроме моркови, - эти витамины содержат такие овощи, как картофель, капуста, бобы, фасоль, горох, зеленый лук, шпинат. Однако необходимо учесть, что витамин А лучше усваивается при помощи жиров, поэтому салаты из этих овощей лучше всего заправлять растительным маслом.

Источники витамина В1 (тиамин) Чтобы укрепить нервную систему ребенка, а также улучшить работу его пищеварительной системы, в рационе должны присутствовать такие овощи, как горох, фасоль, помидоры, шпинат. Суточная потребность в этом витамине не такая уж и большая, всего 2-3 мг, но его отсутствие может способствовать развитию различных заболеваний. Как готовить овощи, чтобы сохранить витамины. Чтобы сохранить питательную ценность овощей, необходимо правильно их обрабатывать и готовить. Мыть овощи нужно в холодной проточной воде. Помните, что основная часть витаминов и минералов в овощах находится под кожурой, поэтому, чем тоньше вы их почистите и крупнее порежете, тем меньшие будут потери витаминов. При необходимости отварить овощи лучше всего это делать в неочищенном виде, чтобы витамины, содержащиеся в них, меньше разрушались. А еще лучше, если вы их стушите, испечете на гриле или в духовом шкафу, либо приготовите на пару. Зелень лучше всего класть уже в готовые блюда, а если все же необходимо их проварить, то не более 5 минут. Знайте, что именно осень является самой благодатной порой для витаминизации ребенка, так как в свежих овощах самое большое содержание витаминов, а при длительном хранении, даже в самых лучших условиях, часть витаминов и минералов разрушаются. Однако овощи и фрукты необходимо давать ребенку.