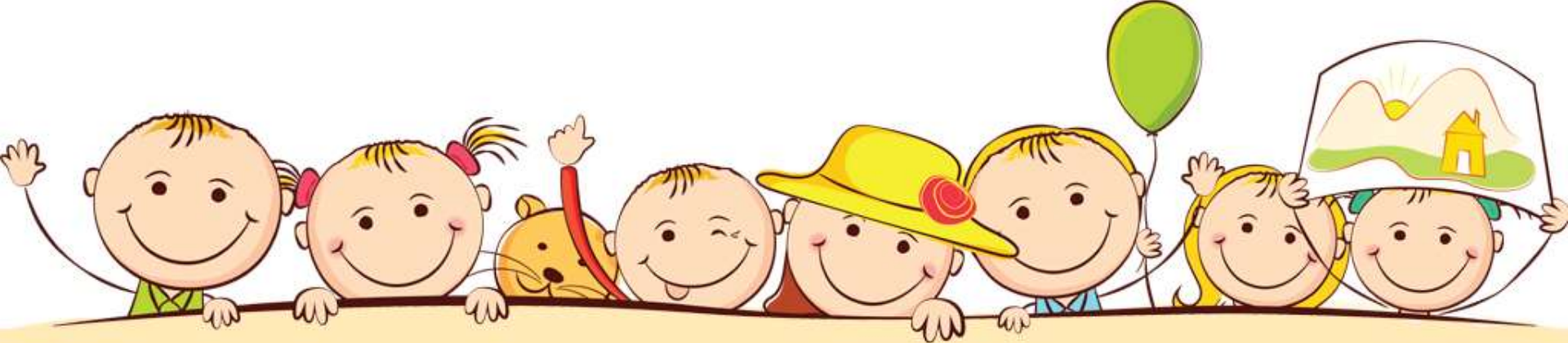




**«Расширение представлений у детей
старшего дошкольного возраста об
окружающем мире через исследовательскую
деятельность в рамках проекта «Каша, каша,
стань подружкой нашей».**

автор: воспитатель Кондратьева Т.А.



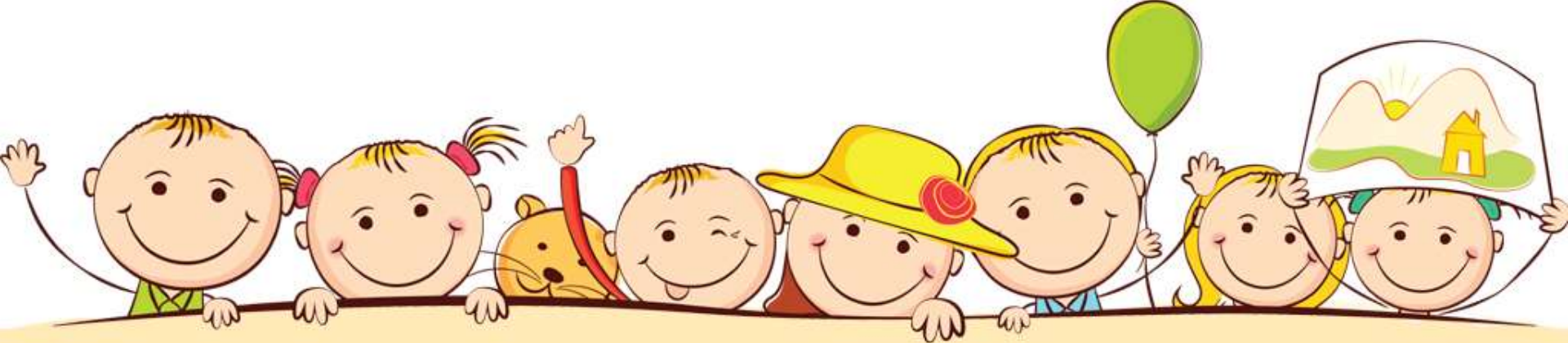


**Чтобы быть здоровым,
Долго жить на свете.
Ешьте утром кашу-
Взрослые и дети!**



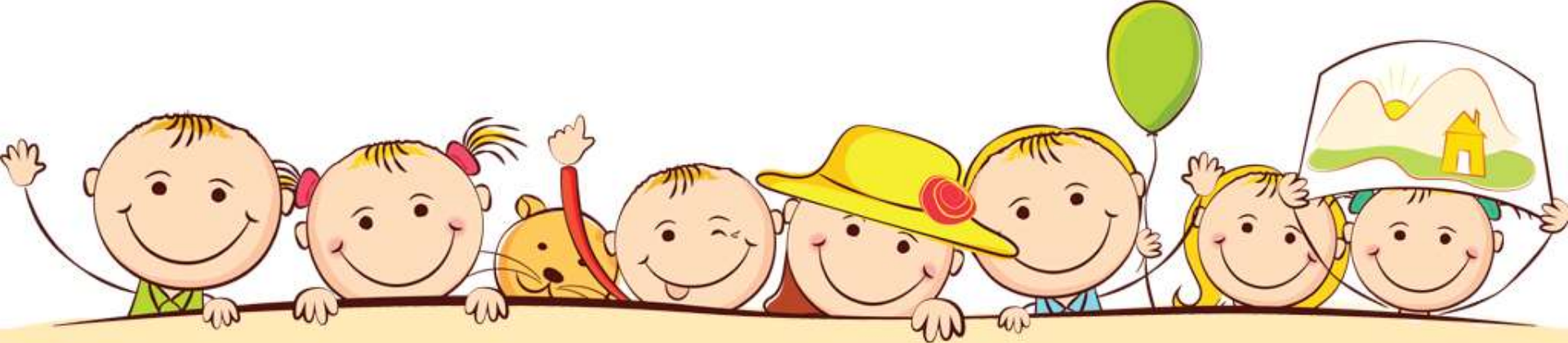


- **Тип проекта:** познавательно-исследовательский, групповой
- **Продолжительность проекта:** краткосрочный (1 месяц)
- **Участники проекта:** дети подготовительной к школе группы №6, воспитатель Кондратьева Т.А., родители воспитанников



