

Проект «Овощи и фрукты»

С детьми раннего возраста и младшей группы

Выполнила воспитатель:

Войткевич Е.В.



Проект «Овощи и фрукты»

Проект: краткосрочный

Участники: дети младшей группы, родители, воспитатели.

Тип проекта: Познавательный

Актуальность: Природа дарит много красивого, вкусного, полезного. Особенно щедро на подарки осень. Сколько вкусных фруктов и овощей созревает у людей в огородах и садах. Дети младшего дошкольного возраста имеют недостаточное представление об овощах и фруктах, о том, где они растут, и их роль в сохранении и укреплении здоровья.

В проекте «Овощи и фрукты – полезные продукты» ребята учатся классифицировать, сравнивать и обобщать полученные знания, что способствует умственному развитию детей, развивает интерес.

Проблема: Дети 2-3 лет возраста в недостаточной степени имеют представление о овощах фруктах, где они растут и о их полезных свойствах.

Цель: Обобщение и расширение знаний детей об овощах и фруктах через разные виды деятельности.

Задачи:

Познавательное развитие: расширить представления детей о многообразии фруктов, овощей и о местах их произрастания. Закреплять названия цветов, форм, величины.

Речевое развитие: расширять и активизировать словарь детей, развивать связную речь, обогащать словарь детей.

Социально-коммуникативное развитие: формировать умение работать в коллективе. Во время игр развивать интерес к окружающему миру; соблюдать правила поведения в природе.

Художественно-эстетическое развитие: учить передавать в лепке, рисунках, аппликациях цвет, форму фруктов, овощей; формировать навыки художественного исполнения различных образов в песнях и эмоциональную отзывчивость на произведение.

Физическое развитие: развивать все виды моторики: общую, мелкую, артикуляционную. Формировать умение координировать речь с движениями. Развивать чувство ритма. Формировать представление о ЗОЖ - мыть руки перед едой, мыть овощи, фрукты

Участники проекта:

1. Дети раннего возраста – младшей группы
2. Воспитатели группы
3. Родители

Этапы работы

1. Подготовительный:

- Изучение литературы по теме,
- разработка проекта,
- подбор методического и дидактического материала,
- ознакомление родителей о значимости проектной деятельности по данной теме,
- разработка информационно-наглядного материала,
- ознакомление родителей.

2. Основной:

- Проведение с детьми бесед об овощах и фруктах.
- Проведение подвижных игр.
- Проведение дидактических и настольных игр.
- Чтение художественной литературы детям (заучивание стихов, загадывание загадок по теме).
- Рассматривание картин.

3. Заключительный:

- Изготовление дидактических игр своими руками;
- Закрепление полученных знаний;
- Презентация.

Виды детской деятельности:

Игровая деятельность

Дидактические игры «Чудесный мешочек», «Большой маленький», «Назови одним словом», работа с лэпбуком «Что растет на грядке?», «Что растет на дереве?»

Настольный кукольный театр: «Теремок»

Подвижные игры: «Покорми зайчат».

Конструирование из строительного материала.

Пальчиковые игры: «Мы капусту рубим, рубим...», «Апельсин», «Слива», «Компот».

Коммуникативное развитие

Просмотр мультфильма «Урожай», «Маша и медведь».

Рассматривание картин, иллюстраций.

Беседы: «Овощи», «Овощи и фрукты – полезные продукты», «Какие овощи растут у нас в огороде?».

Эстетическое развитие

Рисование на тему «У козла Мифодия в огороде»

Лепка «Заготовка овощей на зиму»

Аппликация «Что растет на огороде»

ФЭМП «Осень – фрукты и овощи».

Познавательное развитие

Чтение художественной литературы: стихи, рассказы, сказки соответствующей тематике: «Огород», «Репка», «Вершки и корешки», «Мешок яблок».

Загадывание загадок.

Итог:

В результате проекта у детей сформировалось и обогатилось представление о фруктах и овощах. Дети имеют представление о многообразии фруктов, овощей и о местах их произрастания.

Конспект НОД по развитию речи: «Огород»

Цель: ознакомление детей с овощами, уточнить их название, цвет, форму.

Задачи:

1. Развивать слуховое внимание, интерес, мышление;
2. Развивать умения отвечать на вопросы воспитателя;
3. Продолжать обогащать словарь детей прилагательными, обозначающими цвет, величину, форму предметов, закреплять умения детей различать овощи по внешнему виду;
4. Вызвать у детей интерес к рисованию, конструированию; учить рисовать вертикальные, параллельные палочки.
5. Совершенствовать двигательную активность;
6. Развивать навыки общения со сверстниками, воспитывать бережное отношение к труду и проявление заботы о близких, формировать умения и желания активно участвовать в ходе занятия.

