МБДОУ «Сказка»
г. Черногорок, республика Хакасия
Проект «Если хочешь быть здоров кушай овощи и фрукты».
Воспитатели: Волкова Л.Л., Альфер Е.А.

Актуальность проекта: проект ориентирован на изучение вопросов, связанных с сохранением здоровья детей дошкольного возраста. Работа над проектом направлена на систематизацию и расширение представлений детей об овощах и фруктах; ознакомление с «витаминами», значении их для здоровья человека; на закрепление представлений о правильном питании и бережном отношением к своему здоровью. На разработку этого проекта повлияло наблюдение за тем, что дети во время обеда плохо едят салаты, в супе на край тарелки откладывают варёные овощи.
Тип проекта: познавательно-исследовательский.
Участники проекта: дети старшей группы дошкольного возраста, родители, педагоги.ж
Сроки реализации проекта: одна неделя.
Образовательное событие:
Цель: создание социальной ситуации развития в познавательно-исследовательской деятельности «Если хочешь быть здоров кушай овощи и фрукты».
Задачи:
- создать условия для реализации проекта «Если хочешь быть здоров кушай овощи и фрукты»;
- обеспечить условия для развития навыков поисковой деятельности дошкольников;
- способствовать развитию умения анализировать результаты опытно-исследовательской деятельности и делать умозаключения;
- создать условия для формирования представлений о витаминах, содержащихся в овощах и фруктах;
- обеспечить условия для стимулирования речевой активности посредством выражения своих мыслей и предположений;
- способствовать развитию представлений о пользе витамин для здоровья человека;
- создать условия для воспитания навыков сбережения своего здоровья;
- обеспечить условия для использования здоровье сберегающих технологий в проектировании образовательной среды;
- создать условия для осознания ребёнком себя, как участника общего дела.
- создать условия для формирования представлений о причинно-следственных связей в свойствах и пользе витамин в овощах и фруктах;
- способствовать развитию творческих способностей.

План реализации проекта.

Сроки	Совместная деятельность взрослых и детей	Самостоятельная деятельность детей	Деятельность детей и родителей, специалистов детского сада.
Организационно-подготовительный этап			
Пятница 1-я половина дня	В конце недели на обед детям был дан салат из капусты и моркови. Дети не ели салат, отодвинули тарелки. Воспитатель создаёт ситуативный разговор «Что такое витамины». Дети перечисляют названия витамины, которые им дают их родители. На вопрос: «Для чего нужны витамины?». Дети затруднялись дать правильный ответ. Отвечали, в основном: «Что так нужно, говорит мама». «Чтоб		Предложить родителям пронести картины художников с изображением овощей и фруктов (натюрморт). Домашнее задание: принести настоящие овощи и фрукты для выставки в центр науки.

	расти и не болеть». «Надо есть лимоны и апельсины, это точно витамины». Воспитатель рассказала детям, что мы живём в замечательной республике, Хакасия, и у нас тоже растёт очень много растений, содержащих разные витамины. Воспитатель задала вопрос: «А может вы хотите узнать об этом сами?». Дети дали положительный ответ. Игра с разрезными картинками Тема; «Овощи. фрукты»		
Пятница 2-я половина дня	Познавательная игра «Витамины и я – верные друзья» (Приложение 1) Подвижная игра «Зайцы и капуста» (Приложение 1) Пальчиковая игра «Сварим компот» (Приложение 1) Беседа по пословицам и поговоркам о здоровье. (Приложение 1) Совместная деятельность. Викторина. Тема: Вспоминаем сказки про овощи и фрукты. (Приложение 1)		
Содержательно-поисковый этап			
Понедельник 1-я половина дня	Зарядка «Есть у нас огород», муз. Б. Можжевелова, слова А. Пассовой. (Приложение 1) Педагог организует «утренний сбор» детей. Открытый микрофон «Почему я не ем овощи» (возможность анализировать речевую активность). (Приложение 1) НОД «Посадка семян овощных культур» фасоль, горох, свёклы, укропа) Психогимнастика. «Овощи. Огород. поле» (Приложение 1) Подвижная игра «Иммунитет» (Приложение 1)		
Понедельник 2-я половина	Беседа «Что такое витамин?» (Приложение 1) Совместная деятельность, лепка «Витамины из сада и огорода». (Приложение 1) Д/И «Подарки солнечного лучика» (Приложение 1)		

	Хороводная игра «Сеял дедушка горох» (Приложение 1) Игра «Хорошо-плохо». Тема; «Поспел урожай» Технология ТРИЗ. (Приложение 1)		
Вторник 1-я половина дня	Познавательно-исследовательская деятельность. Тема: «Делаем морковный сок» (Приложение 1) Д/И «Вершки и корешки» (Приложение 1) Психогимнастика. «Фрукты. Ягоды. сад» (Приложение 1)		
Вторник 2-я половина дня	Речевая игра «Доскажи словечко» (Приложение 1) Д/И «Ребята - поварята» (Приложение 1) Хороводная игра «Корзина с овощами» (Приложение 1) Театрализованная игра «Однажды хозяйка с базара пришла» (Приложение 1) Эстафета на образовательной ситуации по физической культуре «Перевези урожай картошки на грузовике»		
Среда 1-я половина дня	Художественно-творческое развитие. НОД. Тема: «Рассматривание картины хакасской художницы Гриценко Валентины Николаевны «Зелёные яблоки» Д/И «Витамины для здоровья» (Приложение 1) Системный оператор «Груша» (Приложение 1)		
Среда 2-я половина дня	Отгадывание загадок русского и хакасского народа. (Приложение 1) Д/И «Где живёт витаминка?» (Приложение 1) Хороводная игра «На грядке» (Приложение 1) Совместная деятельность. Тема: «Витаминная пища хакасов» (Приложение 1) Эстафета «Готовим щи и компот» на образовательной ситуации по физическому развитию.		
Четверг 1-я половина дня	Формирование целостной картины мира. Тема: «Яблоки в Хакасии тоже растут» Слушание хакасской народной музыки на образовательной		

	ситуации по музыкальному развитию		
Четверг 2-я половина дня	Совместная деятельность. Рассматривание картины хакасской художницы Гриценко Валентины Николаевны «Зелёные яблоки» (Приложение 1) Экологическая подвижная игра «Вершки и корешки» (Приложение 1)		
Результативный этап			
Пятница 1-я половина дня	Оформление стенгазеты «Витамины вокруг нас» Флешмоб «Дружные витаминки» на образовательной ситуации по музыкальному развитию. Образовательная ситуация «Готовим винегрет»		
Пятница 1-я половина дня	Развлечение «Если хочешь быть здоров»		

Приложение 1.

Пятница 1-я половина дня.

Пятница 2-я половина дня.

Познавательная игра «Витамины и я - верные друзья»

Цель: создание условий для формирования осознанного отношения к своему здоровью у детей дошкольного возраста.

Воспитатель*:* Все мы хотим быть здоровыми, хорошо себя чувствовать, никогда не болеть. Что для этого нужно делать? Выполнять правила личной гигиены, правильно и регулярно питаться, заниматься физкультурой и спортом, закаливать, дышать свежим воздухом, соблюдать режим дня, отказаться от вредных привычек, а так же для здоровья полезны положительные эмоции, хорошее настроение. Сегодня мы с вами поговорим более подробно об одном из этих правил. Отгадайте загадку, о чем пойдет речь?

Есть в природе вещества
Жизни нашей голова
Есть во фруктах овощах
Не прожить без них никак. (Витамины)

А вы знаете, что такое витамины? Витамины это вещества, необходимые для нашего организма. Скажите, зачем нужны человеку витамины? Витамины, помогают нам быть здоровыми, сильными, бороться с микробами и не поддаваться болезням. Витамины как солдаты, охраняют наш организм от болезней.

А вы знаете, где живут витамины? Очень много витаминов содержится во фруктах и овощах, а так же в других продуктах, которыми питаются люди. И если ребенок получает этих витаминов недостаточно, то он начинает болеть и плохо растет. У каждого витамина есть свое имя, их зовут А, В, С, Д, они обозначаются большими латинскими буквами.

Чтобы лучше узнать, для чего нужны витамины, в каких продуктах они находятся, мы с вами отправимся к ним в гости. Я знаю волшебные слова, повторяйте за мной:

Дружно за руки возьмемся, и друг другу улыбнемся.
Мы пожмем, друг другу руки, побежит тепло по кругу.
Мы посмотрим, друг другу в глазки и окажемся в Витаминной сказке.

1. **Работа по теме.**

Педагог: Смотрите, перед нами на доске появились домики. Давайте узнаем, кто живет в первом домике?

Меня запомните друзья
Вам для роста нужен я,
Для костей, зубов и зренья,
В этом братцы, нет сомнения
И полезен я для кожи
Волосам я нужен тоже.

Витамин А

(Педагог открывает ставни, там появляется витамин А)

Педагог: Мы открыли домик, где живет витамин А. Для чего же нам нужен витамин А. Его называют витамином роста и зрения, он участвует в формировании костей и зубов, а так же в ночном зрении. Если витамина А не хватает в организме человека, то может возникнуть болезнь, которая называется куриная слепота. Он помогает нам не болеть, предупредить инфекцию. А так же витамин А нужен нам для кожи, волос. В каких же продуктах содержится витамин А?

Давайте я помогу вам узнать. Я буду загадывать загадки, а вы будете их отгадывать.

Белое, но не снег,
Жидкое, но не вода. (Молоко)
Оранжевое платье
С зеленой бахромой
Чудесная обновка.
Красуется -… (Морковка)
Можно сварить,

А можно разбить,
Если не прикасаться
Цыпленком может оказаться.
(Яйцо, в яичном желтке витамин А)
Очень вкусная она,
Много в ней секретов.
Для нас – сладкая еда,
Для Золушки – карета. (Тыква)
Помни истину простую видит лучше тот,
Кто жует морковь сырую
Или сок морковный пьет.
Есть он в тыкве, абрикосах,
В персиках, в арбузе тоже.
Его много в молоке и в яичном желтке.

