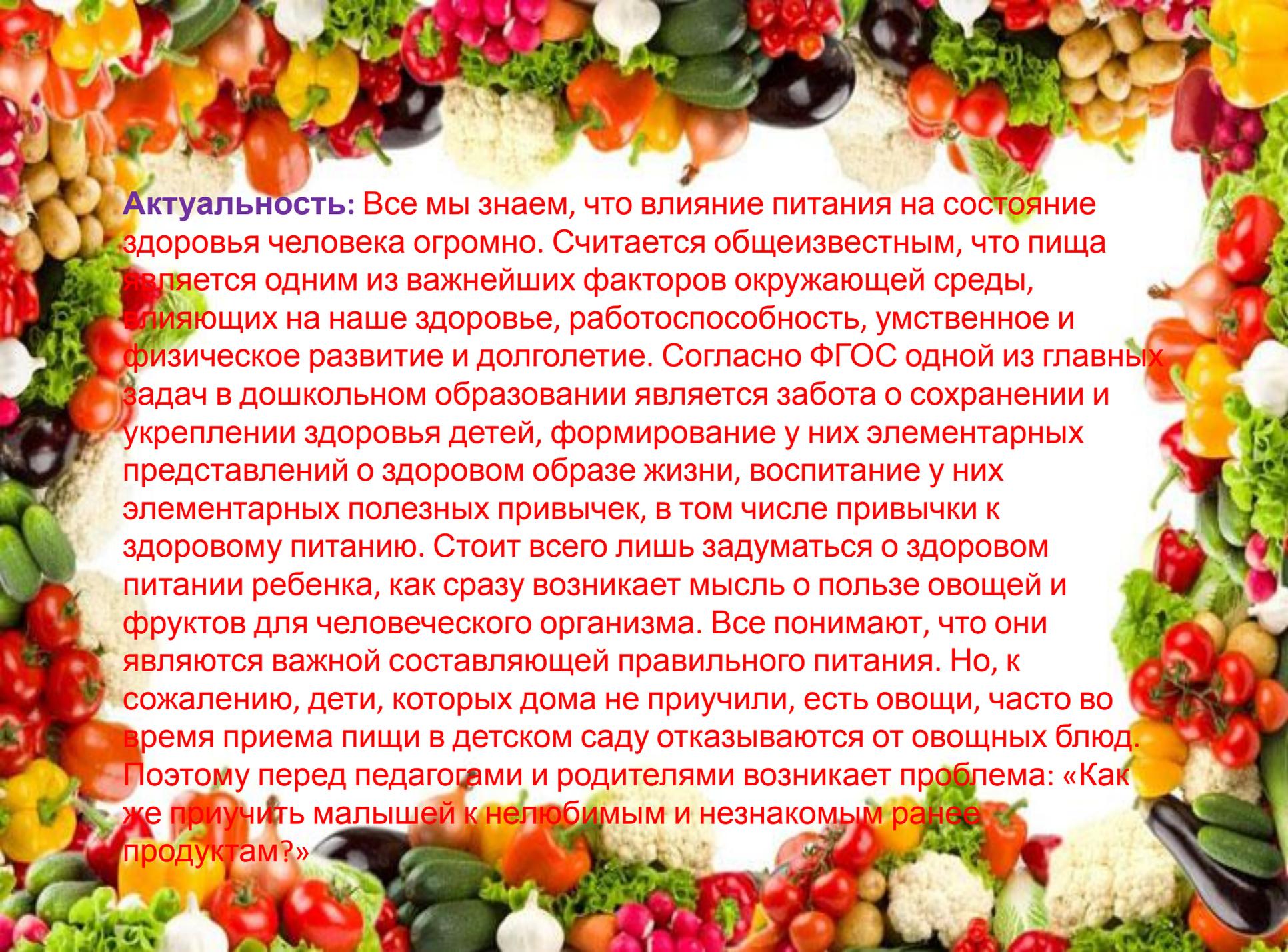




# Проект в младшей группе «Наша подружка морковочка»

Подготовила воспитатель: Глинина С.В.

