

Муниципальное бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение «Ровеньский детский сад №1 комбинированного вида Белгородской области»

## Экологический проект «Витаминознайка».

Автор: Емельянова Наталья Николаевна,  
воспитатель дошкольного общеобразовательного учреждения «Ровеньский детский сад №1 комбинированного вида Белгородской области»

Ровеньки,  
2015

**Цель:** знакомство детей с витаминами и их значением для здоровья и функционирования детского организма.

**Задачи:**

1. Дать детям элементарные представления о пользе витаминов и их влиянии на детский организм.
2. Дать детям представления о пользе продуктов питания: главное – наличие в продуктах витаминов А, В, С, Д.

**Ожидаемые результаты:** в ходе проектной деятельности дети научатся классифицировать овощи и фрукты по отношению к витаминам, научатся оперировать противоречиями, вести наблюдения, делать выводы, опытным путём создавать новый продукт (витаминное мыло), ставить задачу и успешно её выполнять, получают новые знания об овощах, фруктах и витаминах.

**В ходе проектной деятельности дать ответ на вопрос «Очевидное – невероятное в мире витаминов».**

2 этап – практический .

**Игровая деятельность:**

Дидактические игры «Четвёртый лишний», «Чудесный мешочек», «Съедобное – несъедобное», «Найди листья плодов», «Я знаю пять фруктов, овощей и т.д.», «Что изменилось», « Приготовим суп», «Кукла заболела»,

«С какого дерева упало», «Вершки и корешки», «Узнай на вкус», « Кто что любит кушать», «Разложи по тарелочкам фрукты», «Собери овощи в корзину», «Что где растёт», «Опиши овощи, фрукты», «Найди пару», «Что знаешь кислое, сладкое, горькое».

**Сюжетно –ролевые игры:**

Магазин, больница, овощной магазин, аптека.

### **Подвижные игры:**

«Прятки», «Третий лишний», «Во саду ли в огороде», «Дед Мазай», «Принеси названный предмет», «Ловишки – убежим от вируса», «Собери витамины», «Лучший аптекарь».

### **Познавательное развитие:**

- беседы на тему « Когда овощи могут помочь, а когда навредить нашему организму», «Полезное – неполезное», «О здоровой пище», «О пользе фруктов», «Как витамины вирус победили», «Как Вася закалялся от болезней», «Витамины, которые мы вырастили на д/с огороде», «Роль витаминов в жизни человека», «Где живут витамины», «Что растет на огороде», «О пользе овощей», «О пользе еды», «Что растет в саду», «Питание и здоровье»;

- рассматривание иллюстраций на тему «Витамины и полезные продукты»;

-разгадывание загадок:

Зелёный полосатый шар,

С начинкой алой словно жар,,

Лежит на грядке, словно груз,

Скажите, что это. (Арбуз)

•С оранжевой кожей,

На мячик похожий,

Но в центре не пусто,

А сочно и вкусно. (Апельсин)

•Он почти как апельсин,  
С толстой кожей, сочный,  
Недостаток лишь один -  
Кислый очень, очень. (Лимон)

•Ну а это угадать  
Очень даже просто:  
Апельсин, ни дать, ни взять,  
Только меньше ростом. (Мандарин)

•Все его мы с детства знаем -  
Удивительнейший фрукт,  
Апельсин напоминает,  
Называется - ... (Грейпфрут)

•Ужин этот лучший самый,  
Рада я и Миша рад,  
Ведь сегодня наша мама  
Нам купила ... (виноград)

•Огурцы они как будто,  
Только связками растут,  
И на завтрак эти фрукты  
Обезьянам подают. (бананы)

•Отгадать не очень просто -  
Вот такой я фруктик знаю -

Речь идет не о кокосе,  
Не о груше, не о сливе, -  
Птица есть еще такая,  
Называют так же - ... (киви)

•Очень крепкий этот малый,  
Зубу непослушный,  
Расколи его сначала,  
А потом и кушай. (орех)

•Не в лесах и не в садах,  
Не у вас и не у нас,  
А в тропических полях  
Вырастает ... (ананас)

•Из растительных продуктов,  
Из известных ягод, фруктов,  
Из всего, что сладко, сочно,  
Что съедобно и не очень,  
Детям всем на объеденье,  
Можем мы сварить ... (варенье)

•Среди бахчи - зелёные мячи .  
Налетала детвора - От мячей одна кора . ( Арбузы)

