




# Капуста – королева овощей





Детский сад «Золушка», филиал Автономного учреждения дошкольного образования муниципального образования Заводоуковский городской округ  
«Центр развития ребёнка – детский сад «Светлячок»

# Капуста – королева овощей

Участники проекта:

воспитанники старшей группы №1.

Руководитель тематического проекта:

Воспитатель: Киселева Евгения Анатольевна



## *Девиз:*

Что может быть ценнее, чем капуста!  
Капуста и полезна, и вкусна!  
С капустой на столе не будет пусто,  
Ведь из нее рецептов просто тьма!  
А сколько есть в капусте витаминов!  
Их невозможно даже перечесть!  
Друзья! Нам очень важно для здоровья  
Капусты каждый день побольше есть!



## *Проблема исследования:*

На протяжении нескольких лет осенью в ДОУ устраиваются выставки урожая овощей и фруктов. На выставке в этом году особое внимание привлекла капуста. Детей заинтересовало: откуда появилась капуста, какие виды капусты существуют, их внешний вид, особенности; какими свойствами обладает капуста и какие блюда из нее можно приготовить.

## *Цель:*

формирование мотивации у детей на здоровый образ жизни посредством постановки и разрешения проблемы в процессе познавательной деятельности.



# Задачи

Узнать о  
происхождении и  
разнообразии видов  
капусты,.

Расширить  
представление о  
полезных и лечебных  
для организма  
свойствах капусты, ее  
значении в жизни  
человека.

Познакомиться с  
рецептами  
приготовления блюд из  
капусты (голубцы, щи,  
борщ, салат, пироги).



## *Актуальность проекта:*

Человека окружает множество овощей, один из которых капуста. Этот овощ часто употребляется в повседневной жизни человека, и поэтому мы решили исследовать капусту. Дети в дошкольном возрасте по своей природе исследователи, они любят новые впечатления, постоянно стремятся экспериментировать, узнавать, что-то новое.




# 1 этап - подготовительный

- ❖ Определение темы проекта.
- ❖ Создание соответствующей предметно – пространственной среды.
- ❖ Подборка художественной литературы (сказки, рассказы, стихи, загадки, пословицы, поговорки о свекле), дидактических игр.
- ❖ Консультация для родителей.






## 2 этап - практический



Про капусту в огороде  
Я хочу вам рассказать,  
Как известно всем в народе,  
Ее просто собирать.  
Есть в капусте витамины  
А, В, С и даже Е!  
Они умные картины  
Пробуждают в голове.



# Экскурсия в медицинский кабинет

**Мы узнали:**

**Капуста способствует развитию и росту организма;**

**Улучшает обмен веществ;**

**Оказывает противовоспалительное и обезболивающее действие;**

**Укрепляет зубы и кости;**

**Капустный сок помогает бороться с кашлем, бронхитом.**

# Экскурсия на кухню

Повари рассказали нам что можно  
детского сада приготовить из капусты



# Мы узнали интересные факты:

Древние греки и римляне выращивали не более десятка сортов капусты. В девятнадцатом веке их было уже около тридцати, а в настоящее время – более сотни.

В квашеном виде капуста полезнее, чем в свежем. Полезные качества квашеной капусты сохраняются около 10 месяцев, поэтому есть ее можно почти весь год.

Существуют не только съедобные, но и сугубо декоративные сорта капусты, причём самых разных цветов.

# Опыт ы



Пробовали на вкус



**Отгадывали кроссворд  
«Овощи»  
и составляли рассказы**



# Наши любимые игры