A vibrant border of fresh vegetables and fruits surrounds the text. The border includes various items such as red and yellow bell peppers, green cucumbers, purple eggplants, red tomatoes, green leafy vegetables, white onions, and small round vegetables like radishes and mushrooms. The background is white, making the colorful produce stand out.

**Актуальность:** Все мы знаем, что влияние питания на состояние здоровья человека огромно. Считается общеизвестным, что пища является одним из важнейших факторов окружающей среды, влияющих на наше здоровье, работоспособность, умственное и физическое развитие и долголетие. Согласно ФГОС одной из главных задач в дошкольном образовании является забота о сохранении и укреплении здоровья детей, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни, воспитание у них элементарных полезных привычек, в том числе привычки к здоровому питанию. Стоит всего лишь задуматься о здоровом питании ребенка, как сразу возникает мысль о пользе овощей и фруктов для человеческого организма. Все понимают, что они являются важной составляющей правильного питания. Но, к сожалению, дети, которых дома не приучили, есть овощи, часто во время приема пищи в детском саду отказываются от овощных блюд. Поэтому перед педагогами и родителями возникает проблема: «Как же приучить малышей к нелюбимым и незнакомым ранее продуктам?»



**Цель проекта:** Улучшение качества организации питания детей посредством приучения их к овощным блюдам. Расширение знаний детей о моркови.

**Задачи:** Дать детям представление о витаминах, содержащихся в моркови. Научить детей различать на вкус варёную и сырую морковь. Расширять словарный запас детей и их кругозор. Познакомить детей с многообразием блюд из моркови. Прививать детям желание употреблять блюда из моркови. создание обстановки, формирующей у детей положительное отношение к блюдам из овощей.

## 1 этап проекта

Знакомя ребят с меню на обед, обсудили блюда, которые придется им по вкусу. Дети рассказывали о своих любимых блюдах. На вопрос « Любит ли кто-нибудь кушать салаты?» дети пришли в замешательство. Рассказали о многообразии салатов.

### ***Игра «Волшебный мешочек»***

В нём спрятаны овощи – муляжи. Дети по очереди нащупывали овощ, не доставая его из мешочка, угадывали, что это, говорили, а затем показывали детям. Остальные ребята следили, правильно или нет назван вынутый овощ.



Провели с детьми беседу на тему: « Полезный овощ – морковь». Выяснили , что дети уже знают о моркови.

Читали стихи о моркови.

Отгадывали загадки об овощах.

Рассматривали плод моркови.



## Провели эксперимент.

Протерли морковь через тёрку. С помощью марли выжали сок.

Рассмотрели сок, описали цвет. Попробовали на вкус. Сделали вывод, что морковный сок – жидкость оранжевого цвета, имеющая сладкий вкус и очень полезная для здоровья.



## ***Игра « Угадай, сколько?»***

**Цель: Научить детей понимать понятия и называть « один», «много», « ни одного».**



Находили морковь на картинках среди других овощей..



## Эксперимент с морковной верхушкой.

Посадка морковной верхушки 1 марта

Первые росточки ботвы появились на 4-ый день

Дети ежедневно доливали воду, эксперимент длился 14 дней.



## ***Игра «Попробуй на вкус и угадай»***

На тарелке лежат кусочки варёной и сырой моркови. Детям даём попробовать на вкус один и другой. Вводим в словарь детей слова «сырой», «варёный».





## **Результаты:**

- 1) улучшение организации качества питания (ребенок с желанием ест блюда из моркови);
- 2) положительные сдвиги в эмоциональном плане в процессе приема пищи (ребенок с радостью «встречает» морковь в своей тарелке);
- 3) повышение уровня осознанности приема в пищу тех или иных продуктов (ребенок понимает, для чего нужно есть морковь, и почему это так важно);
- 4) повышение интереса к занятиям, играм по теме «Овощи» (ребенок с удовольствием откликается на игры по данной теме, использует полученные знания в самостоятельной деятельности).

