

**Проект в первой младшей группе
«Полезные витаминки –это лук!»**

Воспитатель Аббасова Г.М.

20.01 -14.02.2025 г.



Вид проекта: познавательно-исследовательский

Участники проекта: дети второй младшей группы, воспитатели, родители.

Срок реализации: краткосрочный. (февраль)

Проблема проекта: как можно вырастить зелёный лук на подоконнике? Чем может быть полезен лук? Что можно делать с луком? Исследование полезных свойств лука.

Актуальность: Приобщение детей к здоровому образу жизни. Привитие основ здорового питания. Дети младшего возраста в недостаточной степени имеют представления о растениях, о том, где они растут, о необходимых условиях их роста, их интерес к познавательно-исследовательской деятельности только формируется. Проект направлен на формирование знаний детей об овоще – лук, о растениях, которые можно вырастить в комнатных условиях (на оконке). Дать начальное представление об отличии комнатных цветов от перьев лука.



Цель:

- вызвать у детей познавательный интерес к выращиванию репчатого лука на перо в комнатных условиях, заинтересовать этапами роста.

- узнать о пользе лука.

Задачи:

образовательные:

- Формировать умение у детей ежедневно ухаживать за луком в комнатных условиях.

- Формировать представления о луке, особенностях внешнего строения, находить «донце» с корнями и верхушку;

-Формировать представление детей о необходимости света, тепла, влаги.

- Наблюдать за изменениями роста луковиц в контейнере с водой.

- Формировать умение выполнять индивидуальные и коллективные поручения.

-Научить детей видеть результат своего труда. Вызвать у детей интерес конкретному объекту- луку, через стихи, загадки, проектно-исследовательскую деятельность.

Воспитательные:

- воспитывать бережное отношение к своему труду, любовь к растениям.

Задачи создания развивающей речевой среды:

* Обогащать словарный запас за счет новых понятий, введения разнообразных атрибутов.

* Совершенствовать диалогическую и монологическую речь, умение вести координированный диалог «ребёнок-ребёнок-воспитатель».

* Побуждать проявлять инициативу и любознательность с целью получения новых знаний в детских энциклопедиях, познавательной и художественной литературе.



Предполагаемый результат: дети научатся сажать и элементарно ухаживать за луком и познакомятся с условиями его содержания; у детей сформируются знания и представления о росте зеленого лука в комнатных условиях; дети узнают о пользе зелёного витамина.

Работа с родителями:

-Предложить родителям посадить вместе с ребенком свой «огород» для закрепления знаний о растениях (овощах).

Материалы и оборудование: луковицы, контейнеры для посадки, лейка для полива, палочки для рыхления почвы.

Проблема: дети не очень любят лук, а чтобы полюбить его, нужно узнать как его выращивать, сколько сил, труда и терпения нужно приложить, чтобы у нас на столе был лук. Я предложила детям вырастить лук прямо в группе. Огород на подоконнике в детском саду дает возможность детям наблюдать за ростом лука и ухаживать за ним.

План реализации проекта.

Срок проведения	Тема	Мероприятие
1 неделя	«Условия, необходимые для жизни растений»	Исследовательская деятельность
2 неделя	«Лучок», «Овощи»	Лепка, аппликация
3 неделя	«Сказка о луке», стихи, загадки	Чтение
4 неделя	«Узнай на ощупь», «Узнай по запаху», «От какого овоща эта часть?». Рисование «Лук на грядке»	Игры, продуктивная деятельность

Подготовительный этап

1. Сбор художественной литературы: стихи, загадки, пословицы, поговорки, рассказы, сказки про овощи, экологические сказки.
2. Работа с родителями «Участвуем в проекте «Огород на подоконнике». Приобретение необходимого оборудования (контейнеры, земля, удобрения, луковицы).
3. Разбивка огорода на подоконнике.

Исследовательский этап

1. Рассматривание луковицы, посадка лука.
- 2.Опытно-экспериментальная деятельность: «Строение растений», «Условия, необходимые для жизни растений», «Размножение, рост, развитие растений».
3. Занятия с детьми: «В мире растений», «Все начинается с семечка», «Посев семян», «Первые всходы».
4. Проведение дидактических игр «Узнай на ощупь», «Узнай на вкус», «От какого овоща эта часть?».
5. Разучивание с детьми стихов, загадок, поговорок о растениях.
6. Рассматривание иллюстраций, картин с изображением овощей (сравнить их по цвету, форме, размеру, вкусу).

*Беседы о том, как выращивают овощи на огороде.

- Проведение игры «Мышка в огороде».

Заключительный этап

1. Подведение итогов реализации проекта.
2. Проведение конкурса «Угадай название овоща»,

Работа с детьми.

Лепка «Овощи большие и маленькие».

Задачи:

Закрепить знания детей об овощах. Упражнять в умении лепить предметы круглой формы, разной величины. Учить передавать впечатления от окружающего мира.

Ход занятия:

Поговорить с детьми об овощах. Рассмотреть их, сравнить по величине (лук большой и маленький). Предложить вспомнить и показать руками в воздухе, как лепить предметы круглой формы.