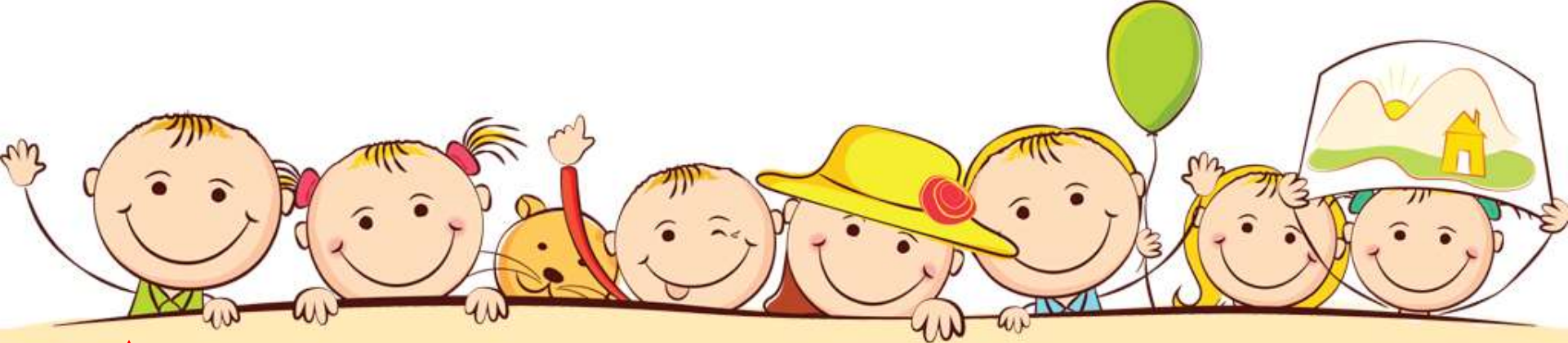
Цель проекта:

Сформировать у детей представление о завтраке как обязательном компоненте ежедневного меню, различных вариантах завтрака. Способствовать осознанию важности употребления каш для роста и здоровья детей.



Задачи:

- Сформировать представления детей о законах правильного питания, о полезном продукте - каше, о витаминах в ней
- Развивать поисковую деятельность, интеллектуальную инициативу
- Пробудить интерес детей к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем
- Сформировать представления о связи рациона питания и образа жизни наших предков, о высококалорийных и полезных продуктах
- Обогащать практический опыт детей в приготовлении каши
- Воспитать у детей потребность вести здоровый образ жизни
- Формирование проектно-исследовательских умений и навыков: выявить проблему; с помощью воспитателя искать нужное решение, выбрать наиболее адекватный способ решения; самостоятельно анализировать полученные результаты
- Стимулировать интерес родителей к вопросам правильного и здорового питания детей.



Актуальность:

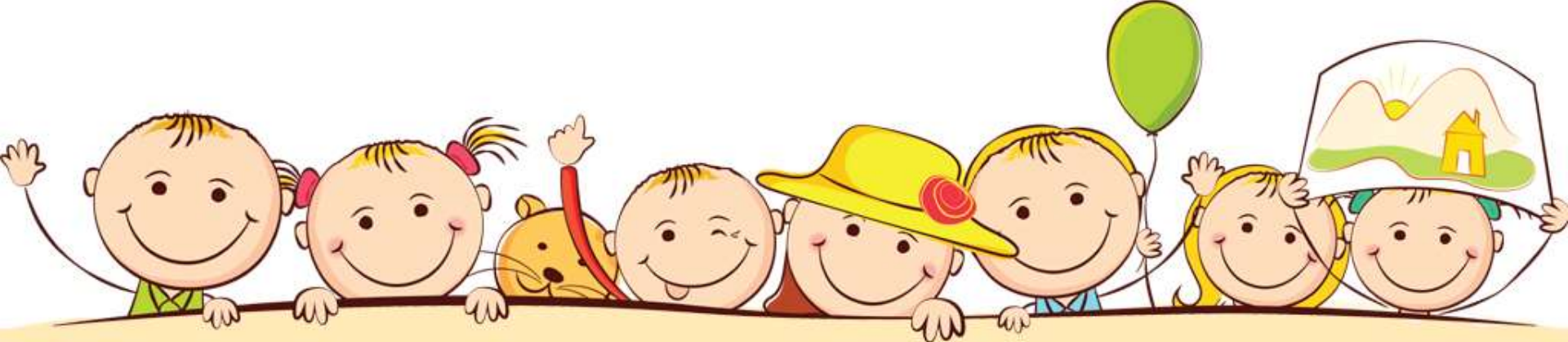
Полезнее завтрака нет предмета на земле. Завтрак должен составлять 25% от дневного рациона. Каша – одно из самых древнейших блюд в России. Наравне со щами каша стала чуть ли не нашим национальным символом: “Щи да каша – пища наша”. Так говорили в старину.

Каша – это тот самый продукт, который благодаря содержанию полезных веществ дает силы и здоровье каждому!

Многие родители не умеют готовить кашу ни для себя, ни для детей. Каши постепенно выходят из моды, возиться с ними в мире быстрой еды никому не хочется. Поэтому дети не хотят есть каши утром на завтрак, хотя это полезное блюдо доступно для каждой семьи; необходимо в здоровом питании. Дети считают, что каши не вкусные и их не обязательно есть.

При опросе детей «*Что ты любишь больше всего есть на завтрак?*» лишь половина назвали кашу и молочные продукты. Поэтому передо мной возникла проблема - как помочь детям раскрыть ценные качества молочных продуктов и каш, их значение для развития детского организма.

Выявилась проблема: У детей недостаточно сформированы представления о важности употребления каш для роста и здоровья детей. Для решения этой проблемы возник проект: «Каша, каша - будь подружкой нашей»



Гипотеза: Действительно ли каши, полезны для здоровья людей? Мы предположили, если дети узнают больше о ценности каши, о крупах и злаках, из которых варят вкусные и полезные каши, которые употребляет в пищу человек, через собственную исследовательскую деятельность, то они поймут, что каша – ценный продукт питания для детского организма и у них появится желание употреблять ее в пищу.



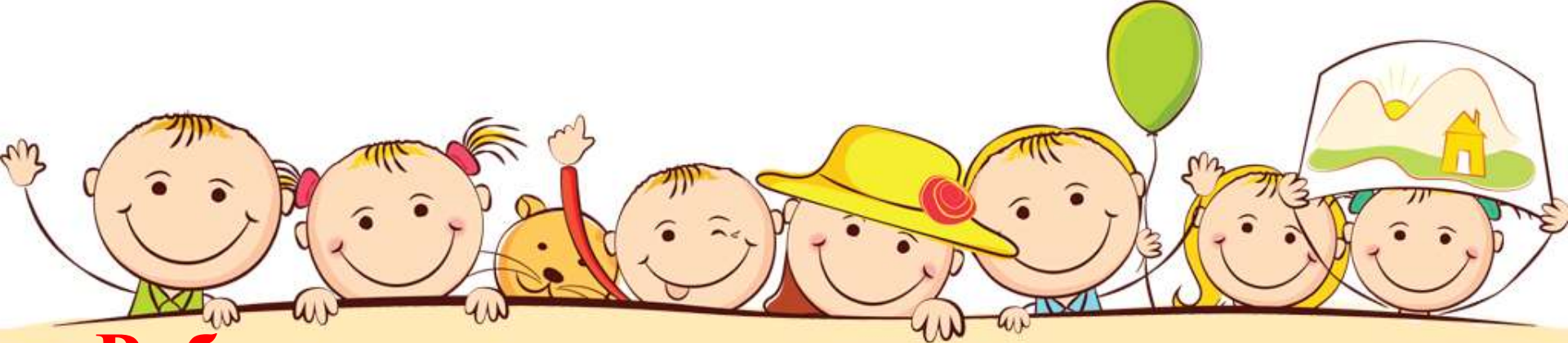
Ожидаемые результаты:

