Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад "Мишутка"общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому развитию детей

«Витамины круглый год»

группа «Воробышки»

Воспитатель: Алексеева К.И.

- Умение различать по внешнему виду овощи.
- **Вид проекта**: познавательный
- **Участники проекта**: дети 1-й младшей группы, воспитатели, родители.
- **Продолжительность проекта**: краткосрочный.
- **Объект обследования:** морковь.
- **Актуальность:**

Цель: Формировать у детей интерес к природным объектам.

Задачи: Закреплять понятие овощи и фрукты;

учить детей обследовать предмет (цвет, форма, величина);

Рассказать об этом полезном овоще - моркови

Воспитывать доброжелательное отношение и умение взаимодействовать друг с другом и взрослыми.

Выпустить памятку для родителей о пользе моркови

Планируемый результат: проявляют интерес к окружающему миру, знают овощи и какую пользу приносят, активно и доброжелательно взаимодействуют с воспитателем.

- **Методы исследования:**
- Работа с литературными источниками
- Словесный: использование загадок, стихи («Морковный сок» А. Барто), беседа.
- Наглядный: картинки, муляжи, натуральный предмет.
- Практический : Сочинение стихов о моркови.
- организация огорода на окне, посадка моркови, лука.

Этапы реализации проекта

- **1-й этап - подготовительный**
- Разработка конспекта занятия; подготовка материала и оборудования к занятию, работа с родителями (оказание помощи в создании огорода, изготовление книжки- малышки «Блюда из моркови»).
- **2-й этап – основной**
- Занятие «Рассматривание моркови»
- Задачи: формировать у детей представление о моркови как овощной культуре; ввести в активный словарь словосочетания: морковь, красная, твердая, сладкая, хрустит; ее можно тереть на терке; морковь едят.
- Материалы: морковь большая, маленькая (игровой персонаж Зайка).

План проведения занятия:

1. Использование загадки о моркови.
2. Игра «Найди морковь».
3. Обследование моркови.
4. Рассказ воспитателя о моркови.
5. Совместно с детьми приготовить витаминный салат.

3-й этап – заключительный

Посадка моркови в огороде на подоконнике.

Введение

Морковь — двулетнее растение (редко одно- или многолетнее), в первый год жизни образует розетку листьев и корнеплод, во второй год жизни — семенной куст и семена.

Широко распространена, в том числе в средиземноморских странах, Африке, Австралии, Новой Зеландии и Америке.

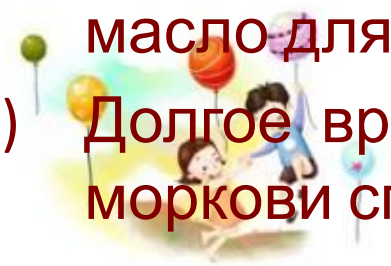
Наиболее известна морковь посевная (морковь культурная, рассматривается или как самостоятельный вид *Daucus sativus*, или как подвид моркови дикой) — двулетнее растение с грубым деревянистым беловатым или оранжевым корнем. Культурная морковь подразделяется на столовую и кормовую. Соцветие — 10—15-лучевой сложный зонтик, лучи шероховато-опушённые, распростёртые во время цветения. Цветы с мелкими зубчиками чашечки и белыми, красноватыми или желтоватыми лепестками. В центре зонтика тёмно-красный цветок. Плоды — мелкие, эллиптические двусемянки длиной 3—4 мм.

История

- Предположительно, морковь впервые начали выращивать в Афганистане, где до сих пор произрастает больше всего различных видов моркови.
- Первоначально морковь выращивали не ради корнеплода, а ради ароматных листьев и семян.

Применение

1) В медицине морковь применяется при гипо- и авитаминозах.
2) Семена используются для получения лекарственных средств, например, даукарина, обладающего спазмолитическим действием, сходным с действием папаверина и келлина, расширяет коронарные сосуды; применяется при атеросклерозе, коронарной недостаточности с явлениями стенокардии. Из семян получают экстракты и эфирное масло для косметики и ароматерапии.
3) Долгое время считалось, что употребление в пищу моркови способствует улучшению зрения.



Вкусные и полезные рецепты

Рецепт № 1

- Морковь чистим и трем на терке.
- Репчатый лук чистим и режем тонкими полукольцами. Перекладываем в миску. Добавляем немного соли и сахара. Хорошо перемешиваем.

- У болгарского перца удаляем плодоножку и разрезаем на 4 части. Режем очень тоненько.

- В глубоком тазике смешиваем овощи. Добавляем соль и красный перец по вкусу. Заправляем маслом. Перемешиваем. Тушим в кастрюле.

- Очень вкусный салат готов.

Рецепт № 2

«Морковные котлеты»

Лук чистим, нарезаем и обжариваем на растительном масле до золотистого цвета. Чистим морковь и натираем на мелкой или средней терке. К готовому луку добавляем натертую морковь. Затем всыпаем манку и хорошо перемешиваем. Доливаем воду, перемешиваем и тушим минут 5-7 до загустения. Когда масса для котлет остынет, формируем котлеты и обваливаем их в панировочных сухарях. Обжариваем наши котлеты на растительном масле до образования красивой и хрустящей корочки.

Приятного аппетита!

Наши стихи

Я **морковка**, иль морковь,
Из меня салат готовь,
Положи и в борщ, и в суп
Из гороха и из круп,
Куда хочешь добавляй
И сырой употребляй.
Сладкая и сочная,
Любима всеми очень я.

«Морковный сок» А. Барто

Глушит сорная трава
Кустики гороха,
И морковь видна едва -
В общем, дело плохо.

Так не вырастет морковь,
Так не будет толку!
Две сестры сегодня вновь
Вышли на прополку.

У Маринки две руки,
И у Светы две руки:
Хорошо пошла работа!
Берегитесь, сорняки!

Поработали часок -
И, пожалуй, хватит.
Будет пить морковный сок
Через месяц братик.

Удивительные котлеты

Морковка – овощ просто чудо.
Вкуснее с ней любое блюдо.
Мы покушали салат –
Щеки от нее горят.
Мы котлеты с ней лепили,
Ребят в группе угостили.
Всем на удивление –
Котлеты объедение!

Выводы

В результате проделанной работы:

- Познакомили детей о том что морковь растет на огороде, узнали о ее полезных и лечебных свойствах.

Морковка полезная и вкусная овощная культура - ее можно использовать не только для правильного питания, но и как лечебное средство при различных заболеваниях;

Приготовление морковного сока
в домашних условиях.

Решили просто выжать сок
И выпить по бокалу.
Морковка та одна к одной!
Вся ровная, большая.
И можно изойти слюной,
Вкус сока предвкушая.