Оборудование: ноутбук, проектор, аудио- и видеоматериалы, игрушка «Заяц», настоящие овощи, коврик для огорода, корзина; карточки для рисования и конструирования, краски, карандаши, счетные палочки и проч. инструменты для продуктивной деятельности

Предварительная работа: заучивание по картинкам потешки «Зайчишка-трусишка», обучение хороводным играм.

Звучит трек паровозик.

Восп.: Дети, нас паровозик зовет в путешествие.

Дети садятся на стульчики и имитируют движение колес паровоза под музыку.

Восп.: Вот мы и приехали. Стоп станция «Урожайная». Включает мультфильм про сбор урожая. По ходу просмотра повторяет с детьми названия овощей и дети проговаривают, запоминают их внешний облик.

Потом воспитатель предлагает детям собрать урожай из нашего огорода. На ковре стелется коврик-грядка, на которой дети раскладывают овощи. Параллельно с выкладкой еще раз повторяют названия овощей. Дети строятся в хоровод вокруг импровизированного огорода.

Воспитатель поет: (можно включить музыку)

Есть у нас огород В нем капуста растет	Идут по кругу, взявшись за руки
Вот такой вышины,	Руки вверх
Вот такой нижины,	Приседают
Вот такой ужины,	Сходятся в круг
Вот такой ширины.	Расходятся
Ты капуста не зевай И в корзину полезай!	Хлопают в ладоши. Названный ребенок выбирает нужный овощ с грядки.

Игра продолжается 2-3 раза. В конце игры остальные овощи дети убирают все вместе.

Вбегает в группу зайчик и сразу набрасывается на овощи, хочет все съесть.

Восп. вместе с детьми читают потешку с имитационными движениями:

Ах, ты зайчишка-трусишка,

По полю бежал

И к нам в огород забежал.

Капусту нашел,

Морковку нашел,

Сидишь и грызешь!

Иди прочь хозяин идет!

Восп.: Мы урожай собирали, работали, тебя воришку не ждали! Давайте ребята сделаем забор вокруг огорода, чтобы зайка не съел нашу капусту и морковку.

Дети садятся за столы, воспитатель предлагает нарисовать заборчик или построить из палочек на подготовленных карточках. Воспитатель вместе со своим помощником организуют продуктивную деятельность по выбору детей, распределяют материалы, оказывают словесную и практическую помощь в рисовании или конструировании.

Воспитатель хвалит детей за рисунки, а зайчик плачет.

Восп.: Что ты плачешь, зайка?

Заяц: У меня животик болит, я очень проголодался.

Восп.: Так ты попроси детей тебя угостить, и не забудь сказать, пожалуйста.

Зайка просит, и дети его угощают, заяц благодарит детей прощается и уходит.

Конспект занятия по ФЭМП

Общая тема: «Осень» (*Фрукты и овощи*)

Тема: Круг. Свойства круга

Цели: Ознакомление с кругом и его свойствами.

Задачи:

Продолжать формировать временные представления: закрепить знания детей о времени года - осень. Закрепить понятие «*столько же*» и умение различать цвета. Учить сравнивать круги по размеру с помощью наложения, выявлять закономерность в расположении фигур. Продолжать знакомить с множеством.

Развивать воображение, ассоциативное мышление, учить классифицировать и моделировать. Воспитывать любовь к природе, чувство коллективизма в труде, игре.

Материалы и оборудование: Муляжи овощей и фруктов круглой формы и картинки, макеты банок, из картона с нарисованными кругами, кружочки большие синие и маленькие красные, карточки с кружками, две корзины, картинка с изображением ослика.

Ход занятия

Пальчиковая игра «Ягодки»

С ветки ягодки снимаю

(Пальцами одной руки поглаживаете каждый пальчик другой от основания до самого кончика, как будто снимая с него воображаемую ягодку.)

И в лукошко собираю.

(Обе ладошки складываете перед собой чашечкой.)

Будет полное лукошко,

(Одну ладошку, сложенную лодочкой, накрываете другой также сложенной лодочкой.)

Я попробую немножко.

Я поем еще чуть-чуть.

(Одна сложенная ладошка имитирует лукошко, другой рукой достаем воображаемые ягодки и отправляем их в рот.)

Легким будет к дому путь!

(Имитируя ножки, средний и указательный пальчики на обеих руках «убегают» как можно дальше.)