•Папуля отец  
имеет много детей  
и всех одевает,  
а потом покидает  
(Дуб и жёлуди)

•Внутри он красный бархатный,  
снаружи зеленый гладенький (арбуз)

•Золотистый и полезный,  
Витаминный, хотя резкий,  
Горький вкус имеет он...  
Обжигает... Не лимон.  
(Лук)

•Как на грядке под листок  
Закатился чурбачок -  
Зеленец удаленький,  
Вкусный овощ маленький.  
(Огурец)

•Огородная краля  
Скрылась в подвале,  
Ярко-жёлтая на цвет,  
А коса-то, как букет.  
(Морковь)

•Зелёная толстуха  
Надела уйму юбок.  
Стоит как балерина,  
Из листьев пелерина.  
(Капуста)

•Красный, детки, но не мак.  
В огороде - не бурак.  
Сочный лакомый синьор.  
Угадали? (Помидор)

•В огороде - жёлтый мяч.  
Только не бежит он вскачь,  
Он как полная луна.  
Вкусные в нём семена.  
(Тыква)

•У извилистой дорожки  
Растёт солнышко на ножке.  
Как созреет солнышко,  
Будет горстка зёрнышек.  
(Подсолнух)

•В зелёной палатке  
Колобки спят сладко.  
Много круглых крошек!  
Что это? (Горошек)

•Он кусает, только вот,  
Зубок есть, но, где же рот?  
Белый носит сюртучок.  
Что, скажи, дружок? (Чеснок)

•Бурая - не мишка,  
В норке - но не мышка.  
(Картошка)

•В огороде хоть росла,  
Знает ноты "соль" и "фа".  
(Фасоль)

•В этих жёлтых пирамидках  
Сотни зёрен аппетитных.  
(Кукуруза)

•Это вовсе не игрушка -  
Ароматная... (Петрушка)

•Хоть чернил он не видал,  
Фиолетовым вдруг стал,  
Любят овощ Ваня, Жан...  
Так ведь это... (Баклажан)

•Что это за рысачок  
Завалился на бочок?  
Сам упитанный, салатный.  
Верно, детки... (Кабачок)

•Это что за чудеса?  
На траве лежит звезда!  
Может, это дивный сон?  
Нет, ведь это... (Патиссон)

•Кругла, рассыпчата, бела,  
на стол она с полей пришла.  
Ты подсоли ее немножко,

ведь, правда, вкусная .....

(Картошка)

•Старый дед во сто шуб одет.

Кто его раздевает, тот слезы проливает. (Лук)

•Сидит Ермошка ,

На одной ножке ,

На нем сто одежек,

И все без застёжек. ( капуста )

•Над землёй зелёная трава ,

Под землёй алая голова . ( свекла)

### **Речевое развитие:**

Я.Аким «Жадина» , Б.Заходер «Про сома», Л.Пантелеев «Буква «Ты», П.Бажов «Серебряное копытце», В.Катаев «Цветик-семицветик»,М.Волошин «Осенью», Е.Носов «Тридцать зерен», П.Ершов «Конек Горбунок», А.Ремизов «Хлебный голос», К.Паустовский «Теплый хлеб», ННосов «Бобик в гостях у Барбоса», С.Топелиус «Три ржаных колоса», Н.Гернет, Д.Хармс «Очень-очень вкусный пирог».

### **Чтение и заучивание (по желанию) стихов о витаминах:**

#### **Витамин А:**

Помни истину простую —

Лучше видит только тот.

Кто жуёт морковь сырую

Или пьёт морковный сок.

#### **Витамин В:**

Очень важно спозаранку

Есть за завтраком овсянку.  
Черный хлеб полезен нам-  
И не только по утрам.

### **Витамин С:**

От простуды и ангины  
Помогают апельсины.  
Ну, а лучше есть лимон,  
Хоть и очень кислый он.

### **Витамин Д:**

Рыбий жир всего полезней!  
Хоть противный — надо пить.  
Он спасает от болезней.  
Без болезней — лучше жить!

### **Витамин «А»**

Где же витамин «А» найти,  
Чтобы видеть и расти?  
И морковь, и абрикосы  
Витамин в себе тот носят.  
В фруктах, ягодах он есть.  
Их нам всех не перечесть.

### **Витамин «В»**

Свекла, яблоко, картофель,  
Репа, тыква, помидор...  
Витамины «В» имеют  
И отдать нам их сумеют.  
«В» — в наружной части злаков,  
Хоть он там неодинаков.  
Это вовсе не беда,  
Группа «В» там есть всегда.