- Сформированы представления о пользе каш в рационе детского питания, важности их употребления для роста и здоровья
- Воспитана заинтересованность в сохранении собственного здоровья
- Дети с удовольствием употребляют в пищу каши



Планируемые продукты проекта:

- Книга «Мини- музей «Злаки, крупы, каши»
- «Книга старинных русских рецептов каши»
- Книга «Любимая каша моей семьи».
- Индивидуальные мини-проекты



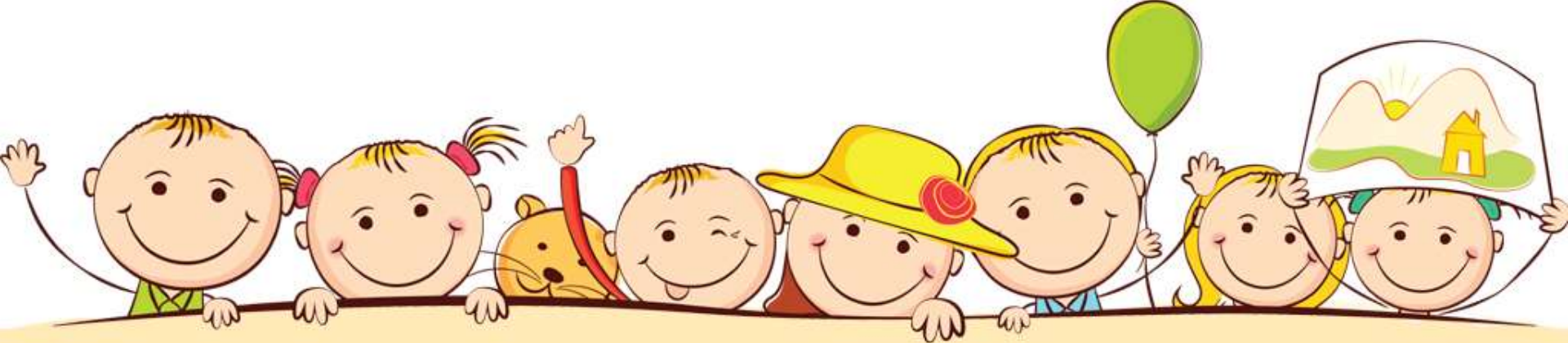
Работа с родителями:

- Сбор информации по теме проекта.
- Беседа: «Рацион питания дошкольников»
- Консультации «Как преподнести ребенку кашу, чтобы он захотел ее съесть», «Каша – идеальный здоровый завтрак», «Как сделать кашу аппетитнее».
- Домашнее задание совместно с родителями: Оформление Книги рецептов «Любимая каша нашей семьи»
- Оформление буклета «Книга старинных русских рецептов каши»
- Помощь в организации Мини- музея «Злаки и крупы»
- Организация и оформление мини-проектов
- Проведение экспериментов с детьми в домашних условиях
- Способствовать созданию активной позиции родителей в совместном желании, кормить детей полезной и вкусной пищей.
- Создание совместных с детьми альбомов по проведению опытов.
- Проведение опытов в домашних условиях



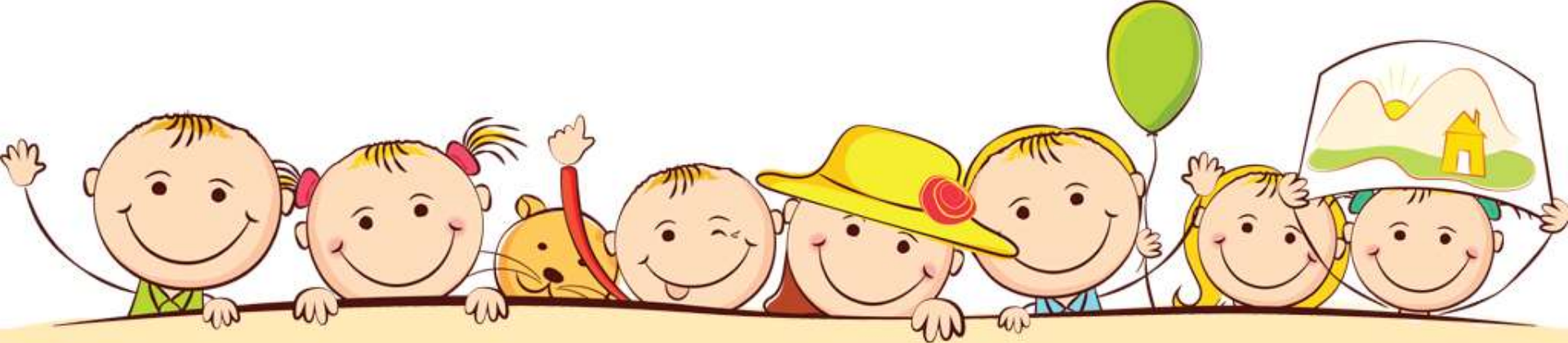
Этапы проекта: Подготовительный этап

- Определение темы и цели проекта
- Разработка плана осуществления проекта
- Сбор информации по теме
- Чтение: Толстой «О лягушке, которая попала в молоко» сказок: «Хаврошечка», «Гуси-лебеди», «Трое из Простоквашино», Д. Мамин-Сибиряк «Притча о молочке и овсяной кашке», М. Бородинская «Убежало молоко»
- Методическое обеспечение проекта



