Русская каша- Матушка наша.

Старшая группа «Ромашки»

Воспитатель: Надыбина Т.В.

elenaranko.ucoz.ru

Паспорт проекта

- **Вид проекта**: долгосрочный
- **Тип проекта:**

информационно-исследовательский, творческий.

- **Участники:** дети старшей группы

группы (5-6 лет), воспитатели, родители.

elenaranko.ucoz.ru

Актуальность проекта

Дети это наше будущее. И очень хочется, чтобы это будущее было не только умным и счастливым, но и здоровым. Наблюдения за детьми старшей группы во время завтрака показали, что дети плохо едят кашу. Почему? Наверно, потому что они не знают пользы каши. Это большой минус, как родителей, так и педагогов.

На вопрос: «Что вы знаете о каше?», дети отвечают: «Силу придает». Но почему, они не знают! Дети не знают, что в каше содержится много полезных веществ для развития организма.

Реализация проекта позволит сформировать у детей устойчивое положительное отношение к необходимому продукту – каше.

Проблема: Дети не знают значимости каш на развитие организма.

elenaranko.ucoz.ru

Проблема:

При опросе детей «Что ты любишь больше всего есть на завтрак? » лишь немногие назвали кашу. Большинство детей не любят каши, не знают о пользе злаковых культур.

Поэтому перед нами возникла проблема - как помочь детям раскрыть ценные качества молочных продуктов и каш, их значение для развития детского организма . Для решения этой проблемы возник проект: «Русская каша – матушка наша »!

Немного истории:

Праматерью хлеба величают кашу в народе. Каша являлась одним основных блюд как бедных, так и богатых людей. Отсюда и пословица «Каша - мать наша». Само слово «каша» означает кушанье, приготовленное из растёртого зерна. В старину люди отмечали праздник каши.

У русских князей существовал обычай – в знак примирения с врагом варить кашу. Без каши мирный договор считался недействительным. С тех пор про несговорчивых людей и говорят «С ним каши не сваришь». В наше время стали меньше ценить значение каши для здоровья людей и стали меньше ценить труд людей, выращивающих злаковые для народа.

У каши есть свой праздник ,который отмечается 26 июня и называется Мирские каши (День мирской каши)

Другое название этого дня – Акулина-гречишница.

elenaranko.ucoz.ru

Цель проекта: формирование у детей представления о каше как обязательном компоненте меню.

Задачи:

- Познакомить с полезными свойствами круп и крупяных изделий.
- Учить детей различать и называть зерновые культуры, крупы и каши, получаемые из них, используя для распознавания различные анализаторы.
- Развивать познавательную активность детей, способствовать тому, чтобы дети стремились узнавать новую информацию о крупах, их пользе для здоровья.
- Обогащать и развивать активный словарь детей.
- Повышать заинтересованность родителей к продуктивной досуговой деятельности с детьми.
- Воспитывать потребность в здоровом образе жизни и правильном питании.

elenaranko.ucoz.ru

Содержание деятельности

Познавательное развитие.

1. Непосредственно - образовательная деятельность

«Хлеб да каша – пища наша»,
«Каша- здоровье наше»,
«Русская каша - матушка наша».

2. Рассматривание разных видов круп (рис, пшено, гречка, манка, геркулес, горох) ;

3. Экспериментирование с крупами : «тонут-не тонут»,
«Как быстро перебрать крупу? »,
«Как раскрасить крупу»

4. Дидактические игры: «Узнай крупу на ощупь», «Шумелки» (узнай крупу на слух,
«Что полезно, а что нет»,
«Логическая цепочка».

5. Экскурсия на кухню д/с.

6 Рассматривание иллюстраций с изображением злаковых растений (пшеница, просо, ячмень, гречиха, рис, овес, кукуруза) .