Воспитатель. Покажите левую руку. А теперь, возьмите в левую руку фигуру, которая лежит перед вами, и обведите ее по краю пальчиком правой руки. Нашли уголки? (*Нет*). У этой фигуры нет уголков, и поэтому ее можно катать. Попробуйте ее прокатить по столу. (*Дети катают круги*). Эта фигура - называется круг. Как называется эта фигура? (*Круг*). А что еще похоже на круг? (*Мячик, мыльные пузыри*). Давайте возьмемся за руки и сделаем большой пузырь.

Игра «Пузырь»

Воспитатель. Сначала наш пузыречек был маленький. (*Дети берутся за руки и делают маленький круг*). А теперь мы его раздуем, делаем шаги назад. Раздувайся пузырь, (*Дети делают большой круг, делая шаги назад*)

Раздувайся большой,

Оставайся такой, Да не лопайся.

Воспитатель. Вот какой большой пузырь мы сделали! А как его сделать маленьким? (*Идут вперед, сужая круг*). Делаем шаги вперед.

Воспитатель. Ребята, давайте подумаем, какие ещё предметы похожи на круг. (*Колесо*).

Послушайте одну историю. Наш друг ослик Иа, из сказки о Вини Пухе, вырастил для нашего детского сада большой урожай овощей и фруктов, а привезти их ему не на чем. Была у него телега, но у нее сломалось одно колесо. Шел он по полю, видит - колесо лежит. Вот здорово, - думает ослик, - поставлю колесо на свою телегу и повезу овощи в детский сад. Покатил он колесо домой и стал ремонтировать телегу. Но колесо оказалось большое. Помогите ослику найти маленькое колесо. У вас на столах лежат «колеса»: большие и маленькие. Найдите маленькое «колесо», чтобы послать ослику. Как это сделать? (*Наложить одно колесо на другое*). Какое «колесо» меньше? (*Красное*). Воспитатель. Вот отремонтировал ослик Иа свою телегу и привез овощи и фрукты в наш детский сад. (*Воспитатель ставит на стол корзину с овощами*). Выберем овощи и фрукты, похожие на круг. (*Дети выбирают*).

Воспитатель. Что ты выбрал? На какую фигуру похоже яблоко? (*На круг*). А помидор? (*Тоже на круг*). А капуста, какой формы? (*Круглая*)

Давайте, сделаем компот из яблок. У вас на банке нарисованы круги, нужно положить столько яблок, сколько кружков на банке. (*Дети кладут картинки с яблоками на кружки*.) На все кружки положили яблоки? (*Да*). Значит, яблок столько же сколько кружков.

Игра «Две корзины»

Воспитатель. Давайте, поиграем. Стояла корзинка на полке без дела. (*Присесть, округлить руки*

Скучала, наверно, все лето она. (*Наклоны головы, вправо-влево*)

Вот осень пришла, и листва пожелтела, (*Изобразить ветви деревьев*)

Настала пора собирать урожай. (*Изобразить срывание фруктов*)

Корзинка довольна. (*Руки округлить перед собой, кивать головой*)

Она удивилась, (*Развести руки*)

Какой уродился в саду урожай! (*Подняться на носочки, показать руками большой круг*) Воспитатель. (*На столе муляжи или картинки овощей и фруктов*). Дети, перед вами фрукты и овощи. Нужно разложить их в две корзины. Положите фрукты и овощи, похожие на круг в одну корзину, а все не похожие на круг - в другую. (*Дети выполняют задание*).

Игра «*Фантазеры*».

Воспитатель. Сейчас я дорисую круг до какого-нибудь предмета, а вы назовите, что получилось. (Воспитатель дорисовывает круги, а дети называют, например, апельсин, солнышко, часы и т. д.)

Теперь вы, возьмите карточку с кругом и сами дорисуйте его до какого-нибудь предмета. (*Дети выполняют задание*). Молодцы, вы нарисовали очень красивые яблоки, помидоры, воздушные шарик.

Итог

С какой фигурой мы познакомились? В какие игры играли? Какая игра больше всего понравилась?

Конспект НОД по аппликации «Консервируем овощи»

Тема: «*Консервируем овощи*»

Образовательная область:

«Художественно - эстетическое развитие: художественное творчество».

Интеграция образовательных областей:

«*Социально - коммуникативное развитие*», «*Физическое развитие*», «*Познавательное развитие*».

Цель:

Воспитание у детей интерес к аппликации.

Задачи:

1. Образовательные – Расширять знания детей о овощах и их пользе для здоровья. Закреплять умение детей раскладывать готовые формы разного цвета и размера, формировать умение наклеивать готовые формы овощей, нанося клей кисточкой с белой стороны и прикладывая овощ смазанной стороной на контур банки, промакивая клей салфеточкой.