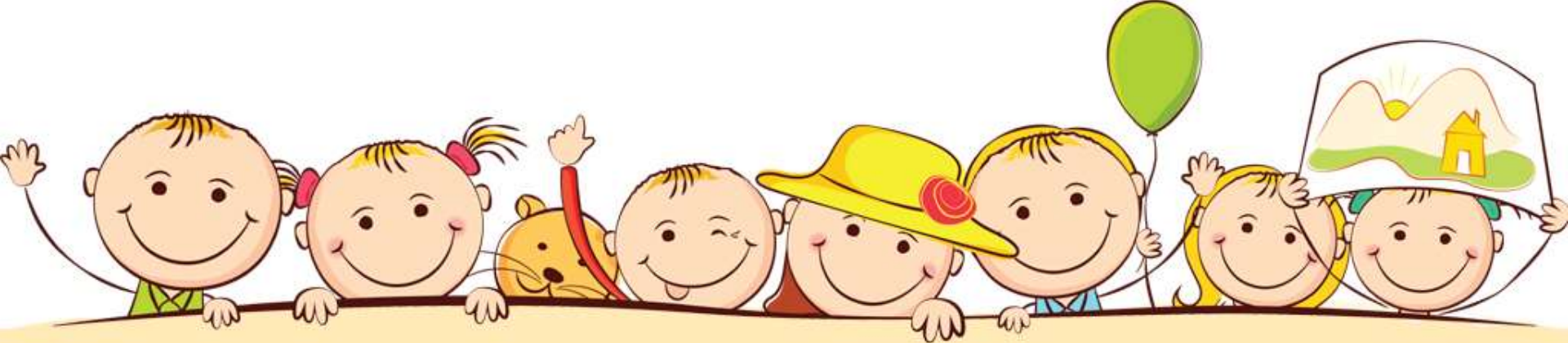
Основной этап:

- НОД «Сравнение круп»
- Экскурсия на кухню
- Беседа с мед.сестрой детского сада
- Просмотр презентации «Какие витамины спрятались в каше»
- Беседа «Пейте дети молоко будете здоровы»
- Просмотр мультфильмов
- Дидактические игры «Узнай и назови крупу», «Скажи правильно название каши»
- Беседа «Как каша пришла к нам на стол»
- Сюжетная игра «Готовим завтрак»
- Чтение художественной литературы
- Хороводная игра «Раз, два, три, горшочек каши вари»
- Аппликация из круп
- Опыты с крупами, молоком, сливочным маслом



Заключительный этап

- Выпуск книги «Мини- музей «Злаки, крупы, каши»»
- Оформление старинных рецептов «Книга старинных русских рецептов каши»
- Выпуск книги «Любимая каша моей семьи».
- Индивидуальные мини-проекты



Правила поведения в лаборатории:

Не шуметь – этим мы мешаем другим. Аккуратно обращаться с приборами.

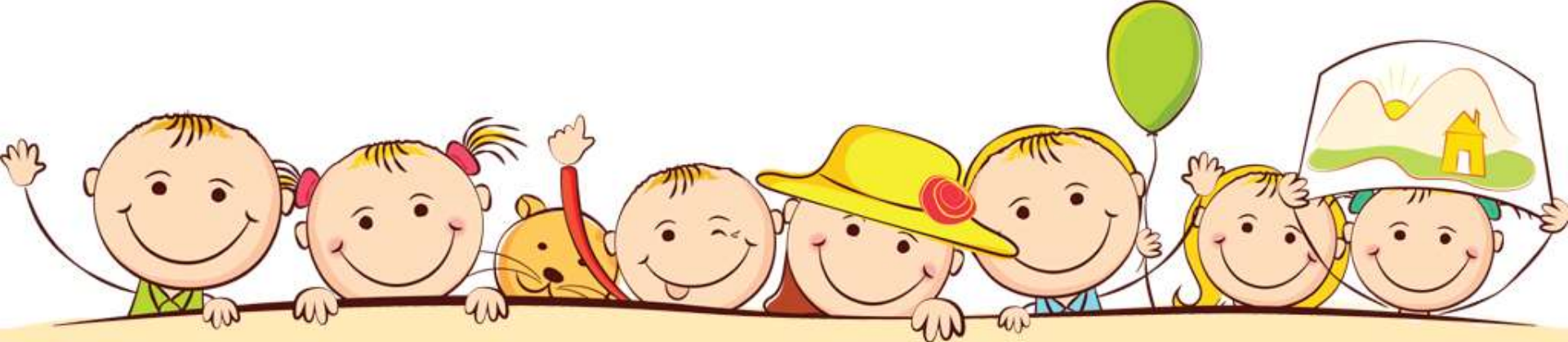
Помните, что стекло может биться и им легко порезаться.

Слушать воспитателя.

Внимательно следить за результатом опыта.

Закончив наблюдение, сделать вывод.





Просмотр мультфильмов о каше:





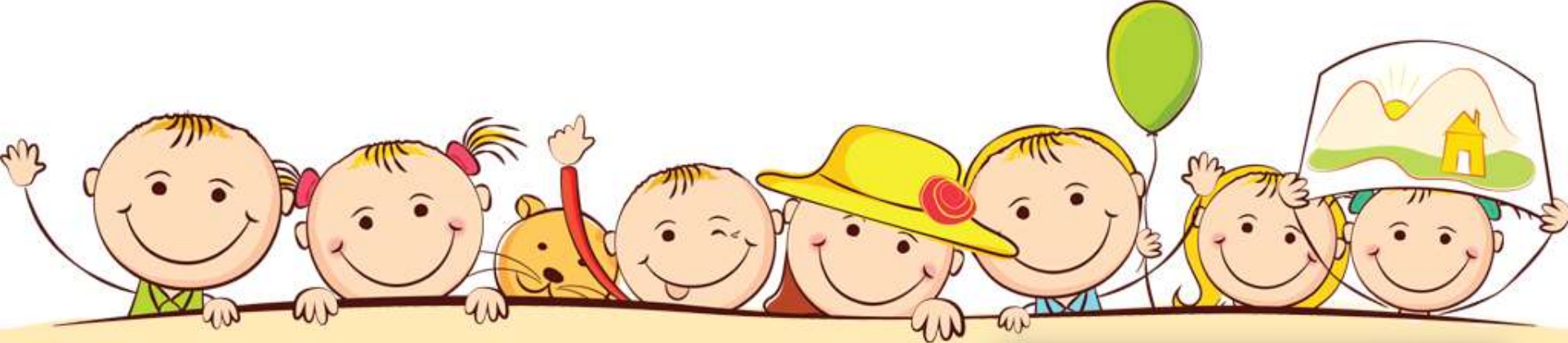
Опыты и эксперименты с молоком

Опыт «Молоко это жидкость»

Дайте детям два стаканчика – один с молоком, другой – пустой, и предложите аккуратно перелить молоко из одного в другой. Молоко льется? Почему? Потому что оно жидкое. Предложить детям другие емкости для переливания молока.

Вывод: Молоко – жидкость.