(Он содержится в печени, рыбе, а также в салате, петрушке, зеленом луке, капусте, перце, дыне, персике, абрикосе, хурме, помидорах, яблоках.)

Педагог: Давайте узнаем, кто живет во втором домике?

Если у вас меня дефицит
Значит отсутствует аппетит
Чтобы бодрым быть и сильным,
Не грустить и не хандрить
Вам советую друзья
Есть продукты, где есть я!

Витамин В

(Педагог открывает ставни, там появляется витамин В)

Педагог: В этом домике живет витамин В. Этот витамин способствует развитию иммунитета, помогает организму справиться с болезнями без таблеток. Он полезен для сердца, памяти, кожи, волос и зрения. Еще он укрепляет нервную систему. Если его не хватает в организме он быстро устает, быстро раздражается, злится, становится плохая память. И в каких же продуктах он живет?

Нет важней меня продукта,
И всему я голова.
Ведь пшеничный я отличный,
И ржаной любим всегда (Хлеб)
Мама из крупы сварила,
Посолила, подсластила.
Эй, ну где же ложка наша?
Так нужна на завтрак … (Каша, гречневая, рисовая, овсяная)
Наш стручек – зеленый дом,
Поселились братья в нем.
Каждый братец скоморох,
Зовут этот стручек … (Горох)
Он совсем не хрупкий
Спрятался в скорлупке
Заглянешь в середину
Увидишь сердцевину
Из плодов он тверже всех
Называется … (Орех)
Горох, кофе, шоколад,
Витамином В богат.
Мясо, яйца, черный хлеб, орех
Дают энергию для всех!
Очень важно с позаранку
Есть за завтраком овсянку.

(Содержится во всех свежих фруктах и овощах(картофель, капуста), во всех злаках, в мясе и орехах, яйцах, твороге, сыре.)

Педагог: Давайте узнаем, кто живет в третьем домике?

Я нужный и отважный
И очень, очень важный
При простуде, при болезнях
Я конечно всех полезней!

Витамин С

(Педагог открывает ставни, там появляется витамин С)

Педагог: В этом домике живет витамин С. Этот витамин помогает бороться с простудными заболеваниями, укрепляет кровеносные сосуды. Он так же нужен нам для кожи, сердца и хорошего настроения. Но в каких продуктах он живет? Давайте отгадаем загадки:

С оранжевой кожей,
На мячик похожий,
Но в центре не пусто,
А сочно и вкусно (Апельсин)
Ягода садовая и разная:
Черная бывает, белая и красная.
Круглая, и гроздочки недлинные.
Ягода такая витаминная! (Красная и черная смородина)
Сто одежек,
Все без застежек (Капуста)
Они гроздьями висят и на солнышко глядят,
Цветом словно светофор
Красный желтый. … (Помидор)
От простуды и ангины
Помогают апельсины,
Ну а лучше съесть лимон,
Хоть и очень кислый он.

(Найти его можно в чесноке, зеленых овощах - капусте, луке, кабачках, перце, помидорах, лимоне, картофеле и шиповнике. Однако он имеет свойство быстро улетучиваться. Поэтому овощи и фрукты лучше не хранить в разрезанном виде и держать подальше от солнечного света.)

Педагог: Давайте узнаем, кто живет в четвертом домике?

Витамин я очень крепкий
Костные поправлю клетки
Помогу при переломах
и заболеваниях кожи.

Витамин Д

(Педагог открывает ставни, там появляется витамин Д)

Педагог: В этом домике живет витамин Д. Он играет огромную роль в формировании костного скелета. Укрепляет наш скелет, делает кости и зубы крепкими. Витамин С помогает нашему организму бороться с инфекциями.

Его вы найдете в молочных продуктах, рыбьем жире, различной рыбе и яичном желтке. Еще рекомендую вам почаще бывать на солнце. Солнце – самый важный источник витамина Д. Организм сам производит этот витамин под действием солнечных лучей.

В воде она живет.
Нет клюва, а клюет. (Рыба, рыбий жир)
Сделан он из молока,
Но тверды его бока.
В нем так много разных дыр.
Догадались? Это… (Сыр)
Я под шапкою цветной
На ноге стою одной
У меня свои повадки
Я всегда играю в прятки. (Гриб)
Светит, сверкает,
Всех согревает (Солнце)

Творог, печень, яйца, сыр
Укрепляют организм.
Рыбий жир всего полезней,
Хоть противный – надо пить,
Он спасает от всех болезней,
Без болезней лучше жить.

Рефлексия:: Ребята, сегодня мы с вами познакомились с витаминами А, В, С, Д, узнали в каких продуктах они находятся. На самом деле, витаминов еще больше, их 13 названий и все они содержатся в разных продуктах, в мясе, рыбе, молочных продуктах, в кашах, орехах, а так же во всех овощах и фруктах.

Подвижная игра «Зайцы и капуста.

Цель: создание условий для двигательной активности дошкольников».

Тень-тень-потетень, В огороде-то плетень. За плетнем капуста, Сладкая до хруста. Зайкам хочется капусты, В животе голодном пусто. Зайки – прыг в огород, А там сторож у ворот. Убегайте, зайки, прочь, Вы должны себе помочь. Раз, два, три, Зайчишек лови.	*(В центре группы стоит ребенок – «сторож». Он прикладывает руки к глазам, как бинокль. Дети – «зайки» прыгают по группе. «Зайки» прыжками приближаются к «сторожу», прыгают вокруг него, дразнят. На слово «лови» «сторож» кидается ловить «зайчат». Дети убегают за линию в конце группы.)*

Пальчиковая игра «Сварим компот»

Цель: создание условий для развития мелкой моторики рук.

Будем мы варить компот, Фруктов нужно много, вот.	*(Левую ладошку сложить «ковшиком», а указательным пальцем правой руки «размешивать в ней».)*
Будем яблоки крошить, Грушу будем мы рубить, Отожмем лимонный сок, Слив положим и сахарный песок.	*(Загибать пальчики, начиная с большого, на обеих руках.)*
Варим, варим мы компот.	*(Опять «варить» и «размешивать».*)

Угостим честной народ.	

Беседа по пословицам и поговоркам о здоровье.

Цель: создание условий для формировании представления о сбережении своего здоровья.

Ход деятельности: Воспитатель читает поговорки и пословицы, затем беседует с детьми по содержанию.

Здоровье дороже денег.
Здоровья не купишь.
Болен — лечись, а здоров — берегись.
Здоров будешь, всё добудешь.
Чистая вода для хвори беда.
Здоровье всего дороже.
Здоровому все здорово.
Здоровью цены нет.
Аппетит от больного бежит, а к здоровому катится.
Здоровье дороже денег. Здоров буду — и денег добуду.
Здоров — скачет, захворал — плачет.
Здоровье — всему голова.
Ум да здоровье всего дороже.
Умеренность — мать здоровья.
Береги платье снову, а здоровье смолоду.
Еле-еле душа в теле.
На живом все заживет.
До свадьбы заживет.
Быстрого и ловкого болезнь не догонит.
От здоровья не лечатся.

Совместная деятельность. Викторина. Тема: Вспоминаем сказки про овощи и фрукты.
Цель: создание условий для формирования представлений о сказках про овощи и фрукты.
Вопросы:

1. Чем подавился Петушок в русской народной сказке? (Бобовым зёрнышком)
2. Имя царя ,жившего так давно, что в это уже никто не верит? (царь Горох)
3. Кем был бы Чиполино? (Луковицей)
4. Какие овощи жили в сказке вместе с Чиполино? (Кум Тыква, Редиска, сеньор Помидор, графини Вишни, принц Вишенка и т.д.)
5. Яблоки, дающие молодость? (молодильные)
6. Что обещала Свинка, баюкая непослушного Мышонка в сказке «О непослушном мышонке»? (Две морковки)
7. Река, у которой сражался Иван – крестьянский сын. (Смородина)
8. Как в сказке «Приключения Незнайки и его друзей» Н. Носова назывался ручей в Цветочном городе? (Огурцовая река)
9. Какой овощ не мог вытащить дед? (репка)
10. Кто делил вершки и корешки в сказке? (Мужик и Медведь)

Понедельник, 1-я половина дня.

Зарядка «Есть у нас огород», муз. Б. Можжевелова, слова А. Пассовой.
https://youtu.be/tegxEmVZdQk

Утренний сбор.

Цель: **с**оздание эмоционального настроя на весь день; межличностного и познавательно-делового общения детей и взрослых.

Групповой сбор или утренний круг это время, когда мы собираемся вместе.

Утренний сбор для дошкольников - это прежде всего возможность несколько минут побыть вместе, что немаловажно для застенчивых детей, рассказать, о чем думаешь, что чувствуешь. Очень эффектно для сохранения психического здоровья.

1. Приветствие. Сегодня мы будем приветствовать друг друга на хакасском языке. Изен – значит здравствуй. Так хакасы желают здоровья с утра своим близким. Чтоб общение было приятным, мы будем передавать с приветствием яблоко по кругу. Дети предают яблоко из ладошек в ладошки и улыбаются. В конце приветствия хором говорим «Изеннер» , значит здравствуйте.
2. Обмен информацией. Дети делятся информацией, какие овощи готовили родители им в выходной.
3. Групповая деятельность. Проводим игру «О чём думает это яблоко?» (Технология ТРИЗ – метод Эмпатии, умение представить себя на месте какого – либо объекта)
4. Ежедневные новости. Сообщаю детям, что на этой неделе мы работаем над реализацией проекта «Витаминка из Хакасии». Рассказываем о деятельности детей в течении всей недели. Представляем план детской деятельности на текущий день.