2. Развивающие – Развивать чувство цвета, формы и композиции. Закреплять навыки аккуратного обращения с клеем и раздаточным материалом.

3. Воспитательные – Вызывать желание работать рядом с другими детьми, не мешая им, желание приходить на помощь.

Предварительная работа: Дидактическое упражнение «*Овощи*» (развитие чувства формы и цвета, обследование формы овощей. Игры «*Сварим суп «Что где растёт?»*», «*Что лишнее?»*».

Формы и виды детской деятельности: игровая, коммуникативная, творческая.

Материал и оборудование: корзины с овощами, силуэты овощей разного цвета и размера, вырезанные воспитателем, клей, клеевые кисточки, салфетки, вырезанные бумажные баночки.

Ход НОД

Воспитатель: - Ребята, когда я пришла в детский сад, а вас еще не было в группе, к нам приходили зайчата и принесли корзинки с овощами. У них приключилась беда,

налетел сильный ветер. «Я, - говорит ветер, – могу подуть так, что в этом саду овощей, не останется. Все унесу!» И стал ветер со всех сторон обдывать заячий огород. И так дул, что все овощи вытащил. Злой ветер наигрался и улетел.

Огляделись зайчата, у них все овощи лежат на грядках. Надо сказать, что зайчата очень любят овощи, просто жить без них не могут. Собрали зайчата весь свой урожай, поели сами, своих лесных друзей угостили. А овощей осталось так много, что они не знают, что с ними делать. Открою вам один секрет: овощи долго не хранятся, они испортятся. Зайчата очень расстроились и решили обратиться к нам за помощью.

Ребята, а вы любите овощи? Какие овощи, вы знаете? Какие овощи больше всего вам нравятся? Для чего нам нужны овощи?

Дети: В них много витаминов. Их нужно есть, чтобы не болеть.

Воспитатель: Ребята, давайте вспомним, где растут овощи? Дети: Овощи на грядках.

Воспитатель: А сейчас мы посмотрим, что же нам принесли зайчата (*достаю из корзинки овощи и прошу детей назвать их*). Вы согласны помочь зайчикам? Как мы можем им помочь? Скажите мне, пожалуйста, что делают ваши мамы из овощей?

Дети: Солят.

Воспитатель: Ребята, из овощей делают много разных вкусов. Я предлагаю вам «законсервировать» их. Так овощи долго хранятся, не портятся и сохраняют свои витамины. Законсервируем? А вы ребята знаете, как это сделать? Я научу вас? Работа будет нелегкой. Поэтому я предлагаю, сначала размяться.

Физкультминутка «Овощи»

В огород пойдем,

Маршировать на месте.

Урожай соберем.

Идти по кругу, взявшись за руки.

Мы морковки натаскаем

И картошки накопаем.

Срежем мы кочан капусты

Имитировать, как срезают, таскают, копают.

Круглый, сочный, очень вкусный.

Показать руками.

Щавеля нарвем немножко

"Рвут".

И вернемся по дорожке.

Идти по кругу, взявшись за руки.

Воспитатель: - А сейчас садимся за столы. У вас в тарелочках лежат разные овощи, вырезанные из бумаги, и баночки. Сейчас мы с вами законсервируем овощи в банках на зиму. Как вы думаете, что нужно сделать сначала? Правильно, сначала нужно разложить овощи в баночки. А затем будем брать по одному овощу, аккуратно положить его на клеенку цветной стороной вниз и намазать края клеем. Далее положить на то место, где он лежал в баночке, но намазанной клеем стороной вниз и прижать его салфеточкой, чтобы убрать лишний клей. Так делаем с каждым овощем, пока все их не приклеим. Начинаем «консервировать».

Дети выполняют аппликацию.

Воспитатель: Какие вы молодцы! Сегодня все ребята постарались. Какая у нас красивая «консервация» получилась! Я думаю, что лесным зверям она очень понравится.

Итак, что мы с вами сегодня делали? Как «консервировали» овощи? А вам понравилось «консервировать»? Надо позвонить зайчикам, успокоить их, сообщить, что мы с вами спасли их овощи, «законсервировали» их.

Конспект НОД по рисованию «Огород козла Мефодия»

Интеграция образовательных областей: «познавательное развитие», «речевое развитие», «Физ.развитие», «Художественно-эстетическое развитие».