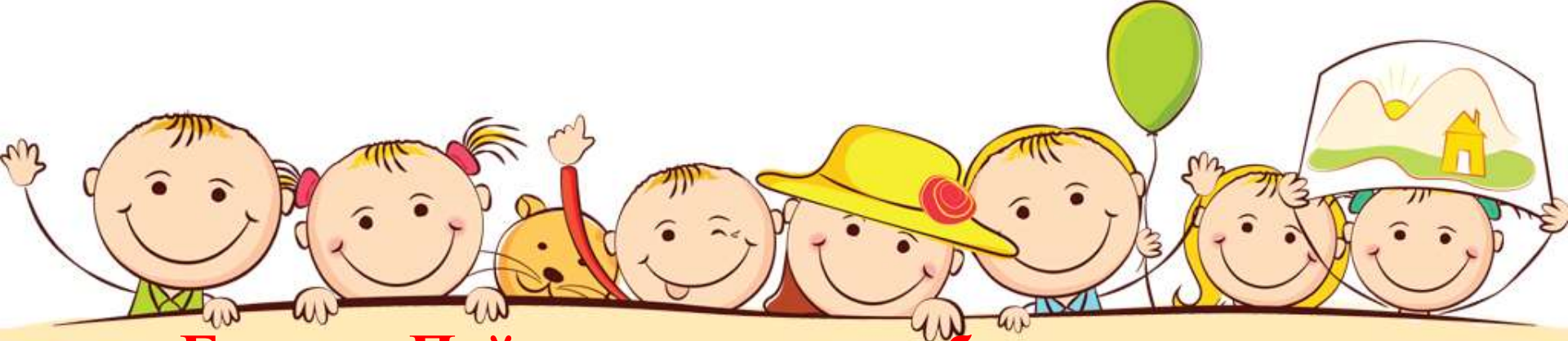
Опыт «Есть ли у молока вкус»

(перед детьми стоят два стакана – один с водой, другой - с молоком)

- Что находится в стаканах?
- Что общего у молока и воды? (*жидкости*)
- А теперь выяснить, какими свойствами обладает молоко.
- Предложить детям попробовать через трубочку воду. Есть ли у неё вкус?
- А теперь попробуйте молоко. Есть ли вкус у молока? Какое оно на вкус?

Вывод: у молока есть вкус, а вода – без вкуса





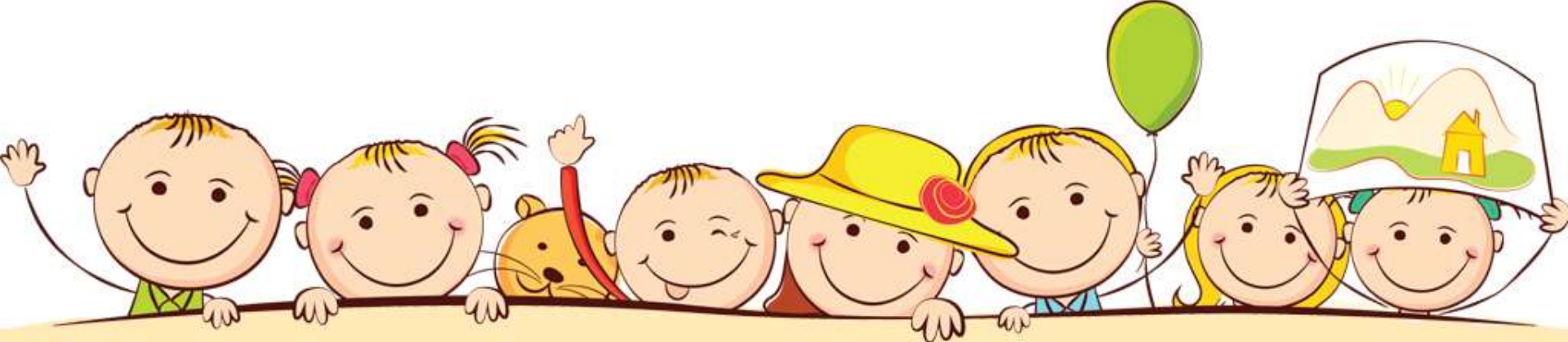
Беседа «Пейте дети молоко будете здоровы»





«Сравнение круп»

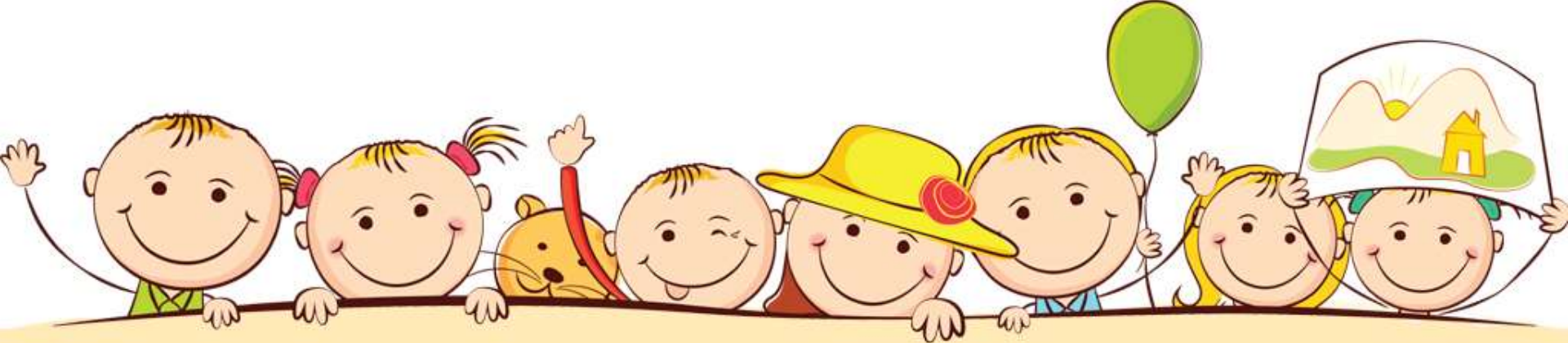




Результаты эксперимента
 заносились в технологическую
 карту по которой дети делали
 выводы о разных крупах