### **Витамин «С»**

А вот «С» едим со щами,  
И с плодами, овощами,  
Он в капусте и в шпинате,  
И в шиповнике, в томате,  
Поищите на земле —  
И в салате, в щавеле.  
Лук, редиска, репа, брюква,  
И укроп, петрушка, клюква,  
И лимон, и апельсин  
Ну, во всем мы «С» едим!  
«С» – витамин в цветной капусте,  
В укропе, свежих овощах;  
Он снова в действие запустит  
Уставших клеток бодрый ряд.

### **Продуктивная деятельность:**

- рисование «В нашем саду растут витамины», «Планета здоровья», « Чудо – дерево»;

- лепка «Овощи», «Фрукты»;

-конструирование «Овощная база», «Овощной магазин», «Машина везут овощи и фрукты»,«Дом для доктора Айболита»;

-аппликация «Ягоды и фрукты», «Овощи», «Огород», «Витаминный коктейль», «Корзина витаминов», «Витамины с грядки».

### **Экскурсии:**

-на кухню, в продуктовый магазин.

### **Театрализованная деятельность:**

-настольный театр «Спор овощей», «Кто полезней»;

-кукольный театр «Всех нужней я и вкусней».

### **Опытно – экспериментальная деятельность:**

-« Огород на окошке», «Вода в жизни растений», «Почему ягоды дают сок», «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», изготовление «Витаминного мыла».

### **Работа с родителями:**

-беседы «О пользе овощей и фруктов», «О пользе витаминов», «Вкусно и полезно»:

-наглядность «Витамины в рационе ребенка», «О пользе овощей», «Лекарственные травы в лечении простудных заболеваний», «Что приготовить детям», папки «Правильное питание», ширмы о питании, о здоровой и полезной пище.

### 3 этап – заключительный.

**Цель:** оценка полученных результатов реализации проекта в соответствии с поставленной целью и ожидаемыми результатами.

Презентация результатов проекта для родителей, детей и коллег через организацию фотовыставки.

В рамках данного проекта в старшей «А» группе был проведён мини – проект по изготовлению витаминного мыла. Путешествие в страну мыльных пузырей.

Цель проекта: изготовление натурального косметического мыла.

Задачи: 1. Изучить историю мыла в энциклопедиях, справочниках, интернете о лекарственных растениях, косметических народных средствах.

2. Изготовить мыло с витаминными добавками.

Оказывается, изготовить мыло в домашних условиях может каждый. Это увлекательное занятие открывает необъятные горизонты для творчества. Сделанный своими руками кусок будет гарантом стопроцентной натуральности полученного продукта. Безусловно, изготовление домашнего мыла занимает некоторое время.

Необходимые ингредиенты ( всё можно купить в аптеке, сок апельсина сделали сами).

1. Мыльная основа (белая и прозрачная).

2. Ложки для перемешивания ингредиентов.

3 . Нож для измельчения мыльной основы.

4. Кухонная доска.

5. Формочки для песочницы, пластиковая форма из-под конфет.

6. Тёрка.

7. Кожура апельсина

8. Масло облепиховое.

Ход работы

1. Разрежем мыльную основу на маленькие кусочки, чтобы быстрее растопилось.
2. Ёмкость поставили на водяную баню и подогрели.
3. В растопленное мыло добавляем сок апельсина и облепиховое масло.
4. Заливаем мыло в формы.

Наше мыло застывало 2,5 часа в группе на подоконнике в формочках.

Вывод: изготовление мыла в домашних условиях возможно. Мы изготовили косметическое мыло, ароматное, разной формы. Процесс изготовления мыла в группе был многогранен, но результат порадовал, потому что оно сделано с любовью и своими руками.

**Таким образом, мы можем ответить на поставленный вопрос. Очевидно, что и в овощах, и в фруктах содержатся витамины. Невероятно, но витамины необходимы для нормального функционирования организма. Они нужны детскому организму для роста и развития.**

## Список использованной литературы

1. Иванова А.И. «Методика организации экологических наблюдений и экспериментов в детском саду». Москва: Просвещение. 2007 г.
2. Комлева И. «Дети экспериментируют? Да!». //Дошкольное воспитание. 2004 г. №8.
3. Костюченко М.П. «Исследовательская деятельность на прогулках. Экологические занятия с детьми 5-7 лет». Волгоград: Учитель. 2013 г.