Задачи: «Познавательное развитие» познакомить детей с овощами;

- учить закрашивать круговыми движениями, не выходя за контур;
- закрепить знания о цветах;
- формировать у детей познавательный интерес к природе;
- развивать наблюдательность, мыслительную деятельность;
- развивать творческие способности и коммуникативные навыки детей;
- воспитывать положительное отношение детей к сотрудничеству с взрослым, с детьми, собственной деятельности, ее результату.

Материалы и оборудование: Заготовленные рисунки «Подрастай, морковка», карандаши коричневого цвета.

Ход занятия:

Приветствие

- Здравствуйте, ребята, как хорошо, что вы все сегодня пришли!

Наши умные головки,

Будут думать много, ловко.

Ушки будут слушать,

Ротик четко говорить.

Ручки будут хлопать,

Ножки будут топтать.

Спинки выпрямляются,

Друг другу улыбаемся.

Друг другу улыбаемся

Сюрпризный момент «Чудесный мешочек»

- Вот у меня мешочек. Не простой, а чудесный. В него руку опускайте и что-то доставайте.

Игра «Покорми зайчат»

- Возьмите свои овощи, положите на тарелочку и покормите зайчат.

Дидактическая игра «Что съел зайка?»

- Вот у зайки капуста, огурец и морковка. (Прячется морковка). Что съел зайка? Зайка съел морковку. Что осталось? Осталась капуста и огурец. Какого цвета капуста? Зеленого. А огурец, какого цвета? Зеленый.

Физкультминутка:

Чтобы сделать нам салат, *Руки перед собой ладонями
вверх.*

Нужно овощи собрать. *Присесть на корточки.*

Раз морковка, два свекла. *Хватательные движения*

Интересная игра. *по очереди левой и
правой рукой.*
Овощи все соберём, *Руки в стороны.*
Хватательные движения
по очереди левой и
правой рукой.
И домой их принесём. *Встаём, шагаем на месте.*

Пальчиковая гимнастика «Засолка капусты»

Мы капусту рубим, рубим.
Движения прямыми ладонями
Мы морковку трем, трем,
Потереть ладони друг о друга
Мы капусту солим, солим.
Сложить пальцы в щепотку.
Мы капусту жмем, жмем.
Сжимать и разжимать кулачки.

Рисование пальчиковыми красками «Огород козла Мефодия»

- Покажите на рисунке козла Мефодия. Назовите, какие овощи растут у него в огороде? Капуста, морковь, помидор. Сейчас мы раскрасим эти овощи. Каким цветом раскрасим капусту? Зеленым цветом. Каким цветом раскрасим помидор? Красным цветом. Каким цветом раскрасим морковь? Оранжевым цветом.

Воспитатель обращает внимание детей на цвет гуаши на столе, напоминает, что лишнюю краску надо снимать с края баночки.

Заключительная часть.

Воспитатель: по окончании дети рассматривают нарисованные ими картинки, любуются работой и отдают их козлу Мефодию. Козлик хвалит детей и благодарит их.

Дидактические игры «Сбор урожая»

Цель: закрепить знание детей об овощах и фруктах; учить находить сходства и различия по запаху, вкусу, внешнему виду; учить составлять описательный рассказ, правильно употреблять существительные в единственном и множественном числе, развивать внимание, память.

Дидактическая игра «Что съел зайка?»

- Вот у зайчика капуста, огурец и морковка. (*Прячется морковка*). Что съел зайка? Зайка съел морковку. Что осталось? Осталась капуста и огурец. Какого цвета капуста? Зеленого. А огурец какого цвета? Зеленый.

Дидактическая игра «Посади огород» (Лэпбук)

В огороде много гряд.
Тут морковка и салат.
Огурцы тут и горох.
А картофель разве плох?
Наш зеленый огород
Нас прокормит круглый год.

Загадки

Заставит плакать всех вокруг,
Хоть не драчун он, а (лук)
Голова на ножке, а в голове
горошки (горох)
Круглый бок, желтый бок,
Сидит на грядке колобок.
Врос он в землю крепко.
Что же это? (репка)
Летом в огороде свежие, зеленые,
А зимою в бочке желтые,
солёные.
Отгадайте, молодцы,
Как зовут нас? (огурцы)
Красный нос в землю врос,
Зеленый хвост снаружи.
Нам зеленый хвост не нужен,
Нужен только красный нос
(морковь)
В огороде вырастаю,
А когда я созреваю,
Варят из меня томат,
В щи кладут и так едят (помидор)