Образец				
№ 1				
№ 2				
№ 3				
№ 4				
№ 5				

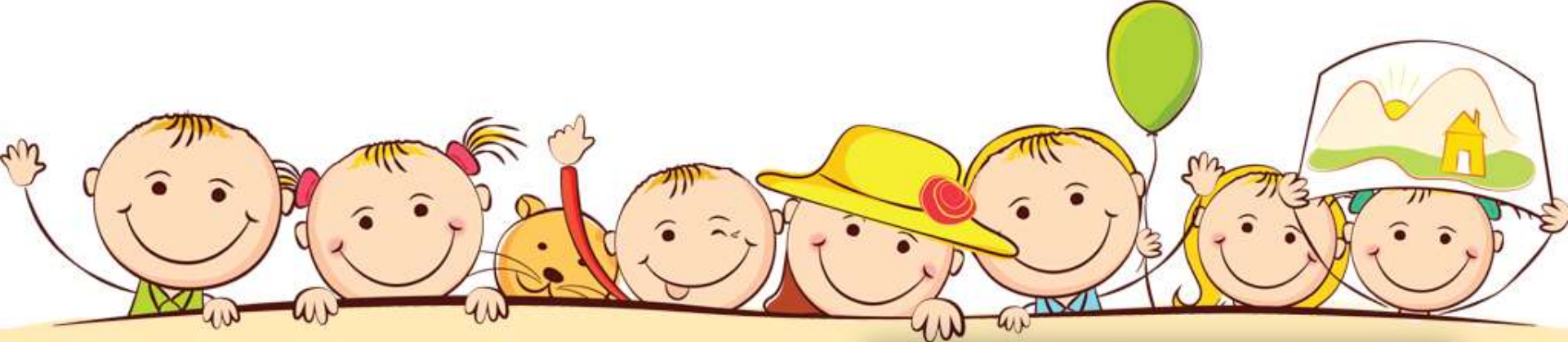
Образец				
№ 1 				
№ 2 				
№ 3 				
№ 4 				
№ 5 				



Экскурсия на кухню

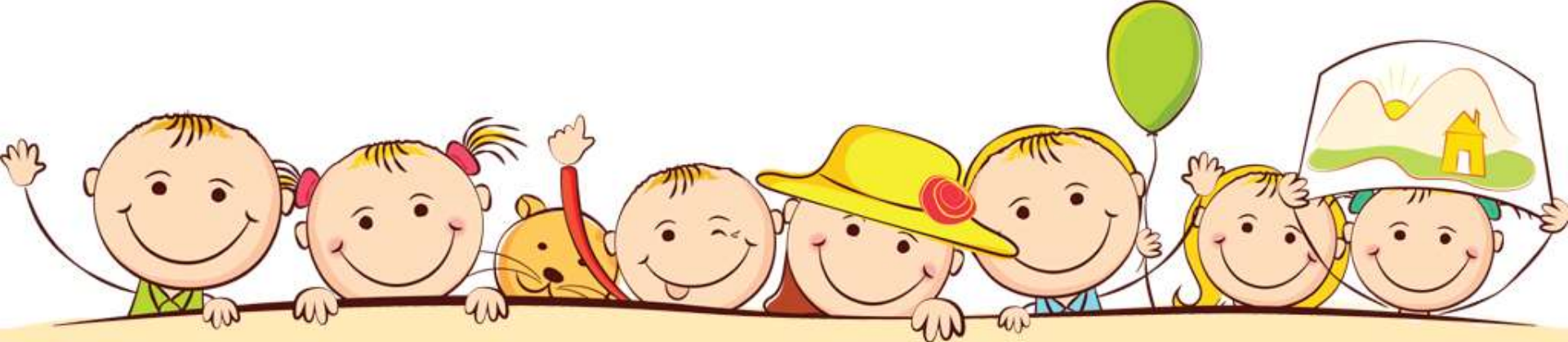
Мы играли в корреспондентов, ходили на кухню детского сада и брали интервью у повара. Которая рассказала какие каши готовятся для нас.





С вопросом «Чем полезна каша?» Мы обратились к нашей медсестре Татьяне Викторовне. Она нам объяснила, что каша очень полезна, она помогает вырасти здоровыми. Каша оказывает положительное влияние на память, укрепляет иммунитет





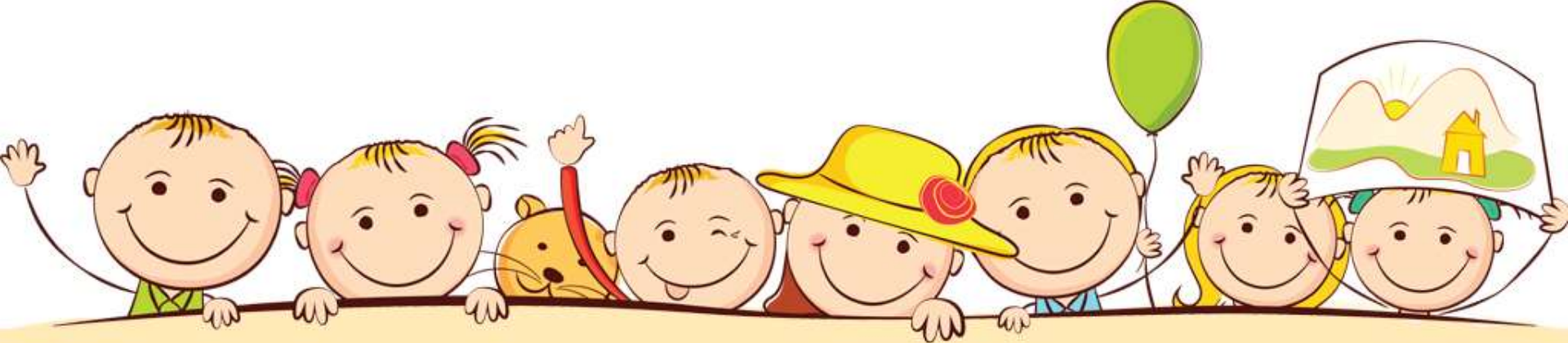
Просмотр презентации «Какие витамины спрятались в каше»





Беседа «Как каша пришла к нам на стол»





Опыт «У молока есть запах»

Предложите детям понюхать воду и молоко. Дети должны определить, имеют ли они запах.

Вывод: У воды нет запаха, а молоко приятно пахнет.





Почему молоко белого цвета?

А ведь действительно, все мы знаем, что корова ест зеленую траву зимой и желтое сено летом. А молоко, которое она дает, всегда получается белым. И не только у коровы белое молоко. На свете живет более 5 тысяч разнообразных млекопитающих (животных, которые кормят своих детенышей молоком), и у всех у них молоко белого цвета.

Опыт "Молоко имеет цвет"

Предложить детям рассмотреть и сравнить молоко и воду. Какого цвета молоко? А вода?