Открытый микрофон «Почему я не ем овощи».

Цель: создание условий для возможности анализировать речевую активность.

Дать детям возможность детям высказать своё мнение об овощах и фруктах.

Ход: дети передают микрофон друг другу и рассказывают почему они не едят какие-либо овощи и почему.

Психогимнастика «Овощи. Огород. Поле»

Цель: создание условий для выражения эмоционального и психофизического состояния

Передайте эмоциональное состояние мамы, чистящей и режущей лук. Покажите, как удивился дедушка, увидев огромную репу на своем огороде.

Образно – пластическое творчество

Изобразите овощи на грядке: «толстячки» — арбузы, тыквы и кочаны капусты; «худышки» — лук, чеснок, стручок гороха и др. Изобразите горошины в стручке, кабачок, подставивший солнышку бочок, и соленые огурцы в банке.

Угадайте, что я делаю. Показываются действия, например: мытье и чистка овощей, шинкование капусты и др.

Обыгрывание ситуаций

«Сажаем огород».

Мы лопатки взяли,
Грядки раскопали.
Грабли в руки взяли,
Грядки разровняли.
Семена рядами
Дружно мы сажали,
А потом водою
Теплой поливали.

«Уборка урожая». Срезаем капусту, копаем картошку, выдергиваем морковь и свеклу, лущим фасоль и горох.

«Огородное пугало». Один ребенок изображает огородное пугало, а другие произносят слова и выполняют соответствующие им действия. (Выразить испуг и удивление.)

Дети шли, шли, шли,

В огород они зашли.
Там увидели урода,
И скорей из огорода.

Подвижная игра «Иммунитет».

Игра «Иммунитет»

Цель: создание условий для двигательной активности дошкольников.

Правила. Выбирается водящий, который играет роль «Вируса». 2-3 детям раздается «иммунитет» в виде чеснока, лимона и лука. По сигналу, «Вирус» начинает догонять и «заражать» детей. Те, кого «вирус» «заражает» останавливаются и стоят на месте. Те дети, у которых «Иммунитет» должны «вылечить» «зараженных», отдав им овощи или фрукты.

Понедельник, 2-я половина дня.

Беседа «Что такое витамин?»

Цель: создание условий для формирования у детей желания заботиться о своём здоровье.

Ход беседы:

Ребята, а вы знаете, что значит быть здоровым? И я открою вам секрет: чтобы быть **здоровым**, а так же сильным, бороться с микробами и не поддаваться болезням, нужно кушать **витамины**.

Никогда не унываю
И улыбка на лице,
Потому что принимаю
Самые главные витамины для детей – это Витамины А, В, С.

Витамины как солдаты охраняют наш организм от злых, вредных микробов и разных болезней. У **витаминов есть имена**, их зовут А, В, С, Д, Е.

- А вы знаете, где живут **витамины**? *(Ответы детей)*

- **Витамины живут в овощах**, фруктах, ягодах и других продуктах. В нашей Хакасии тоже не мало продуктов, которые содержат витамины и заботятся о нашем здоровье.

Воспитатель: Чтобы у вас были всегда зоркие, здоровые глазки, нужно кушать витамин А. Живет он в оранжевых и красных овощах и фруктах. Подумайте и назовите оранжевые овощи и фрукты, в которых живет наш витамин А? (Ответы детей)

Воспитатель: Да, это морковь, тыква, яблоко, болгарский перец. А еще этот витамин есть в рыбе, яйцах. (Показ иллюстраций продуктов)

Для того чтобы ваш организм был как крепость, не подпускал злых микробов и не позволял им заразить вас болезнями очень нужен витамин С. Он, ребята, живет во всем кислом. Как вы думаете, в каких продуктах питания мы можем найти витамин С? (Ответы детей)

Это шиповник, перец, смородина, клубника. А еще витамин С есть в капусте, редисе, луке.

Следующий витамин В. Витамин В способствует хорошей работе сердца, его можно найти в горохе, шпинате, петрушке, брокколи.

Воспитатель: Ребята, мы с вами теперь знаем, какие продукты полезные и в каких продуктах содержатся витамины.

Есть ещё один полезный витамин. Его зовут витамин Е. Он необходим для здоровья нашей кожи. А живет он в зеленых овощах, фруктах и зелени. Назовите их. (Ответы детей) Это петрушка, капуста, зеленый лук.

Рефлексия.

Воспитатель. Ребята, так, где же растут овощи, а где фрукты?

Назовите их. Для чего надо кушать овощи и фрукты? (ответы детей).

Запомните сами и расскажите другим:

Ешьте овощи и фрукты –

Витаминные продукты,
Каждый день и круглый год.
И тогда простуда злая
Стороной вас обойдёт.

Совместная деятельность. Лепка «Витамины из сада и огорода».

Цель: создание условий для формирования представлений о содержании витамин в овощах и фруктах в садах и огородах Хакасии.

Наглядный материал: плакат с изображением фруктов и овощей.

Раздаточный материал: крышки от пластиковых круглых контейнеров, перманентный маркер, цветной пластилин, стеки, салфетки, клеёнка для лепки.

Воспитатель: Сегодня мне позвонили из леса. В лесу случилась беда. Заболел Зайчишка.(дети прослушивают аудиописьмо)

Здравствуйте, дети. Заболел наш малыш Зайчишка. Не ест, не пьёт, только спит. Мы не знаем, чем и как его лечить.

Воспитатель: Ребята, а сможем мы помочь вылечить Зайчишку?

(ответы детей)

Воспитатель: Конечно, когда кто-то заболел, нужны витамины. А вы знаете, какие овощи и фрукты содержат витамины?

(ответы детей)

Воспитатель: А кто знает, что такое витамины? Конечно, Витамины помогают детям и взрослым быть крепкими и здоровыми. Одни витамины помогают детям расти, другие - глазам хорошо видеть, третьи - голове - хорошо думать, быть умной. А есть витамины, которые защищают нас от болезней. Где живут витамины? (плакат с изображением овощей и фруктов)

Предлагаю отправить им посылку с овощами и фруктами, которую мы сделаем сами. Овощи и фрукты сделаем прямо на тарелочке.

Ход выполнения работы:

Нужно взять тарелочку (крышка от круглого пластикового контейнера), нарисовать маркером овощ или фрукт, который растёт у нас в Хакасии, контурным изображением. Затем нанести фон голубым пластилином вокруг нарисованного изображения. Потом берётся цветной пластилин, нужно сначала скатать очень тонкие колбаски и выложить их по контуру изображения. Например, если это морковь, ребёнок выкладывает колбаски из оранжевого пластилина по кньтуру продукта, затем заполняет пластилином середину изображения. Из зелёного пластилины делается ботва (две-три колбаски) и стекой наносятся насечки (ботва). Работа готова.

Тарелочки с продуктами складываем в посылку и отправляем родителям Зайчишки.

Итог: Если Зайчишка будет употреблять витаминные продукты, то он обязательно быстро поправится.

- А наши ребята любят есть овощи и фрукты?
- Очень любят и всем советуют:

1 ребёнок.
Помни истину простую –
Лучше видит только тот,
Кто жуёт морковь сырую
Или сок морковный пьёт.

2 ребёнок.
От простуды и ангины
Помогают апельсины.
Ну, а лучше съесть лимон,
Хоть и очень кислый он.

Все вместе

Никогда не унываем и улыбка на лице,
Потому что принимаем витамины АВС.

Д/И «Подарки солнечного лучика»

Цель: создание условий для формирования представлений о значении солнечного света для роста витаминов в природе.

Материал для игры: солнышко, нарисованное на листе бумаги, картинки-отгадки на загадки с изображением овощей и фруктов, растущих в Хакасии.

Воспитатель: В природе витамины образуются в растениях, поэтому ягоды, овощи, фрукты служат людям основным источником поступления витаминов в организм. Каждая травинка, каждый листик ловят солнечные лучи – источник жизни. Солнечный луч упадет на зеленый фрукт, ягодку, овощ и погаснет, но не пропадет, с его помощью в каждой ягодке, в каждом фрукте, в каждом овоще возникнут необходимые витамины.

Давайте поиграем в игру «Подарки солнечного лучика». (дети отгадывают загадки и выкладывают на солнечные лучики отгадки-подарки.)

Хороводная игра «Сеял дедушка горох»

Цель: создание условий для организации хороводной игры с движениями по теме проекта.

Сеял дедушка горох.	*(Стоят лицом в круг. Совершают ритмичные прыжки на носках, руки на поясе.)*
Был горох совсем неплох.	*(Попеременно топают ногами на месте.)*
Круглый, звонкий, Желтый, гладкий, Очень ровный, очень сладкий.	*(Ребенок – «дед», стоящий внутри круга, совершает эти же движения.* *Приседают.)*
Вдруг упал мешок с горохом.	*(Совершая подскоки, дети разбегаются по группе.)*
Бедный дедушка заохал. Был горох, и на тебе – Раскатился по избе!	*На слове «избе» ребенок – «дед» начинает пятнать детей. Каждый вновь запятнанный ребенок присоединяется к цепочке «горошин», которые выстраиваются за «дедом». «Дед» должен собрать весь «горох».* *В конце дети образуют круг. Стоят лицом в круг. Совершают ритмичные прыжки на носках, руки на поясе.*

Игра «Хорошо-плохо». Тема; «Поспел урожай» Технология ТРИЗ.

Цель: создание условий для развития творческого воображения в словесной игровой деятельности «Поспел урожай».

Ход:

Воспитатель: Поспел в поле урожай – это хорошо, почему?