7 Рассказ о людях, которые выращивают злаковые растения.

elenaranko.ucoz.ru

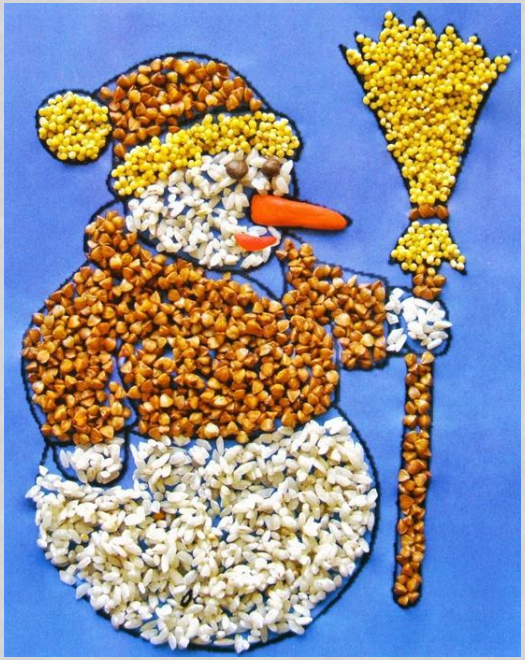
Речевое развитие

1. Чтение художественной литературы : «Лиса и журавль», «Горшочек каши», «Три медведя», «Маша и медведь».
2. Разучивание стихов о каше, загадывание загадок о молочных продуктах.
3. Ситуативные разговоры : «Чем полезна каша? », «Почему и для чего нужно кушать кашу? », «Из каких круп готовят кашу? »
5. Разучивание пословиц и поговорок о еде.
6. Пальчиковые игры:
«Нам поужинать пора»,
«Варим кашу»,
«Маша каши наварила».

elenaranko.ucoz.ru

Художественно-эстетическое развитие

1. Аппликация на тему:
«Зимний домик», «Наклей добавку к каше»
2. Коллективный плакат
«Каша -матушка наша»»
3. Слушание и разучивание песен: В. Абелян «Каша»,
Танец «Варись, варись кашка», «Песенка про манную кашу».
4. Игра - драматизация:
«Каша из топора»,
«Маша и медведь».
Рисование по манной крупе,
пластелинография с крупами «Карандашница»,



elenaranko.ucoz.ru

Физическое развитие

1. **Подвижные игры и упражнения:**

Горячая картошка

Цель игры: закреплять передачу мяча по кругу.

Мельница

Цель игры: развить у детей точность и быстроту движений.

Катаем колобок

Цель игры: развить у детей ловкость движений и быструю реакцию. Игра отлично тренирует кисти рук.

Здоровье:

«Про продукты - полезные, неполезные», «Кукле кашу я сварю», «Съедобное – несъедобное»

2. Физминутки: «Кашей угощайтесь», «Каша- малаша», «Гномик кашу варил»

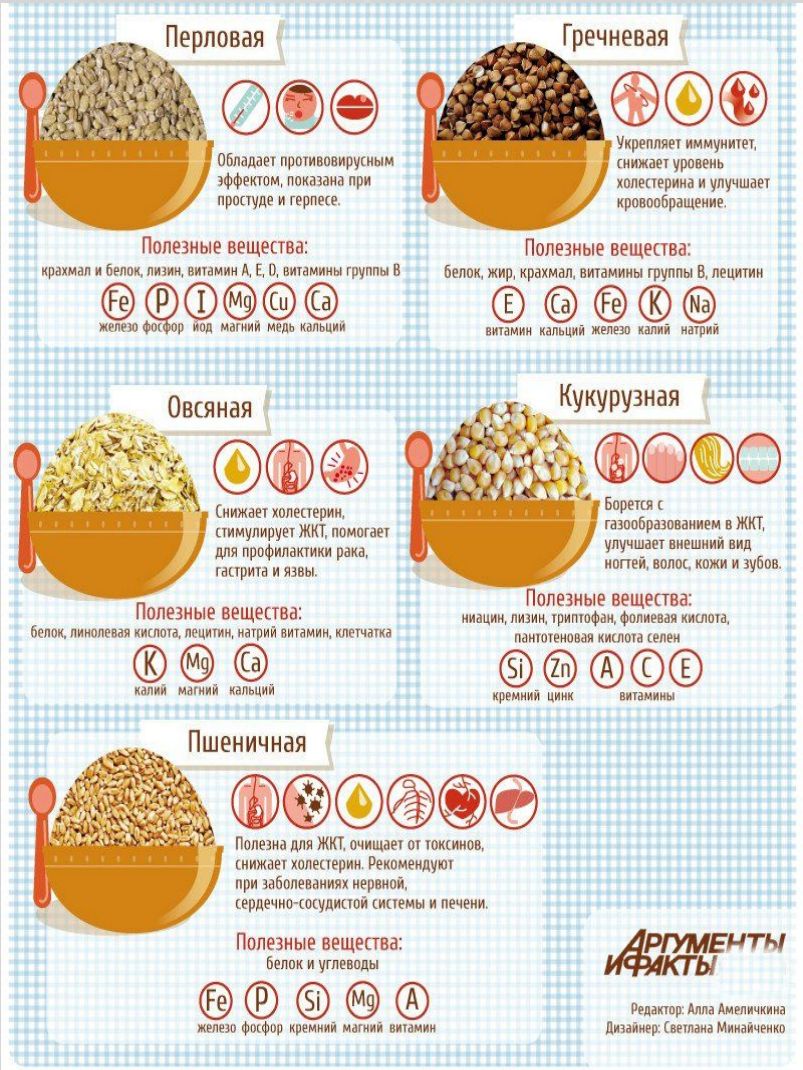
3. Хороводная игра: «Раз, два, три – горшочек вари»