К нам приехали с бахчи
Полосатые мячи (арбуз)
Само с кулачок, красный бочок,
Потрогаешь - гладко, откусишь –
сладко (яблоко)
Груша, яблоко, банан,
Ананас из жарких стран.
Эти вкусные продукты
Вместе все зовутся... (фрукты)
Фрукт похож на неваляшку,
Носит желтую рубашку.
Тишину в саду нарушив,
С дерева упала... (груша)

Желтый цитрусовый плод
В странах солнечных растёт.
А на вкус кислейший он.
Как зовут его? (Лимон)
Знают этот фрукт детишки,
Любят есть его мартышки.
Родом он из жарких стран.
Высоко растёт... (банан)

Беседа на тему: «Фрукты»

Цель: закрепить знания детей об Фруктах (названия, их части); находить сходство и различие (по запаху, вкусу, на ощупь, по внешнему виду); развивать слуховой аппарат, логическое мышление, тактильное восприятие.

Оборудование: корзина, натуральные фрукты, игрушка Ежик, предметные картинки с изображением фруктов.

Организационный момент.

Знают взрослые и дети:

Много фруктов есть на свете!

Яблоки и апельсины,

Абрикосы, мандарины,

И бананы, и гранаты

Витаминами богаты. (педагог достает корзинку с яблоками).

Рассказ педагога.

Осенью на огородах собирают урожай фруктов. Люди аккуратно собирают их с деревьев, чтобы не повредить. Яблоки, груши

Фрукты употребляют в пищу свежими, делают из них варения, компоты. Они полезны, в них много витаминов.

Рассматривание фруктов

(цвет, вкус, форма, величина).

Игра «Большой – маленький»

Банан – бананчик,

Яблоко – яблочко,
Апельсин - апельсинчик
и тд.

Физкультминутка

Яблоко.

Стоит яблонька

На ней яблочки растут тут-тут-тут.

Что за грохот - бум-бум-бум -

Яблочко упало!

В травке яблочко найдём,

Чтобы не пропало.

(дети имитируют движения)

Итог беседы.

О чем мы с вами говорили?

Где растут фрукты?

А сейчас приглашаю вас за стол – отведать дары осени!

Дети пробуют фрукты, обсуждают совместно с педагогом вкус, сочность, запах, цвет, их полезность.

Пальчиковая гимнастика «Капуста»

(Координация речи с движением. Развитие тонкой моторики. Работа над темпом и ритмом речи).

Мы капусту рубим,

Мы морковку трем,

Мы капусту солим,

Мы капусту ждем.

Мы капусту нарубили,

Перетерли,

Посолили,

И набили плотно в кадку

Все теперь у нас в порядке.

Ритмичные удары ребром ладоней по столу.

Трут ладони друг об друга.

Указательный и средний палец трутся о
большой.

Хватательные движения обеими руками.

Ритмичные удары ребром ладоней по
столу.

Трут ладони друг об друга.

Указательный и средний палец трутся о
большой.

Удары обеими руками по столу.

Отряхивают руками.

Игра с массажными мячиками «Слива»

Сливу я держу в руке,

Зажимаю в кулаке,

Отпускаю, разжимаю

И ладошками катаю.

Кладут мячик на правую ладошку.

Крепко сжимают его.

Раскрывают ладонь.

Катают мячик между ладонями.

Пальчиковая гимнастика «Апельсин»

(Развитие тонкой моторики, координации речи с движением. Работа над темпом и ритмом речи).

Мы делили апельсин,

Много нас, а он один.

Эта долька – для ежа.

Эта долька – для стрижа.

Эта долька – для утят.

Эта долька – для котят.

Эта долька – для бобра.

А для волка – кожура.

Он сердит на нас – Беда!!!

Разбегайтесь, кто куда!

Идут по кругу, взявшись за руки.

Останавливаются лицом в круг.

Загибают по одному пальцу на обеих руках, начиная с больших, на каждое название животного.

Изображают пасть волка двумя руками.

Приседают. Закрывают голову руками.

Разбегаются.

Пальчиковая гимнастика «Компот»

(Координация речи с движением. Развитие тонкой моторики. Работа над темпом и ритмом речи.)

Будем мы варить компот -
Фруктов нужно много. Вот.

Будем яблоки крошить,
будем мы рубить,
Отожмём лимонный сок,
Слив положим и песок.

Варим, варим мы компот,
Угостим честной народ.

Н. Нищева

Левую ладонь держат «ковшиком»,
указательным пальцем правой руки
«мешают».

Загибают пальцы по одному, начиная Грушу
с большого.

Опять «варят» и «мешают».