Дети:
- Много овощей.
- Можно делать каждый деть салаты.
- Можно делать сок.
- Хватит на всю зиму.
- Можно накормить животных.
- От овощей много пользы.
- Овощи содержат витамины для здоровья.
- Овощи важны для детского питания. И т.д.

Воспитатель: Поспел урожай это плохо, почему?
- Когда собирали урожай замарали руки.
- Много, вдруг не хватит места в погребе.
- Мыши погрызли корнеплоды.
- Тяжело было выдёргивать ботву из земли.
- Нужно перебирать урожай. И т.д.

Вторник 1-я половина дня.

Познавательно-исследовательская деятельность. Тема: «Делаем морковный сок»

Цель: создание социальной ситуации развития в познавательно-исследовательской деятельности «Делаем морковный сок»

Задачи:

- создать условия для организации познавательно-исследовательской деятельности «Делаем морковный сок»;
- обеспечить условия для проведения опыта «Как получить морковный сок разными способами»;
- формировать представления о пользе морковного сока для здоровья маленьких детей;
- создать условия для развития речевого общения дошкольников;
- создать условия для знакомства с новыми словами: дегустация, инструкция.

Оборудование НОД: соковыжималка, морковь, тёрка, френчпресс, стаканы, фартуки.

Ход деятельности:

Воспитатель читает пословицу «Береги здоровье смолоду»

Как вы понимаете эти слова? Что нужно делать, чтобы сохранить здоровье? (ответы детей).

Воспитатель: Конечно, чтоб быть здоровым нужно многое. Вести здоровый образ жизни, правильно питаться, заниматься физкультурой.

Раздаётся стук.

Заходит мышка (за ширмой): Здравствуйте дети, у меня есть сосед Крот, он ни чего не видит, он слепой. Я ему всегда читала сказки, но вот беда, я стала плохо видеть буквы. У нас в погребочке есть картошка, свёкла и морковь. А я не знаю, в каком овоще есть витамины, которые улучшают зрение.

Дети: Нужно есть морковь.

Мышка: Я уже старенькая и не могу прожевать такие твёрдые продукты, как морковь. Что же мне делать.

Воспитатель: Ребята, как помочь мышке?

Дети: Тогда нужен морковный сок.

Мышка: Я не умею его делать.

Воспитатель: Мы сейчас с детьми попробуем сделать морковный сок. Ребята, что нам нужно для получения сока?

Дети: Морковь, соковыжималка.

Воспитатель: А если нет электричества, как сделать сок?

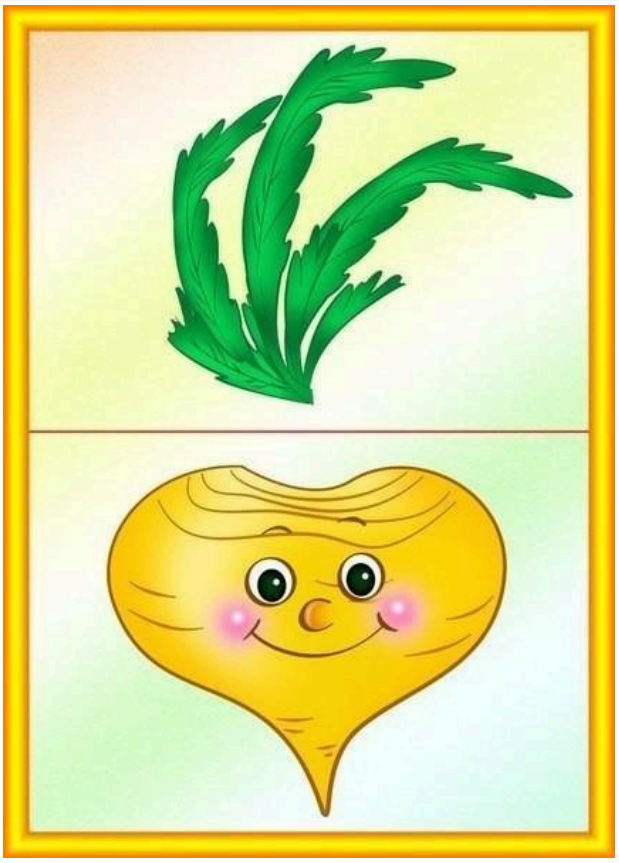
Дети: Можно натереть на тёрке морковь и отжать её.

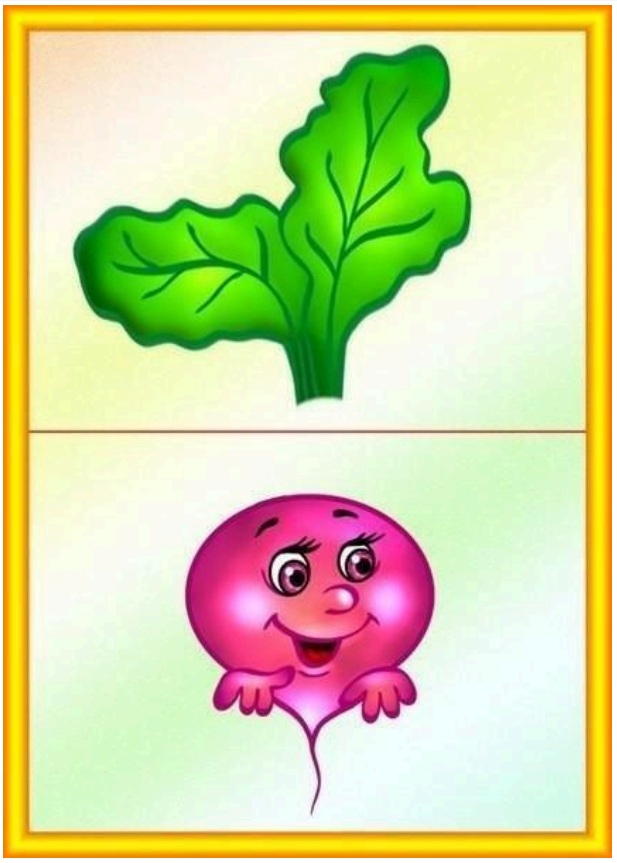
Дети одевают фартуки, моют руки.

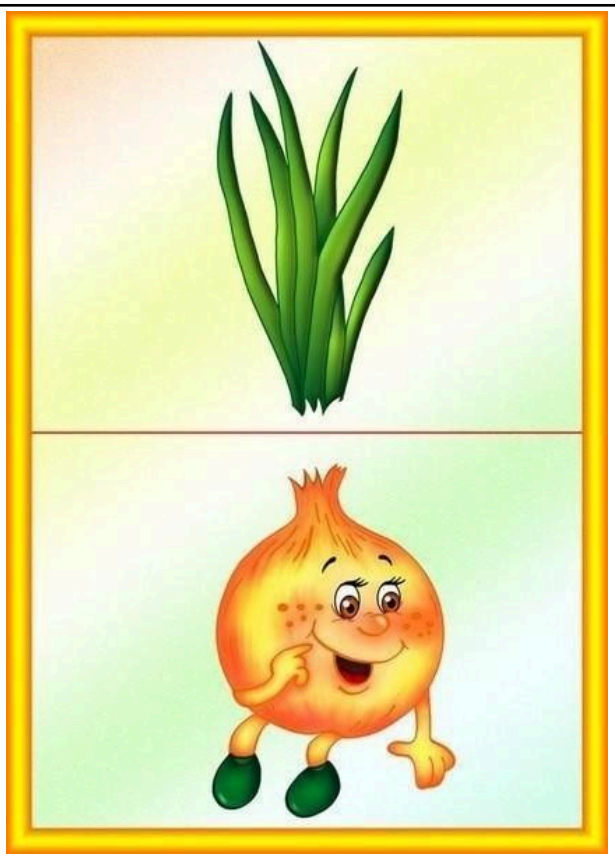
Одна подгруппа готовит сок с использованием соковыжималка. Вторая подгруппа с использованием ручной тёрки.
Воспитатель: Ребята, чтоб приступить к работе, нужно знать инструкции. вы знаете, что обозначает это слово?
Дети: Нет.
Воспитатель: Инструкция – это правила пользования объектом, или последовательность выполнения работы.
Подгруппа, которая будет делать сок с использованием соковыжималки, работает под присмотром младшего воспитателя. Вторая подгруппа с воспитателем.
Когда сок получен, дети сравнивают количество сока, полученного с использованием соковыжималки и с помощью тёрки. С помощью соковыжималки получилось больше сока из равного количества моркови.
Воспитатель: А теперь дегустация. Ребята слово дегустация обозначает определение на вкус качество продукта.
Дети пробую морковный сок, делятся впечатлениями. Рассказывают мышке как готовили сок, о витамине А, который улучшает зрение.

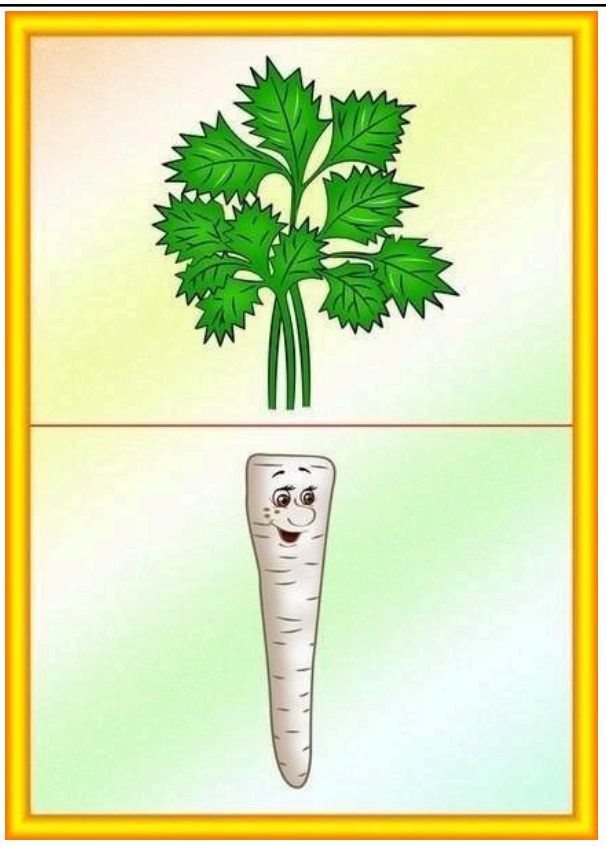
Рефлексия: Ребята, давайте попробуем прорекламировать морковный сок. Реклама соку, который вы сейчас готовили. (дети снимают фартуки и косынки, берут в руки стакан с соком и рекламируют его).
Дети, вы очень хорошо справились с заданием. Я думаю мышке это пойдёт на пользу, и у неё восстановиться зрение. Она так же, по вечерам, будет читать интересные сказки слепому кроту.
Предлагаю гостям стаканы с соком и пожеланиями быть такими же здоровыми, как наши дети.