Выполнение работы детьми. Индивидуальная помощь тем детям, которые испытывают затруднения. В конце занятия положительная оценка, обратить внимание на лучшие работы.

Стихотворения про лук

Всем на зависть нынче лук.
Чудной формы и упруг,
Точно шарик непокорный,
Вырываются из рук.
Он на редкость круглый – вижу,
Золотистый, красный, рыжий.
Но, снимая кожуру,
Прекратишь свою игру.
Глаз защищает не на шутку.
Зареветь решил, как будто

Лук в саду и в огороде,
Да при всём честном народе,
Развивается, растёт.
От болезней нас спасёт.

Аппликация «Овощи» (Накормим зайчика)

Задачи:

Закрепить знания детей об овощах. Закреплять знания о форме, величине. Упражнять в правильном использовании приемов наклеивания.

Ход занятия:

Вызвать у детей желание помочь игровому персонажу – зайчику (накормить его морковкой), обратить внимание детей на то, что нужно правильно располагать и приклеивать формы, стараться аккуратно пользоваться kleem.

Загадки:

1. Сидит дед, в сто шуб одет.
Кто его раздевает, тот слезы проливает. (Лук)
2. Без окон, без дверей полна горница людей. (Огурец)
3. Сидит девица в темнице, а коса на улице. (Морковь)

4. Под землей птица гнездо свила и яиц снесла. (Картофель)
5. Красненьки сапожки-в земле и в лукошке. (Свекла)
6. Цветки желты, плоды зелены, а созреют – покраснеют. (Помидор)
7. Промеж гор, промеж дол лежит пан – синий кафтан. (Баклажан)
8. Телятки гладки, привязаны к грядке. (Кабачок)

Пословицы о луке.

Лук от семи недугов лечит.

Ешь лук- чаще зубы будут.

Лук и мед, кашель быстро уйдет.

Консультация для родителей.

«Полезные свойства репчатого и зеленого лука»

Лук "окультурен" человеком около 4000 лет назад. Считается, что репчатый лук люди начали выращивать в Средней Азии. Исцеляющие свойства репчатого лука были известны людям еще в древности. В луке содержатся витамины А, В и С, эфирные масла, а также кальций, железо, магний, фтор, серу (именно из-за нее у лука такой резкий запах) и фитонциды.

Сок репчатого лука является сильным природным антибиотиком, оберегающим человека от простудных и инфекционных заболеваний. Лук активизирует обмен веществ, способствует очищению крови и стимулирует пищеварительные процессы. Его используют при гипертонии, общей слабости, для увеличения потенции, как противоглистное средство, а также при гастрите, геморрое и диабете. Сок лука применяется при ревматизме, бессоннице, неврастении.

Кашица из свежего лука используется для лечения гриппа, дерматита, при выпадении волос, выведении мозолей и бородавок, а также против укусов комаров.

Используют репчатый лук и в косметике: маски из него хорошо очищают кожу и делают ее мягкую.

В перьях зеленого лука содержится больше витаминов, чем в самой луковице. Зеленый лук - прекрасное средство для восполнения запаса витаминов, особенно в период весеннего авитаминоза. Так 100 граммов зеленого лука содержат дневную норму витамина С для взрослого человека. В состав ростков зеленого лука входят также каротин и витамины группы В. Луковое перо кроме того содержит хлорофилл, что полезно для процесса кроветворения.

Еще одним важным полезным свойством лука является его положительное действие на функцию нашей сердечно - сосудистой системы. Зеленый лук рекомендуется всем тем, кто страдает от малокровия и слабости сердечной мышцы, кому необходимо укрепить стенки сосудов и нормализовать кровяное давление.

Свежая зелень лука прекрасно возбуждает аппетит, придавая привлекательность любому блюду.

Лук используется в кулинарии, и ценится как средство ото всех болезней.

Ещё одно его неоспоримое достоинство, что это первый овощ, который появляется уже весной. В магазинах он доступен в течение всего года, что

позволяет украшать им стол и поправлять своё здоровье. Чаще всего его употребляют в свежем виде и добавляют в самые разные блюда. Можно также и делать заготовки на зиму.

Полезные свойства репчатого лука не исчезают при тепловой обработке. Жареный, вареный или печеный он сохраняет все свои витамины, а также вкус и аромат. Из него приготавливают настои и снадобья. Множество рецептов народной медицины не обходятся без него. Например, красные сорта лука помогают отчистить организм от холестерина. И его рекомендуют больным с онкологическими заболеваниями.

Считается, что употребление зеленого лука или репчатого лука в больших количествах может иметь раздражающий эффект на слизистые оболочки, в частности – на слизистую желудка. Вместе с тем, использование зеленого лука в небольших дозах весьма полезно для пищеварения и нормализации работы желудочно-кишечного тракта. Зеленый лук способствует уничтожению вредных бактерий и инфекции, способствует пищеварению, стимулирует выделение желудочного сока и возбуждает аппетит.