Стихи

В огороде много гряд,
Есть и репа, и салат.
Тут и свекла, и горох,
А картофель разве плох?
Наш зеленый огород
Нас прокормит целый год.
А. Прокофьев «Огород»

Картошка
Из картошки много блюд
Приготовить можно,
И простых, и сложных:
Её варят, жарят, трут.
Что вкуснее в целом мире,
Чем картошка в мундире?
Кабачок
Кабачок, кабачок,
Подремать лег на бочек.
Ты похож на поросенка!
Хвостик завитушкой тонкой,
Только где же пяточок?

Свекла
Тетушка Фекла,
Красная свекла!
Ты салаты, винегреты
Украшаешь алым цветом.
Нету ничего вкусней
И наваристей борщей!

Капуста
- Обвязала голову,
Ты не больна, капуста?
Тебе и летом холодно?
Закуталась, капуста?
- От солнца я ношу чалму,
Жара мне вовсе ни к чему.

К. Тангрыкушев

Приходите в огород
Приходите в огород
Посмотреть, как все растет,
Как играют в прятки
Огурцы на грядке.
Как подсолнухи в картошке
Тянут к солнышку ладошки,
Как от утренней росы

У бобов блестят усы.
Как краснеют у забора
Великаны помидоры.
Все растет, все цветет,
Никому не тесно.
Приходите в огород –
Очень интересно.
Е. Благинина
В огороде нашем
Нет редиски краше.
Как сочна, красна, кругла,
Не смотрите, что мала.
Репа тоже удалась,
Желтым солнышком зажглась.
Ну, а разве плох лучок,
В ста одеждах старичок?

Н. Нищева

Рекомендации родителям

Эти игры помогут закрепить полученные знания:

«Лишнее слово»

Мяч, машина, морковь, кукла; картошка, свекла, огурец ...

«Назови ласково»

Редис - редисочка, укроп - укропчик ...

«Один – много»

Кочан - много кочанов, лук - лука, помидор - помидоров ...

«Расскажи все»

О луке: луковица круглая, оранжевая, гладкая. В ней много слоев, лук сочный, горький. Когда его чистишь, то плачешь. Лук растет на огороде, в грядке. Осенью его выкапывают. Лук добавляют в суп, салат, котлеты. Он очень полезный. На зиму его сушат, маринуют. Продается лук в овощном магазине.

«Подумай и ответь»

Длинный, зеленый, сладкий. Что это?

Круглая, сладкая, красная. Что это?



Занимаемся вместе с родителями

Знает ли Ваш ребенок?

- Названия овощей?
- Какую пользу приносят овощи?
- Какой они формы, цвета, текстуры, какие они на вкус?
- Где растут?
- Что и как готовят из овощей?
- Зачем и как заготавливают их на зиму?



Вместе с Вами учим детей:

- Называть овощи в единственном и множественном числе:
огурец - огурцы, тыква - тыквы ...
- Образовывать существительные с уменьшительно – ласкательными суффиксами:
помидор - помидорчик, лук - лучок ...
- Использовать в речи прилагательные:
Качественные: *мягкий, гладкая, круглая, горький, полезный*
Относительные: *томатный, кабачковая ...*
- Называть место, где растут овощи:
в огороде на грядке
- Использовать в речи глаголы: *овощи растут, созревают, зреют, наливаются, помогают...*



Вопрос - ответ

- *У ребёнка нет аппетита. Что следует предпринять родителям?*

- Аппетит приходит во время еды. Попробуйте разнообразить меню, уделите внимание сервировке. Ароматное, красиво оформленное блюдо вызывает аппетит. Подумайте, возможно, ваше беспокойство излишне. Количество пищи зависит от затрат энергии. Не перекармливайте детей!

- *Что делать, если ребёнок весь день ест только сладости?*

- Необходимо прививать детям культуру питания. Не стоит давать сладости вместо еды, лучше предложить их в качестве десерта. Не поощряйте ребёнка лакомствами и не наказывайте его, исключая сладкое из рациона. Старайтесь заменить вредные десерты полезными. Пусть на вашем столе будут фрукты, сухофрукты, мёд орехи, качественный шоколад, зефир, пастила, домашний джем.

- *Ребёнок совсем не ест хлеб. Есть ли выход?*

- Введите в рацион другой источник витаминов группы В – каши, макароны из твердых сортов пшеницы. Предложите полезный бутерброд, добавив к хлебу овощи, зелень, отварное мясо. Сейчас столько интересных идей по оформлению бутербродов.

Фантазируйте, готовьте вместе с детьми.

Совместное времяпровождение сближает.

«Здоровое питание – здоровый ребенок»

Общеизвестный факт, чтобы питание приносило пользу, оно должно быть сбалансированным, здоровым и съеденным с удовольствием! Когда дело касается детей, здоровая пища – вопрос особенно острый.