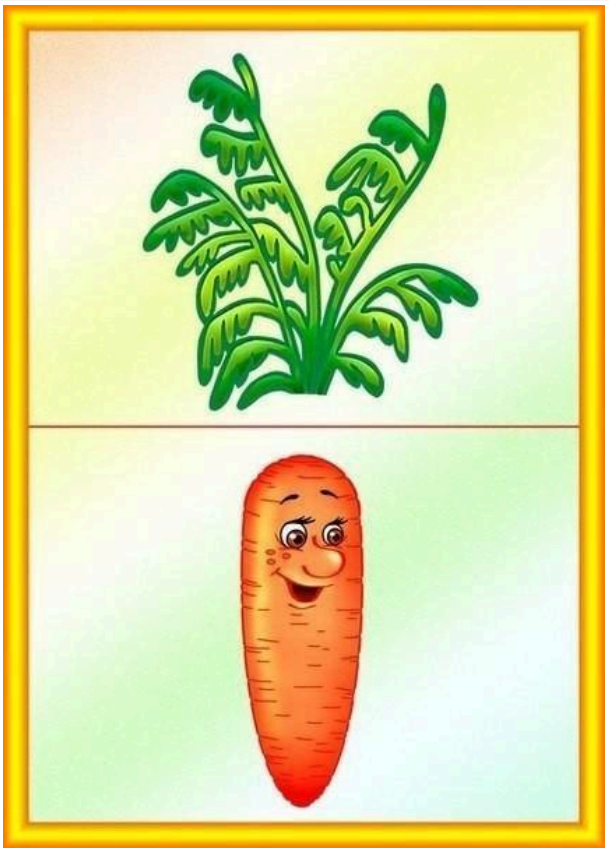
Дидактическая игра "Вершки - корешки"
Цель: создание условий для формирования представления о наличии у овощей ботвы и умения соотносить "корешки" и "вершки".
Правила игры: карт инки с изображением овощей с ботвой разрезаются на половинки. Задача ребёнка найти каждому овощу свои вершки.

