

*проект*

# Овощи – полезные и вкусные продукты

*МБОУ*

*«Среднебалтаевская  
ООШ» Апастовского  
района РТ*

*Классный руководитель:  
Гайнутдинова А.Ф.  
(2 класс)*

*Среднее Балтаево, 2012*

# **Проект «Овощи и фрукты - полезные продукты»**

**Цель:** Создание условий для формирования ценностного отношения школьников к здоровью.

**Задачи:**

- ✓ Обобщить и расширить знания учащихся об овощах.
- ✓ Познакомить учащихся со значением овощей для организма.
- ✓ Сделать проект сотворчеством учителя, учеников.

# Структурирование содержательной части проекта и описание хода работы

## I. Подготовительный этап

В начале работы были поставлены вопросы :

- ✓ Что мы хотим сделать?
- ✓ Чему научиться?
- ✓ Кому помочь?

Учитель направлял работу учащихся, помогал искать литературу. И мы выявили для себя **следующие проблемы:**

- ✓ Какие продукты необходимы нашему организму для нормальной работы?
- ✓ В чем польза овощей ?

# II. Практический этап

## План

- Сбор урожая с пришкольного участка.
- Сбор информации: загадки об овощах ; информация о пользе овощей.
- Детские рисунки на заданную тему.
- Приготовление салатов из овощей.
- Встреча с педиатром на заданную тему

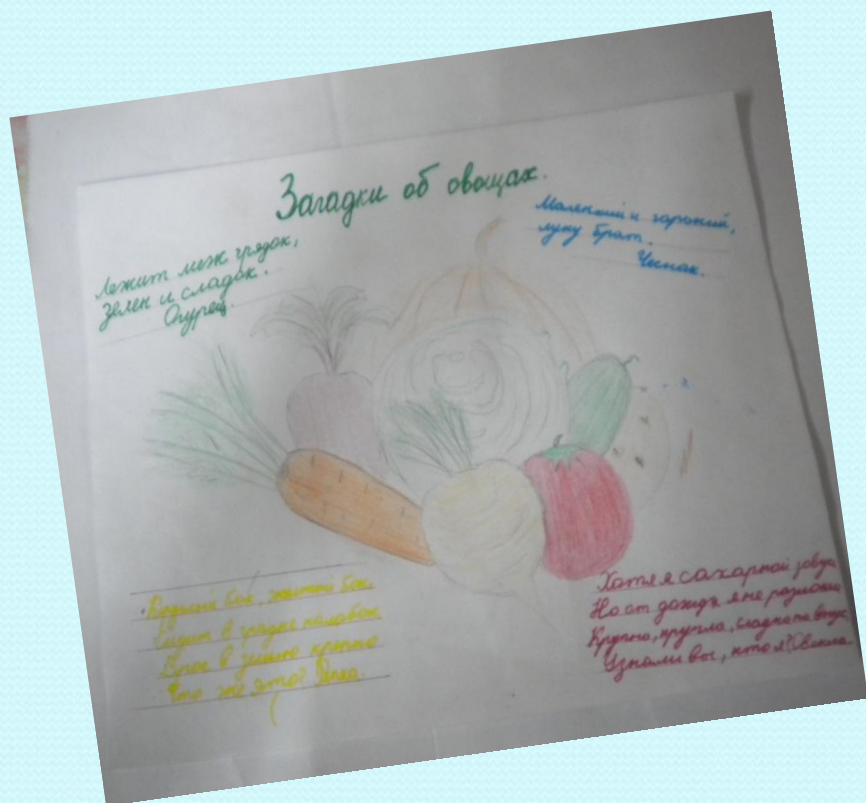
# Сбор урожая с пришкольного участка



# Поиск информации



# Загадки об овощах и фруктах



# Информация детей о пользе овощей

Польза овощей



Употребление

овощей, в последнее время, стало главным источником натуральных витаминов в организм человека. Пользу овощей нельзя недооценивать, ведь когда мы едим капусту, кабачки, баклажаны, огурцы или помидоры в наш организм поступают все полезные элементы и витамины. Кто же знал, что например в красном сладком перце больше всего витамина С или, что в помидорах и петрушке большое количество каротина.

Естественно, все овощи надо употреблять в свежем виде, потому, что только так они сохраняют свою полезность в полном объеме. Овощи эффективно используются в диетологии, для восстановления сил, улучшения самочувствия, укрепления организма. Больше всего пользы в свежих овощах содержится в виде магния, калия, фосфора, железа и цинка. Только с помощью овощей при употреблении мяса, оно будет приносить желаемую пользу.



# Детские рисунки



# Приготовление салатов своими руками



# (встреча с педиатром нашего села)



# III. Заключительный этап

В рамках заключительного этапа была проведена защита проекта и подведение итогов проведенной работы.

Свой проект ребята защищали перед учениками 2 класса, где загадывали загадки, рассказывали о пользе овощей.



Чтобы всем здоровым быть,  
Надо овощи любить.  
Салата, репы, лука капуста  
Витаминами полна!

Кушать овощи и фрукты,  
Рыбу, молокопродукты —  
Вот полезная еда,  
Витаминами полна!

# Выводы:

- В результате работы над проектом дети изучили большое количество информации об овощах .
- Узнали многое о пользе овощей.
- Научились собирать урожай.
- Научились готовить салаты из овощей.
- Были подготовлены выставка творческих работ и защита проекта перед учениками других классов.