

МАДОУ ДСКН №6 г. Сосновоборска

Познавательный проект «Русская каша – здоровье наше»



**Подготовили:
группа «Цветик-семицветик»**

Актуальность

Современное общество стало забывать о традициях здорового питания русского народа. Каша на Руси всегда была во главе стола. В наше время меньшее значение уделяют полезным свойствам каши. Часто дети стали отказываться по утрам есть кашу, им трудно понять, почему на завтрак нужно есть кашу, а не конфеты. Большинство детей не знают о пользе злаковых культур. В ходе беседы с детьми их заинтересовало, где и как выращивают злаки и крупы; какие разнообразные виды существуют. Вот поэтому мы и решили глубже изучить эту тему и дать детям новые знания о знакомых продуктах питания (кашах), научить различать и называть злаковые культуры и их крупы, вызывать желание вести здоровый образ жизни.



Тип проекта: познавательный.

Вид проекта: краткосрочный

Сроки проведения: декабрь

Участники: дети старшей группы, родители, педагоги.



Цель проекта : формирование у детей навыков здорового образа жизни и обогащение представлений детей о злаках и продуктах, которые из них получают.

Образовательные задачи:

- ✓расширить представления воспитанников о пользе круп и каш, их влияние на организм человека;
- ✓развивать умение различать и называть злаковые культуры и крупы, из которых варят вкусные каши;
- ✓пробудить интерес детей к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем.

Развивающие:

- ✓развивать у дошкольников любознательность и познавательную мотивацию;
- ✓развивать творческие способности у детей, умение работать сообща.

Воспитательные:

- ✓воспитывать у детей осознанное отношение к здоровому питанию.



Формы реализации проекта:

- ✓ образовательные ситуации;
- ✓ беседы;
- ✓ Сюжетно-ролевые игры;
- ✓ мультимедийные презентации;
- ✓ рассматривание иллюстраций, картинок;
- ✓ продуктивные виды деятельности;
- ✓ экскурсии;
- ✓ исследовательская деятельность;
- ✓ дидактические игры;
- ✓ работа с родителями.

Предполагаемый результат:

- ✓ Получат представления о зерновых культурах, крупах и кашах, о значении их для детского организма.
- ✓ Научатся различать и называть каши
- ✓ Полюбят каши за их вкусность и полезность
- ✓ активное участие родителей в реализации проекта



Этапы реализации проекта:

1.Подготовительный этап – выбор темы, постановка цели, задач; информация родителям о планах участия в проекте, разработка плана деятельности.

2.Основной этап - проведение цикла тематических мероприятий с детьми группы (беседы, опыты, эксперименты, творческая деятельность, рассматривание иллюстраций, чтение и т.п.).

3.Заключительный этап - обобщение опыта, оформление газеты «Любимая каша нашей семьи» и мини музей круп «Наши закрома полны зерна»



Экскурсия на кухню



Апликация «Горшочек каши»



Рисуем манной крупой «Получился снеговик, он не мал и не велик»



Исследовательская деятельность «Делаем муку сами»



Эксперимент с манкой

(манка не пропускает воду, а впитывает её, набухают крупинки и в горячей воде это происходит быстрее)



Пластилинография с применением круп



«Теперь мы знаем как варить кашу в мультиварке»



«А раньше кашу варили в чугушке и мы решили попробовать тоже»



«Вырастим пшеницу и овёс сами»



«Горшочек каши» – сказка на макете (развитие речи с элементами графомоторики)



Читаем произведения про кашу



Просмотр развивающего видео «История каши»



«Овсяное печенье из овсяных хлопьев»



Квест «Каша - сила наша»





Театрализация сказки «Каша из топора»



Фотовыставка «Любимая каша в нашей семье»



Мини-музей круп «Наши закрома полны зерна»

НАШИ ЗАКРОМА

ПОЛНЫ ЗЕРНА



Вывод:

1. Каша имеет многолетнюю историю;
2. Она полезна для организма человека, так как зерно, из которого его варят содержит различные витамины и микроэлементы;
3. Каша благотворно влияет на пищеварение, на работу сердце и других органов;
4. О каше написано много сказок, пословиц, загадок и стихов;
5. Каша – полезный, питательный, вкусный и недорогой продукт



Спасибо за внимание!