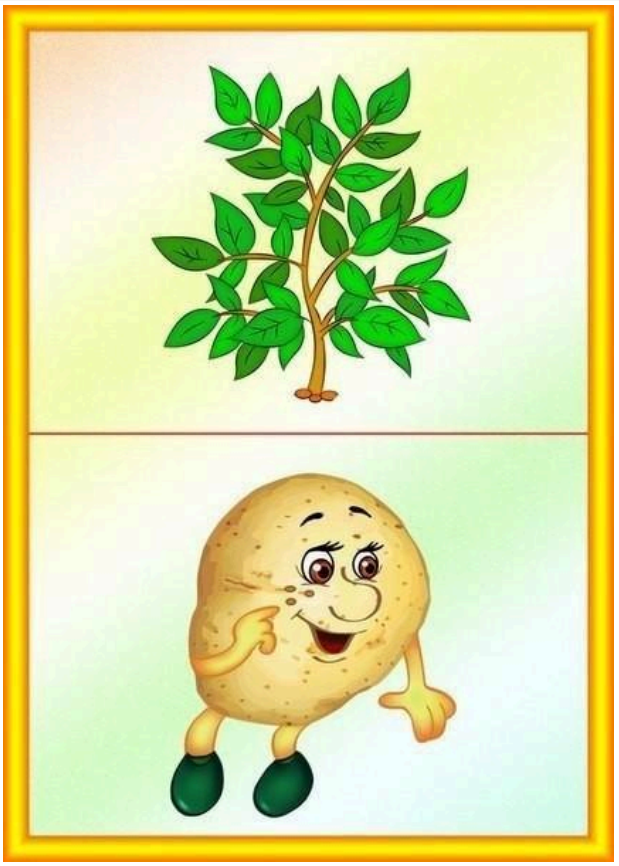


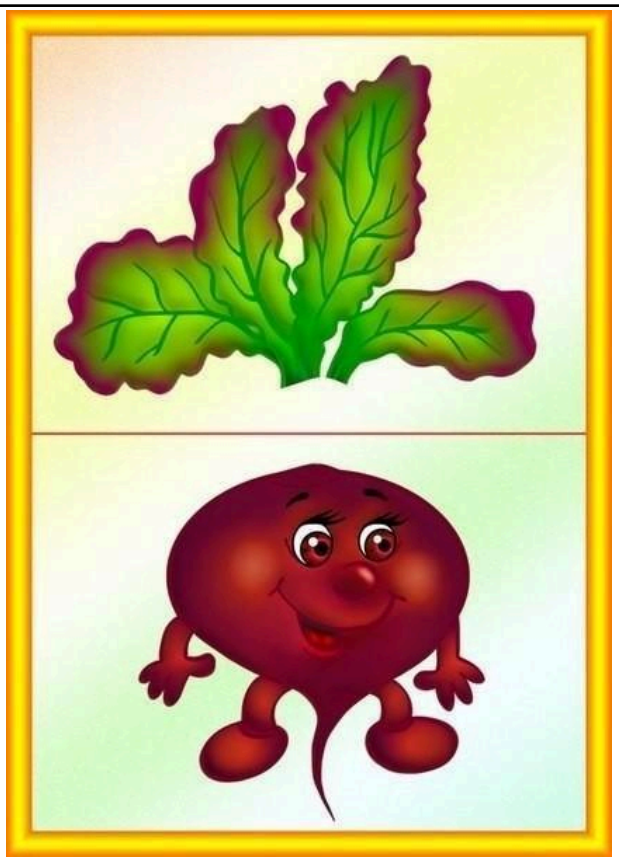


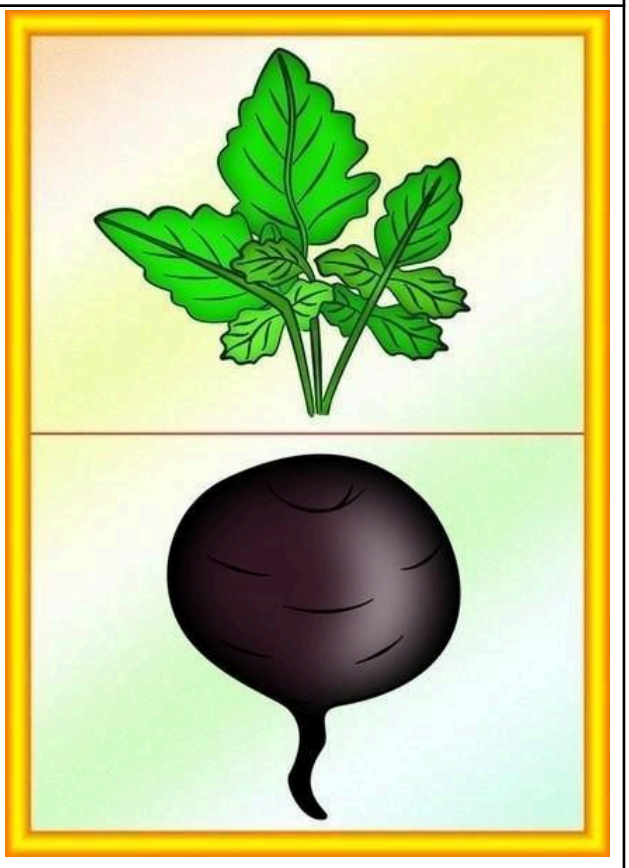


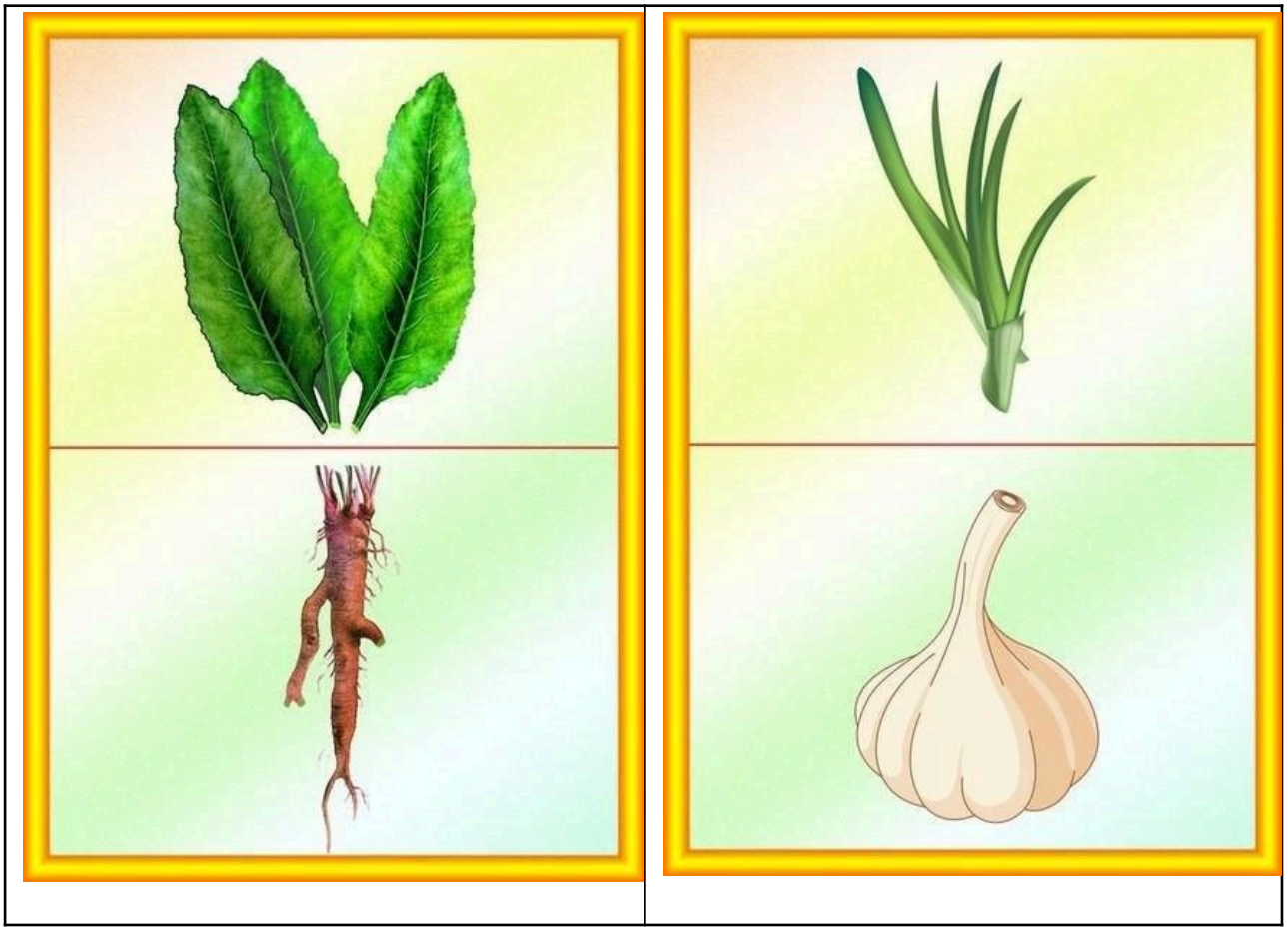












Вторник 2-я половина дня.

Игра «Доскажи словечко»
Есть одна игра для вас:
Я прочту стихи сейчас,
Я начну, а вы кончайте,
Хором дружно добавляйте.

Он горький, но полезный,
Защищает от болезней.
Вирусам совсем не друг,
Потому, что это … (Лук)

Его душистый зубчик,
С тобой положим в супчик.
Добавить аромата смог,
Полезный, остренький …(Чеснок)

Он круглый и красный,
Как глаз светофора
Среди овощей нет сочней…(Помидора)

Пушистый и зеленый хвост
На грядках горделиво рос
Ухватился Ваня ловко:
Вылезай на свет … (Морковка)

Белобока, Круглолица,
Любит вдоволь пить водицы.
У нее листочки с хрустом,
А зовут ее… (Капуста)

А на этой грядке
Разыгрались в прятки
Зеленые хитрецы,
Молодые … (Огурцы)

Этот плод продолговатый,
Витаминами богатый.
Его варят, его сушат,
Называется он … (Картошка)

Этот плод продолговатый,
Витаминами богатый.
Его варят, его сушат,
Называется он … (Груша)

Кислое и сладкое
С кожицею гладкою.
Сочное, душистое
С мякотью лучистою.
Людям всем полезно.
Лечит от болезней!
Даже птичкам зябликам
Вкусно. Это ж... (Яблоко)

От частой поливки,
Едва не промокла
Мохнатая,
Темнолиловая … (Свёкла)

Эта ягода лесная
Нам лекарство заменяет.
Если вы больны ангиной,
На ночь пейте чай с … (Малиной)

Заставит плакать всех вокруг,
Хоть на драчун, а овощ… (Лук)

Дидактическая игра «Ребята - поварята»
Цель: создание условий для формирования представлений о приготовлении блюд из овощей и фруктов.

Воспитатель. Поварята, расскажите, что вы будете делать из этих сочных, ароматных фруктов, а поможет вам «Веселый повар».
На доску выставляются картинки - повар, банка с вареньем, стакан с соком, кастрюля, пирог. Воспитатель дает детям раздаточные картинки с изображением овощей и фруктов.
Воспитатель. Назовите, какой у вас фрукт, что из него приготовите и какой компот, сок, начинка для пирога или варенье получится?
Дети по очереди выходят к доске, ставят картинку к выбранному блюду и выполняют задание логопеда.
Ребёнок: Я варю борщ.
Воспитатель: Что ты возьмёшь для приготовления борща?
Ребёнок: Свёклу, картофель, лук, капусту. (выкладывает овощи около кастрюли)
Ребёнок. Я сварю компот из груши.
Воспитатель. Какой компот из груши?
Дети. Грушевый.
Ребёнок. Я сварю варенье из яблок .
Воспитатель. Какое варенье из яблок?
Дети. Яблочное.
Дети отвечают.
Воспитатель. Молодцы, ребята, сегодня вы хорошо потрудились.
Воспитатель. Кем мы сегодня были? Какие блюда мы сегодня готовили? Понравилось ли вам быть поварятами?

Хороводная игра «Корзина с овощами»
Цель: создание условий для организации хороводной игры по теме проекта.

С большой корзиной иду в огород На грядках растет разноцветный народ.	*(Дети идут по кругу, взявшись за руки)*
Тут красный, пузатый сеньор помидор. А там кабачок, оседлавший забор. Румяный редис принакрылся листком. Зеленый лучок дружно всходит рядком. Как солнышко желтая репка горит. И с черною редькой, смеясь, говорит. Лиловый атласный висит баклажан. Он здесь словно гость из диковинных стран. Вот рыжей лисицей крадется морковка. А тут чеснока две седые головки. И сочный, кудрявый, хрустящий салат.	*(Останавливаются лицом в круг, загибают по одному пальцу сначала на левой, потом – на правой, на каждое название овощей)*
Все дружно в корзине горою лежат.	*(Вновь идут по кругу, взявшись за руки)*

Театрализованная игра «Однажды хозяйка с базара пришла»

Цель: создание условий для развития детской творческой активности в организации театрализованной игры по стихотворению С. Михалкова «Овощи».

Ход игры: у детей на голове ободки с изображением овощей, остальные дети образуют круг. По тексту стихотворения по очереди заходят в круг дети, кто изображает тот или иной овощ. Когда произносятся последние слова, все дети хвалят овощной суп.

Хозяйка однажды с базара пришла,
Хозяйка с базара домой принесла:
Картошку,
Капусту,
Морковку,
Горох,
Петрушку и свёклу.
Ох!..
Вот овощи спор завели на столе
Кто лучше, вкусней и нужней на земле:
Картошка?
Капуста?
Морковка?
Горох?
Петрушка иль свёкла?
Ох!..
Хозяйка тем временем ножик взяла
И ножиком этим крошить начала
Картошку,
Капусту,
Морковку,
Горох,
Петрушку и свёклу.
Ох!..
Накрытые крышкою, в душном горшке
Кипели, кипели в крутом кипятке:
Картошка,
Капуста,
Морковка,
Горох,
Петрушка и свёкла.
Ох!..И суп овощной оказался не плох!

Психогимнастика. «Фрукты. Ягоды. Сад».

Цель: создание условий для выражения эмоционального и психофизического состояния

Выразите удовольствие от приятного запаха земляничного варенья, цветов розы и других цветов.

Передайте свое эмоциональное состояние: едим сладкий виноград, кислый лимон, терпкую хурму или айву.

Изобразите действия садовника: копаем ямки, сажаем плодовые деревья, белим стволы деревьев, делаем обрезку, опрыскиваем деревья и т. д.

Изобразите действия цветовода: вскапываем клумбу, разравниваем ее граблями, высаживаем и поливаем цветочную рассаду.

«Уборка урожая». Имитация действий: ставим лестницу, срываем яблоки, складываем в ящики, а затем грузим их в машину.

«Варим варенье». Изобразите действия мамы: моем фрукты, чистим, разрезаем, кладем в кастрюлю, засыпаем их сахаром и помешиваем варенье.

Образные перевоплощения

Представьте себя фруктовым деревом со спелыми наливными яблоками; яблоком, которое грызет червяк; земляникой на солнечной полянке.

Среда 1-я половина дня.

Д/И «Витамины для здоровья»

Цель: создание условий для формирования представлений о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах, фруктах и ягодах.

Предварительная работа: беседа с детьми о здоровье; беседа о витаминах, о гигиене питания, отгадывание загадок, чтение стихов.

Привала игры: дети слушают стихотворение и раскладывают картинки к символам с наименованием витаминов (A,B,C,D)

Стихотворения о пользе витаминов.

Витамин «А» Расскажу вам не тая как полезен я друзья
Я в морковке, в винограде, в масле, в перце и салате.
Съешь меня- и подрастешь, будешь ты во всем хорош!
Помни истину простую: лучше видит только тот,
Кто жует морковь сырую или пьет арбузный сок!

Витамин «В»
Рыба, хлеб, яйцо и сыр, банан, курица, кефир,
Дрожжи, курага, орехи- вот для вас секрет успеха!
И в горохе тоже я, много пользы от меня!
Очень важно спозаранку, съесть за завтраком овсянку,
Черный хлеб полезен нам и не только по утрам.