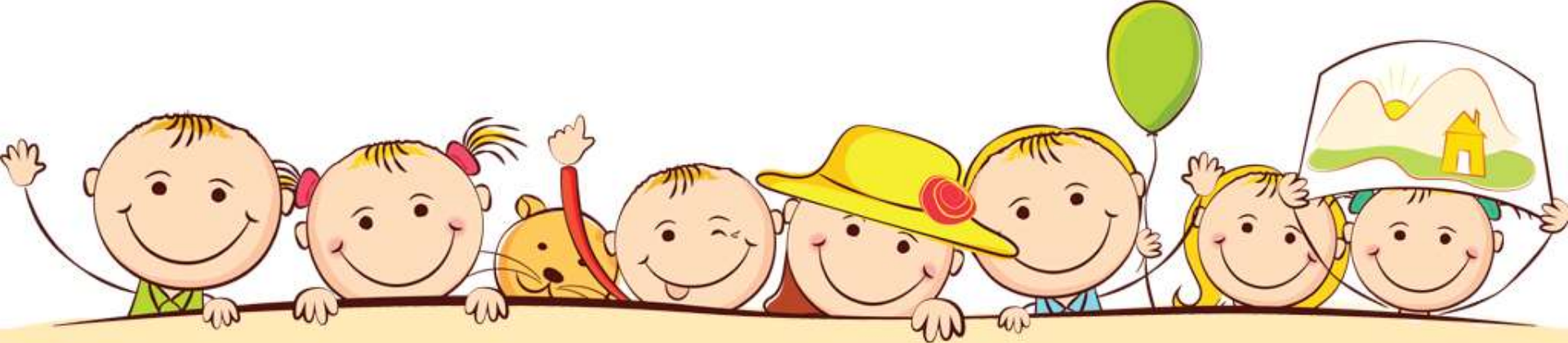
Вывод: молоко белого цвета, а вода – прозрачная.





Дело в том, что за цвет
молока отвечает одно
из веществ,
содержащихся в нем -
белок казеин. Если
посмотреть на каплю
молока под
микроскопом, то мы
увидим белые шарики.
Это и есть казеин.
Именно он окрашивает
молоко в белый цвет.



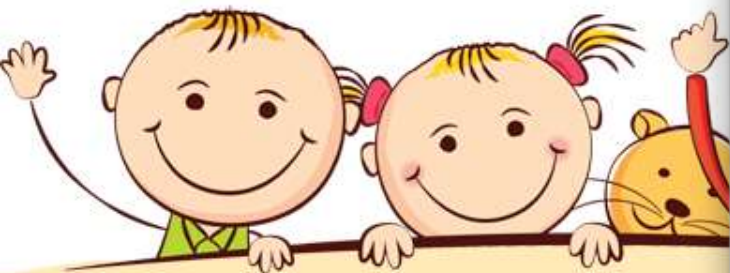


Кстати, интересно, что из казеина производят клей. Обычный клей для столярных работ. Им можно склеивать дерево, фанеру, картон. А получают его из молока или молочных продуктов. Вы даже можете попробовать сами сделать немного такого клея

Казеиновый клей.

Нежирный творог (его можно сделать и самим) - нужно протереть через сито и промыть теплой водой, а затем по каплям добавлять в него нашатырный спирт, пока не получится студенистая консистенция. Этим клеем можно подклеить сломанную спинку у детского стульчика, приклеить ножку кукольному шкафчику или склеить деревянную рамку для фотографий.



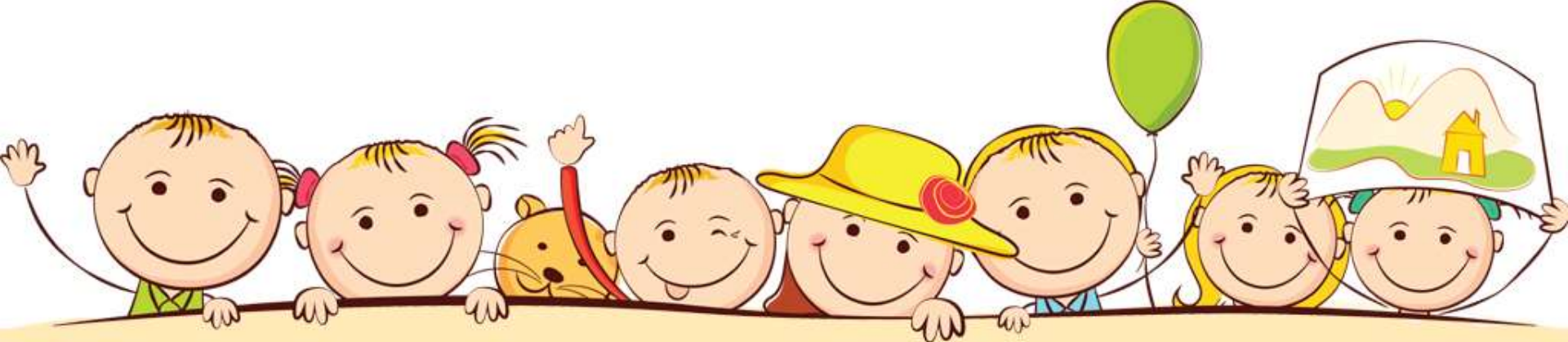


Опыт «Изготовление творога в домашних условиях».

Выливаем молоко в кастрюлю. И оставляем на сутки. Что происходит? Молоко закисло (свернулось). Скислое молоко надо поставить на огонь. При нагревании белок, находящийся в молоке, сворачивается и образует белые сгустки. Чтобы отделить их от остальной жидкости, содержимое кастрюльки нужно процедить сквозь ткань. В результате на ткани останется густая масса, практически полностью состоящая из белка казеина - творог.

Вывод: Молоко имеет свойство сквашиваться, из него получается совершенно другой напиток – простокваша и вкусный продукт творог.





Опыт «Узоры в молоке»

В плоскую тарелку надо налить молоко и дождаться, пока оно успокоится. На него осторожно капнем несколько капель пищевых красителей. А потом осторожно дотронемся до центра тарелки ватной палочкой, смоченной в жидкости для мытья посуды. Мыло, расщепляя жиры, вызовет в тарелке настоящую бурю, которая заставит краски разлетаться причудливыми узорами.

Результат

Частицы молока – полярные молекулы; один конец каждой из таких частиц (молекул) заряжен положительно, а другой – отрицательно. Так как противоположные молекулы притягиваются друг к другу, положительно заряженные концы молекул мыла притягиваются к отрицательно заряженным частицам жира в молоке, и начинают двигать их. Двигаясь, частицы жира толкают и частицы красителя. Из-за этого краситель смешивается с молоком, и получаются красивые узоры.