Все родители знают о пользе и вреде продуктов, аллергических реакциях, но не каждая мама действительно ответственно выбирает продукты для ребенка. В нашем государстве очень строгий подход к питанию в детских учреждениях. Для него установлены соответствующие нормы. Приходя в детский сад, каждый родитель может увидеть меню и нормы питания, а о вкусовых качествах лучше спросить у детей. Конечно, не все блюда нравятся. Про кашу, кисель (и мало ли что еще) ребенок, может сказать «фу». Это понятно, невозможно удовлетворить все пристрастия детей. Много зависит, как питается ребенок в семье.

Кормят ли его с ложки или балуют любимыми шоколадками вместо полноценной пищи. Все реже увидишь маму, купившую кефир, ряженку для своего ребенка – зачем, когда есть йогурт, фругурт, и т.д. И тем более мам, которые сварили бы компот из сухофруктов – зачем, когда есть соки, фанты и кока – колы. А когда приходит ребенок в детский сад, начинаются проблемы – я такой компот не пью, такую рыбу не ем, котлеты не люблю. А сосиску я буду!

А детские сады, в свою очередь, хотят обеспечить ребенка полноценным питанием – натуральным, правильным. Поэтому в рационе у детей есть и творог, и рыба, и мясо, и капуста, и печень, и просто кефир с ряженкой. Подавая детям блюда на стол, мы стараемся рассказать о пользе этого продукта. Чаще всего дети, глядя друг на друга, с удовольствием едят суп, запеканки и омлеты. Вспомните детство – такие суфле и запеканки не всегда дома приготовят. Ребенок должен получать достаточное количество питательных веществ, которые обеспечат его потребности в энергии и основных компонентах (белки, жиры, углеводы, минералы, микроэлементы, витамины). Пища должна быть разнообразной, сбалансированной и содержать необходимое соотношение

компонентов питания. Питание должно опережающее сопровождать все процессы роста и развития организма ребёнка,

другими словами, подрастая, ребёнок не должен испытывать нехватку пищи и питательных веществ.

Меню детского сада по установленным нормам имеет тщательно просчитанную энергетическую ценность. Например, дневная норма для ребенка младше трех лет составляет 1540 ккал, а старше трех лет – 1900 ккал. Именно, исходя из этих цифр, и подбирается меню в детском саду. Первым делом в детском саду ваш малыш получит завтрак - иногда это молочная каша, бутерброд со сливочным маслом и сыром, чай или какао.

Чуть позже по распорядку следует второй завтрак, на который обычно дают либо фруктовый сок, либо фрукт или кисло-молочный продукт.

Обед – самая важная трапеза, которая состоит из полноценного первого, второго с гарниром, салата из овощей, ну и, конечно, сок или компот в качестве третьего. После сна детки обычно полдничают – чаще всего на полдник в саду дают блюда из творога, вкусные булочки или пирожки, чай. В каждом дошкольном учреждении детей кормят полноценно и качественно. Важно отметить одно из правил, согласно которому детей не могут кормить одним и тем же блюдом чаще, чем один раз в двадцать дней.

Вот почему рацион детей в детском саду довольно разнообразен. Организация питания в детском саду должна сочетаться с правильным питанием ребёнка в семье. Нужно стремиться. Чтобы домашнее питание дополняло рацион детского сада. С этой целью родители должны знакомиться с

меню, ежедневно вывешиваемое в группах. Поэтому на ужин лучше предлагать те продукты и блюда, которые ребенок не получал в детском саду, а в выходные и праздники его рацион лучше приблизить к садовскому.

Помните! Дети очень внимательны, они все видят и слышат. Следите за своими репликами о пище. О пище можно говорить только хорошо. Во время еды все должно быть сосредоточено на этом процессе, для ребенка это довольно - таки сложное дело.

Приятного аппетита!!!

Берегите Витамины!!!

Витамины при термической обработке разрушаются. Соблюдайте последовательность закладки продуктов, нарежьте овощи одинаково. Не готовьте в алюминиевой посуде. Отдавайте предпочтение готовке овощей на пару или на гриле. Включите в рацион салаты из сырых овощей и корнеплодов. Трапеза не терпит суеты. Научите детей правилам поведения за столом: при приёме пищи не следует заниматься посторонними делами: читать, смотреть телевизор, сидеть в интернете. Помните, дети – зеркало родителей. Будьте для них примером. Если это необходимо, пересмотрите свои привычки и пищевое поведение.

Приятного аппетита!!!