Витамин «С»
Землянику ты сорвешь- в ягодке меня найдешь
Я в смородине, капусте, в яблоке живу и в луке,
Я в фасоли и картошке, в помидоре и горошке!
От простуды и ангины помогают апельсины.
Ну, а лучше съесть лимон, хоть и очень кислый он

Витамин «D»Я - полезный витамин, вам, друзья необходим!
Кто морскую рыбу есть, тот силен как Геркулес!
Если рыбий жир полюбишь, силачом тогда ты будешь»
Есть в сметане и в яйце, в масле, сыре, молоке!

Для чего нужны витамины.

Витамин А очень важен для зрения и роста. (свекла, дыня, морковь, чеснок, капуста, петрушка, персики, тыква, перец, виноград.)

Витамин В способствует хорошей работе сердца (рис, изюм, рыба, яйца, сыр, йогурт, орехи, бананы, горох, печень, хлеб, грибы, творог, салат. В животных продуктах - баранина, говядина, крабы, моллюски.)

Витамин Д делает наши ноги и руки крепкими (рыбий жир, печень трески, говяжья печень, сливочное масло)

Витамин С укрепляет весь организм, делает человека более здоровым, неподверженным к простудам. Если все таки простудился, то с его помощью можно быстрее поправится .(черная смородина, шиповник, апельсины, яблоки, лимоны, лук, петрушка.)

Динамическая игра «Это правда или нет»

Правила игры: воспитатель читает ,слова, дети выполняют движения, если «Да» прыгаем, если «Нет» - приседаем.

Каша – вкусная еда
Это нам полезно? (Да)
Лук зеленый иногда
Нам полезен дети? (Да)
В луже грязная вода
Нам полезна иногда? (Нет)
Щи – отличная ед
Это нам полезно? (Да)
Мухоморный суп всегда –
Это нам полезно? (Нет)
Фрукты – просто красота!
Это нам полезно? (Да)
Грязных ягод иногда
Съесть полезно, детки? (Нет)
Овощей растет гряда.
Овощи полезны? (Да)
Сок, компотик иногда
Нам полезны, дети? (Да)
Съесть мешок большой конфет
Это вредно, дети? (Да)
Лишь полезная еда
На столе у нас всегда!
А раз полезная еда –
Будем мы здоровы? (Да)
Чтоб с микробами не знаться
Надо дети закаляться (да)
Никогда чтоб не хворать
Надо целый день проспать (нет)
Если хочешь сильным быть
Со спортом надобно дружить (да)
Чтоб зимою не болеть
На улице надо петь (нет)
От гриппа и ангины нас спасают витамины (да)

Системный оператор «Груша».

Цель: создание условий для формирования представлений о фрукте как о системе.

Ход деятельности: дети совместно с воспитателем рассматривают фрукт в системном операторе. Рассуждают, отвечают на вопросы.

1. Что это?
2. Куда входит система? Фрукты.
3. Строение груши.
4. Прошлое системы. Что было до тога, как появилась груша (как плод).
5. Куда входит прошлое системы. Фруктовый сад.
6. Строение цветка грушевого дерева.
7. Что будет с грушей в будущем?
8. Куда будет входить грушевый компот? Погреб с банками с компотом из груш.
9. Из чего будет состоять будущее подсистемы?

Среда 2-я половина дня.

Загадки хакасов

Тело красной девицы - в темнице, а зеленые косы – в светлице. *(Морковь)*

Загадки русского народа.

Они растут в саду у нас.
Ходить не надо далеко,
Чтоб сделать джем, повидло,
Сорвав их с дерева легко.
Фрукты
Летом — сладкий и зеленый.
В зиму — желтый и соленый.
Огурец
Летом, не боясь жары,
Зрели красные шары.
Вызрели как на подбор.
Что за овощ?
Помидор
Сам алый, сахарный,
Кафтан зеленый, бархатный.
Арбуз
Лоскуток на лоскутке — зеленые заплатки,
Целый день на животе нежится на грядке.
Капуста
Никого не огорчает,
А всех плакать заставляет.
Лук
Кто в земле укрылся ловко?
Это рыжая…
Морковка
Он кусает — но не пес.
Зубок есть. Но, где же рот?
Белый носит сюртучок.
Что это, скажи…
Чеснок
Щеки розовые, нос белый.

В темноте сижу день целый.
А рубашка зелена,
Вся на солнышке она.
Редиска
Кругла, а не луна, бела, а не бумага, с хвостиком, а не мышь.
Репа
Растет она — в земле,
Известна — в целом мире.
Частенько на столе
Красуется в мундире.
Картошка
В огороде — желтый мяч,
Только не бежит он вскачь,
Он как полная луна,
Вкусные в нем семена.
Тыква
Над землей трава,
Под землей бордовая голова.
Свёкла
Он похож на огурец,
Он тяжёлый как свинец,
Завалился на бочок,
Желтощёкий…
Кабачок
Мала, как мышь,
Красна, как кровь,
Вкусна, как мед.
Вишня
Кто его положит в рот,
Тотчас губы обожжет,
Хоть он острый, как горчица,
Как приправа пригодится.
Острый перец
Фиолетового цвета,
Он растет на грядке летом,
Не томат и не банан,
Это вкусный…
Баклажан
Круглое, румяное,
Я расту на ветке.
Любят меня взрослые,
И маленькие детки.
Яблоко
Этот фрукт на вкус хорош
И на лампочку похож.
Груша
Долгая Варвара,
Жестка, корява,
На всех зла,
А всем мила.
Редька

Д/И «Где живёт витаминка?»

Цель: создание условий для формирования пользы витаминов для полноценного развития организма.

Предложить детям разложить карточки с изображением ягод, овощей и фруктов в соответствии с витаминами, которые в них содержатся.

Воспитатель:

-Солнышко помогает нашим фруктам, ягодам, овощам поспеть. Давайте и мы с вами представим, что мы все одно большое солнышко. (Дети берутся за руки, образуют большой круг, выполняют команды педагога. Вытянули ручки-лучики вверх, дотянулись, обняли друг друга и т.д.

-Молодцы, ребята. А теперь, закроем глаза, вместе скажем: «Красное солнышко ярко свети, нам подарки принеси». (воспитатель раскладывает карточки с изображением овощей, фруктов и ягод).

-Вот посмотрите на эти карточки – здесь изображены разные овощи, ягоды и фрукты. А вот коробочки, в которых живут витаминки (воспитатель объясняет, что нужно разложить карточки по коробочкам в зависимости от содержания витаминов)

Первая коробочка-**Витамин А**: полезен для кожи, зрения, зубов, костей, встречается в…

Вторая коробочка-**Витамин В**: укрепляет организм, необходим для работы нервной системы встречается в…

Третья коробочка-**Витамин С**: закаливает организм, оказывает благоприятное действие на зубы и кости, встречается в…

-Вот и разбежались все продукты по своим коробочкам.

Хороводная игра «На грядке»

Цель: создание условий для организации хороводной игры по теме проекта.

Как-то вечером на грядке Репа, свекла, редька, лук Поиграть решили в прятки, Но сначала встали в круг.	*(Дети идут по кругу, взявшись за руки, в центре круга — водящий с завязанными глазами.)*
Рассчитались четко тут же: Раз, два, три, четыре, пять.	*(Останавливаются, крутят водящего.)*
Прячься лучше, прячься глубже, Ну а ты иди искать.	*(Разбегаются, приседают, водящий ищет.)*

Совместная деятельность. Тема: «Витаминная пища хакасов»

Цель: создание условий для формирования представлений о хакасской национальной еде - талган, содержащей полезные витамины для здоровья.

Воспитатель: Изеннер олганнар! Чалахай куннен, аарлыг аалчылар! Здравствуйте ребята! Вы ещё маленькие, поэтому, не знаете хакасских обычаев и традиций.

У хакасского народа существует обычай приема гостей. Хакасы всегда своих гостей приглашали за стол и угощали всех, чем были богаты. У них пища была богата витаминами для здоровья. Чем же мы с вами будем угощать наших гостей? Ребята, какие хакасские блюда вы знаете?

- Вы знаете, как делается талган?
- Нет
- Ничего страшного. Я вам расскажу, как делается талган, из чего делается и чем его можно употреблять в пищу. Слушайте меня внимательно и помогайте мне, готовить талган.

Каждому ребенку раздаю зерна пшеницы (пугдай). Внимательно посмотрите на зерна пшеницы. Обратите внимание на цвет. Скажите, какого цвета зерна пшеницы?

- Желто-золотистого.

А что вы можете сказать про форму? - Овальные.
Обратите внимание на запах, чем пахнет пшеница? - Хлебом, пшеницей. Запомните этот запах.
Гимнастика мелкой моторики.
Возьмите зернышко и покатайте двумя пальцами, между ладонями, ... Из чего же делается талган?
- Из пшеницы (пугдай)
А, как же из этих зернышек получить талган?
Для получения талгана нам необходимо сначала пожарить пшеницу (пугдай) на специальной чугунной чаше (хооргыс). Чтобы не подгорело, его непрерывно перемешивали специальной мешалкой (пулгас). Часто делали мешалку из деревянной палочки на конце с куском войлока. Поджаренное зерно толкали на ступе (согас) с помощью песта (согас палазы) затем просеивали ручной веялкой (саргаас).
Очищенную пшеницу мололи на ручной мельнице (тербен), как муку и ели с молоком, айраном, простоквашей, водой. Зимой замораживали на масле, сметане. Варили кашу.
Офтальмологическая пауза. Гимнастика для глаз.
III Закрепление новой темы.
- Из чего делали талган?
- Как делали талган? Расскажите.
- С чем можно ее употреблять в пищу?
Вывод: Талган очень полезен для здоровья человека. Особенно для желудочнокишечного тракта С древних времен хакасы готовили употребляли талган в пищу. Способ ее приготовления сохранили и до наших дней. Кто не имеет возможности приготовит талган, может купить в магазинах .