Социально-коммуникативное развитие:

- Вместе с детьми была проведены игры: «Накормим куклу кашей», «Продуктовый магазин. Отдел круп».
- Театрализованная игра «Каша из топора»

elenaranko.ucoz.ru

Значимость каш для организма человека.



Самая полезная каша

Трудно выделить из каш самую полезную, но по сумме качеств, и медики, и диетологи самой полезной среди каш все-таки считают гречневую. Второе место поделили между собой овсянка и ячневая кашей. И на третьем месте – рис

elenaranko.ucoz.ru

Экскурсия на кухню.

elenaranko.ucoz.ru

Экскурсия в продуктовый магазин.

elenaranko.ucoz.ru

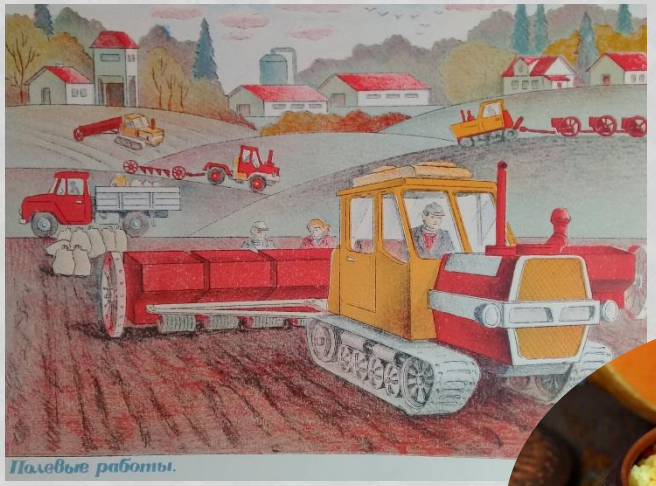
А на завтрак каша!

elenaranko.ucoz.ru

НОД « Варись, варись кашка»

elenaranko.ucoz.ru

«Откуда пришла крупа?»



elenaranko.ucoz.ru

Мини-музей
«Русская каша – Матушка наша»

elenaranko.ucoz.ru

elenaranko.ucoz.ru

elenaranko.ucoz.ru

Рецепты от родителей.

РЕЦЕПТ

«Каша выходного дня»

Каша рисовая в мультиварке-скороварке

Ингредиенты:

Молоко – 6 мл

Рис – 100 г

Масло сливочное – 20 г

Соль, сахар по вкусу

Порядок приготовления:

Рис промыть до прозрачной воды, выложить в чашу мультиварки-скороварки, залить молоком, добавить соль, сахар, сливочное масло. Перемешать. Закрыть крышку и клапан выпуска пара. Нажать кнопку МОЛОЧНАЯ КАША. Установить время приготовления среднее (5 минут). Готовить до окончания режима, после чего открыть клапан и выпустить пар. Готовую кашу перемешать.