Четверг 1-я половина дня.

Формирование целостной картины мира. Тема: «Яблоки в Хакасии тоже растут»
Конспект НОД.

Слушание хакасской национальной песни для праздника урожая.
Цель: создание условий для приобщения детей к хакаской национальной культуре.
https://ok.ru/video/243896553737
https://ok.ru/video/1195753933466

Четверг 2-я половина дня.
Совместная деятельность. Рассматривание картины хакасской художницы Гриценко Валентины Николаевны «Зелёные яблоки»

Цель: создание условий для обеспечения целостного восприятия картины.

Ход: Дети, сегодня мы с вами будем рассматривать картину, а что на ней изображено, я хочу, что бы вы догадались слушая отрывок из стихотворения: «Если видишь на картине чашку кофе на столе, или морс в большом графине или розу в хрустале, или бронзовую вазу, или грушу, или торт, или все предметы сразу – знай, что это – натюрморт. Правильно, дети – это натюрморт. Итак, перед вами картина хакасской художницы Гриценко Валентины Николаевны «Зелёные яблоки». Внимательно посмотрите на эту картину, вглядитесь в краски, проникните в глубину этой картины. Как вы думаете, о чём художница хотела нам рассказать, рисуя эту картину? (ответы детей – яблоки не только вкусные, они ещё и очень красивые, аппетитные даже на картине). Какое настроение вызывает у вас этот натюрморт? *(Радостное, весёлое)* Почему? *(Потому что здесь изображены яблоки, а они содержат много витамин)*. Послушайте отрывок из сказки А. С. Пушкина *«О мёртвой царевне»* Как он описывает яблоко которое надкусила царевна. «Соку спелого полно, так свежо и так душисто, так румяно, золотисто будто мёдом налилось видны семечки насквозь» Как выглядело яблоко в этой сказке, и как описал его поэт? *(ответы детей – сочное, прозрачное от сока)*. Пушкин так описал яблоко, что даже нам захотелось его попробовать. Скажите, на картине, какое яблоко говорит о себе, что оно самое спелое, самое главное? *(ответы)* Да, самое большое зелёное яблоко. Оно самое яркое. Если внимательно посмотреть, то увидим что на картине много яблок, можно сказать, что всем хватит.

А как вы опишите яблоки, лежащие в стороне, не на блюде? *(ответы детей)* Молодцы, действительно, одно из них очень необычного цвета, с ярко – изумрудным зелёным бочком. Скажите, почему художница так расположила яблоки – не все вместе? *(чтобы показать красоту каждого яблока)*. А как вы думаете, где художница взяла яблоки? *(в яблоневом саду)*. Да, дети, я думаю не просто их сорвали с яблони, а просто увидела их такие красивые, спелые, сочные, упавшие на траву под яблоней. Что вы чувствуете, глядя на эту картину, какое у вас настроение? *(ответы детей)* Да, красная скатерть создаёт радостное, ещё праздничное, торжественное настроение. Эта картина вызывает восхищение от красоты плодов, выращенных человеком. А сейчас разминка, встаньте на ноги, давайте попробуем показать в движении как меняется настроение с переменой цвета, переменой погоды. Голубой – это утро, все просыпаются, потягиваются, зевают, настроение лирическое. Красный – это день, дети весело играют, бегают, звучит весёлая радостная музыка. Синий – вдруг набежала туча, стало холодно, пошёл дождь. Жёлтый – выглянуло солнце, всё пришло в движение. Зелёный – люди отдыхают после обеда. Фиолетовый – пришла ночь, наступила тишина, гаснут огоньки в окнах домов. *(Сели на стулья)* Дети, давайте представим, что мы художники и составим композицию для рисования натюрморта вот из этих предметов. *(Детям предлагается набор муляжей фруктов, цветы, ваза и т. д.)* Обязательно создадим фон. *(Дети составляют натюрморт)* Вот какая композиция получилась.

Экологическая подвижная игра «Вершки и корешки»

Цель: создание условий для формирования о том, что в овощах есть съедобные корни – корешки и плоды – вершки, у некоторых овощей съедобны и вершки и корешки, упражнять в составлении целого растения из его частей.

Игровой материал: медальки с изображением вершков и корешков овощей.

Правила игры: Находить пару только после сигнала, называть съедобную часть растения и что из нее можно приготовить.

Ход игры**:** Участники становятся в круг, образуя «корзинку», двигаются по кругу со словами. Дети останавливаются и говорят «корешки»:

Здесь чудо-корешки!

И для пищи мы важны.

Затем произносят «вершки»:
Куда чудеснее вершки,
все блюда с нами так вкусны!
Затем говорит воспитатель:
Опрокинулась корзина, разбежались корешки,
А за ними и вершки.
Дети бегают, не наталкиваясь друг на друга.
Тише, тише, не спешите
И друг друга находите:
Корешок найдет вершок,
А вершок – свой корешок.

После дети образуют пары. Кто-то из детей называет съедобную часть овоща и блюдо, которое можно из него приготовить.

Ожидаемый результат: У детей формируются знания о классификации овощей по принципу: съедобные корни – корешки, и съедобные плоды – вершки. Развивается речь, познание, мыслительные процессы.

Пятница 1-я половина дня.

НОД. Готовим винегрет.

Цель: создание условий в познавательно-исследовательской деятельности «Готовим винегрет»

Задачи:

- создать условия для формирования навыков безопасного обращения с опасными предметами (нож) в быту;
- обеспечить условия для практической деятельности дошкольников;
- создать условия для формирования представлений о пользе витамин, содержащихся в овощах;
- создать условия для умения различать овощи по внешнему виду (свежие, солёные, варёные), узнавать на вкус;
- воспитывать аккуратность во время работы.

Оборудование: Овощи (свежие, варёные ,солёные), разделочные доски, фартуки, косынки, ножи по количеству детей, салфетки, растительное масло, соль, салатница.

Предварительная работа: рассматривание презентации "Овощи", "Фрукты", загадывание загадок.

Словарная работа - активизировать слова: овощи, варёные, солёные, свежие, винегрет, салат, салатница, нарезать, шинковать.

Ход :

Воспитатель **:** Дети, сегодня я приготовила для вас сюрприз. На обед будет салат, который называется «Винигрет». А приготовите его вы сами.

Воспитатель: Что нам для этого понадобиться?

Дети: Овощи.

Воспитатель: Правильно. Где растут овощи?

Чем они отличаются друг от друга?

Чем полезны?

Дети отвечают.

Воспитатель: Да, правильно. Овощи растут в огороде, отличаются по внешнему виду, вкусу, запаху, цвету. В них много витаминов, полезных для здоровья человека. Посмотрите на эти овощи, которые лежат в тарелках, и скажите, чем они отличаются?

Дети: В одной тарелке свежие, в другой - варёные, в третей - солёные.

Воспитатель: Правильно. А что можно приготовить из сырых овощей?

Дети: Сок, салат, суп и т.д.

Воспитатель: А из варёных?
Дети: Салат, винегрет.
Воспитатель: А из солёных?
Дети: Добавлять в салаты, просто кушать.
Входит грустная Витаминка, плачет, чихает.
Воспитатель: Витаминка, что случилось?
Витаминка: Что-то у меня настроения нет, все болит.
Воспитатель: Дети как вы думаете, что происходит с витаминкой?
Ответы детей…….
Выяснили, что оказывается, Витаминка в последнее время питается только чипсами и кока-колой.
Воспитатель: А давайте ребята, мы сегодня приготовим винегрет к обеду. А ты Витаминка будешь нам помогать. Какие овощи пригодятся для этого салата?
Дети: Свёкла, морковь, картофель, лук, огурец.
Воспитатель: Как же мы будем делать винегрет?
Дети: Мелко нарезать овощи.
Воспитатель: Какой опасный предмет нам пригодиться для этого?
Дети: Нож.
Воспитатель: Назовите правила обращения с ножом.
Дети:
1. Никогда не трогать пальцами лезвие ножа, потому что можно порезаться.
2. Резать ножом только на специальной доске, чтобы не повредить стол.
3. Если нужно что-нибудь отрезать, держи свою левую руку подальше от лезвия ножа.
4. Детям пользоваться ножом можно только с разрешения взрослых и под их присмотром.
5. Никогда не резать продукты на весу.
6. Не размахивать ножом.
Воспитатель: Ребята, что ещё необходимо сделать перед тем, как начать готовить салат?
Дети: Вымыть руки, надеть фартук и косынку.
Воспитатель: Для чего их надевают?
Дети: Чтобы не испачкаться.
Воспитатель: Итак, у нас всё готово. Моем руки и начинаем работу.
(Воспитатель напоминает детям, как резать овощи. Дети режут овощи самостоятельно.)
Воспитатель: Что мы будем делать, когда нарежем овощи?
Дети: Всё сложим в салатницу, перемешаем, посолим, добавим растительное масло.
Воспитатель: Что необходимо сделать после окончания работы?
Дети: Вымыть руки, посуду, убрать рабочее место.
(Младший воспитатель помогает детям прибрать рабочее место.)
Воспитатель: Что мы сегодня готовили?
Дети отвечают.
Воспитатель: Из чего мы делали винегрет?
Как вы думаете, этот салат полезный? Почему?
А теперь занимайте свои места за столом и будем пробовать наш винегрет.

Список используемой литературы.

1. Крупенчук, О. И. Тренируем пальчики – развиваем речь! Средняя группа детского сада. – СПБ, 2015 – 32 с.
2. Нищева, Н. В. Картотеки методических рекомендаций для родителей дошкольников с ОНР.- СПб., 2007.-240 с.