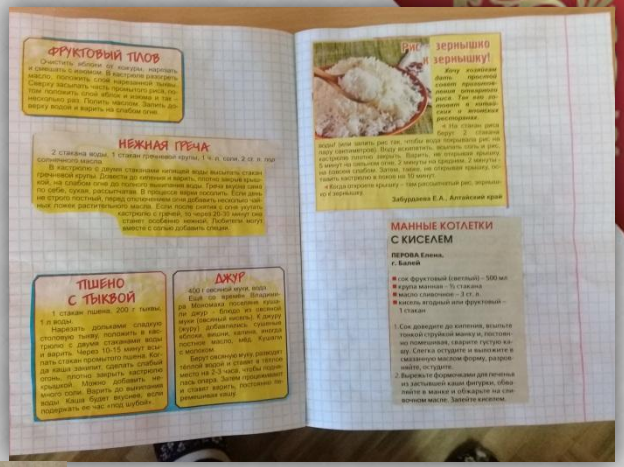
Совет: готовую рисовую кашу можно украсить измельченными грецкими орехами или вареньем.

P.S. Самый главный секрет при приготовлении «Любимой каши для нашей семьи» : **обязательно** добавить столовую ложку доброты, столовую ложку любви, столовую ложку позитива!!!!

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

от семьи Захаровых

elenaranko.ucoz.ru



elenaranko.ucoz.ru

Поделки из крупы.

Совместное творчество родителей и детей

elenaranko.ucoz.ru

elenaranko.ucoz.ru

elenaranko.ucoz.ru

Кормим птичек.

elenaranko.ucoz.ru

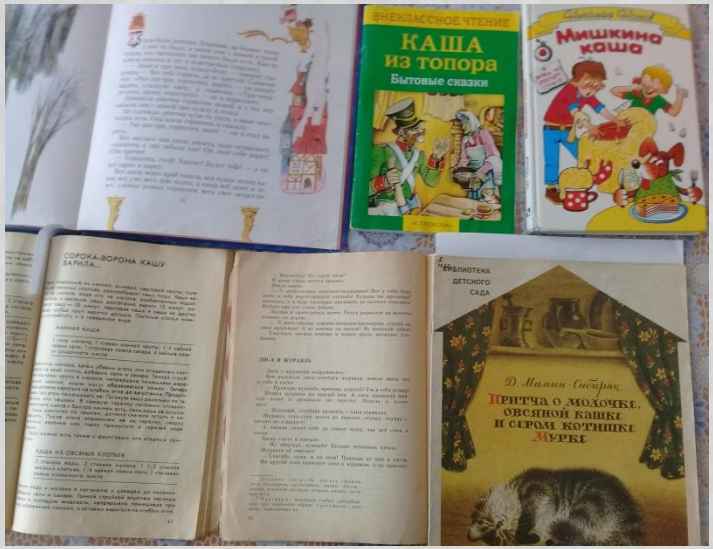
Сюжетно-ролевая игра «Покормим куклу кашей»

elenaranko.ucoz.ru

Развиваем мелкую моторику руки.

elenaranko.ucoz.ru

Книжный уголок.



elenaranko.ucoz.ru

Рисование на крупе.

elenaranko.ucoz.ru

Создание альбома «Путешествие в мир круп»

Работа с родителями

Создание книги «Рецепты самой вкусной каши";
-изготовление коллажей, плакатов "Как мы варили кашу»

Форма проведения итогового мероприятия:
Досуг с родителями "Каша-радость наша"

elenaranko.ucoz.ru

Заключение

ПРОВЕДЯ ИССЛЕДОВАНИЕ, МЫ СДЕЛАЛИ СЛЕДУЮЩИЙ ВЫВОД:

Любая каша – это чрезвычайно полезный и к тому же диетический продукт.

Включение различных каш в рацион питания помогает человеку не только получить столь необходимые организму витамины, микроэлементы и другие полезные вещества, но и способствует профилактике, а в ряде случаев и целенаправленному лечению многих заболеваний.

1) Каша имеет многолетнюю историю;

2) Каша полезна для организма человека, так как зерно, из которого её варят содержит различные витамины и микроэлементы;

3) Каши благотворно влияют на пищеварение, на работу сердца и других органов;

4) О каше написано много сказок, загадок, пословиц;

elenaranko.ucoz.ru

Спасибо за внимание

elenaranko.ucoz.ru