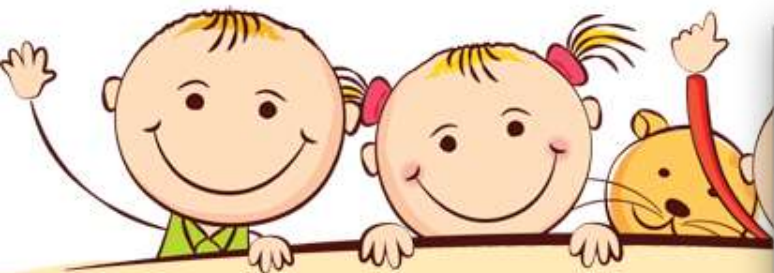


Опыт «Сворачивание молока под воздействием кислоты»

Расскажите детям, что большинство фруктов и ягод содержат в себе кислоту. И эта кислота вызывает сворачивание белка в молоке. Например, если в чайную ложку с молоком капнуть гранатовый (яблочный, вишневый и т.п.) сок, то малыш увидит, как оно меняет свою структуру.

То же самое произойдет и внутри желудка, что вызовет его расстройство





Опыт «Приготовление молочного коктейля»

Ингредиенты: молоко, сироп, ягоды.

Предложить ребенку приготовить вкусный и полезный молочный коктейль..

Последовательность приготовления:

Налить молоко в чашу.

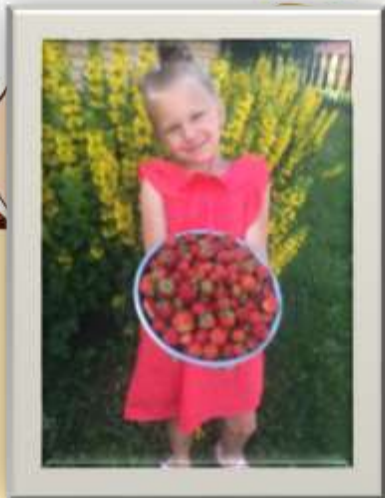
Налить сахарный сироп и положить ягоды.

Взбить коктейль до однородной массы.

Положить нарезанные фрукты или тертый шоколад.

Разлить коктейль, по желанию можно его украсить (зонтик, трубочки, долька апельсина или лимона, фрукты и др.)

Вывод: Из молока можно приготовить вкусный коктейль.





Опыт «Изготовление коктейля из мороженого»

Ингредиенты: мороженное, йогурт, ягоды.

Предложить ребенку приготовить вкусный и полезный молочный коктейль из мороженого.

Последовательность приготовления:

Положить мороженное, йогурт и ягоды в чашу.

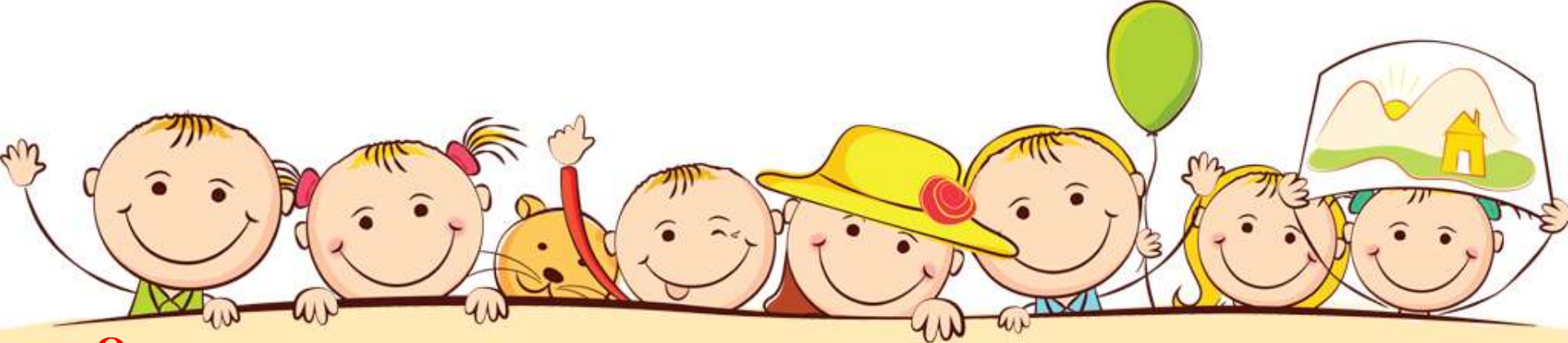
Взбить коктейль до однородной массы.

Положить нарезанные фрукты или тертый шоколад.

Разлить коктейль, по желанию можно его украсить (зонтик, трубочки, долька апельсина или лимона, фрукты и др.)

Вывод: Из мороженого можно приготовить вкусный коктейль.





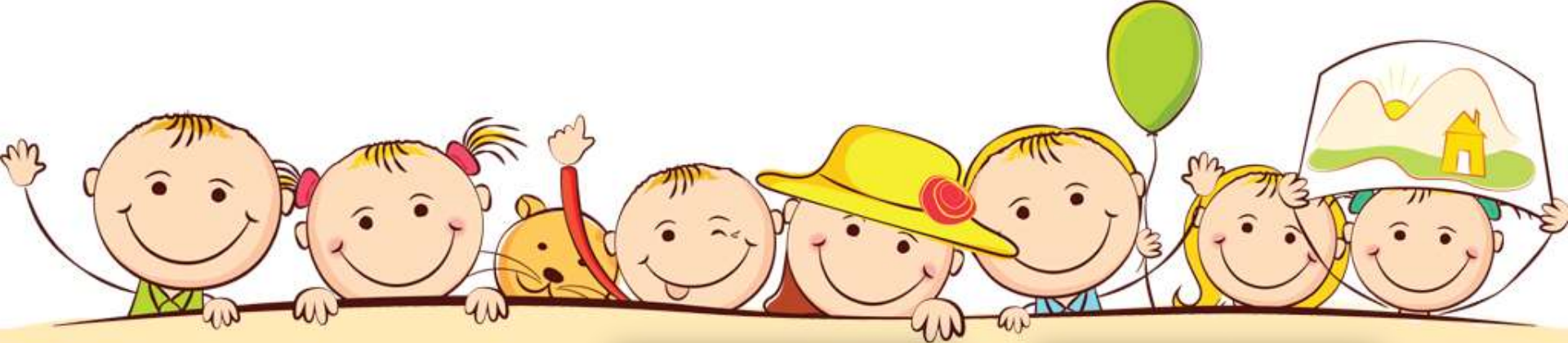
Опыты с сливочным маслом

Опыт «Рассматривание сливочного масла через лупу и микроскоп»

Предложить детям взять небольшой кусочек сливочного масла и рассмотреть его.

Вывод: сливочное масло это густое, маслянистое вещество





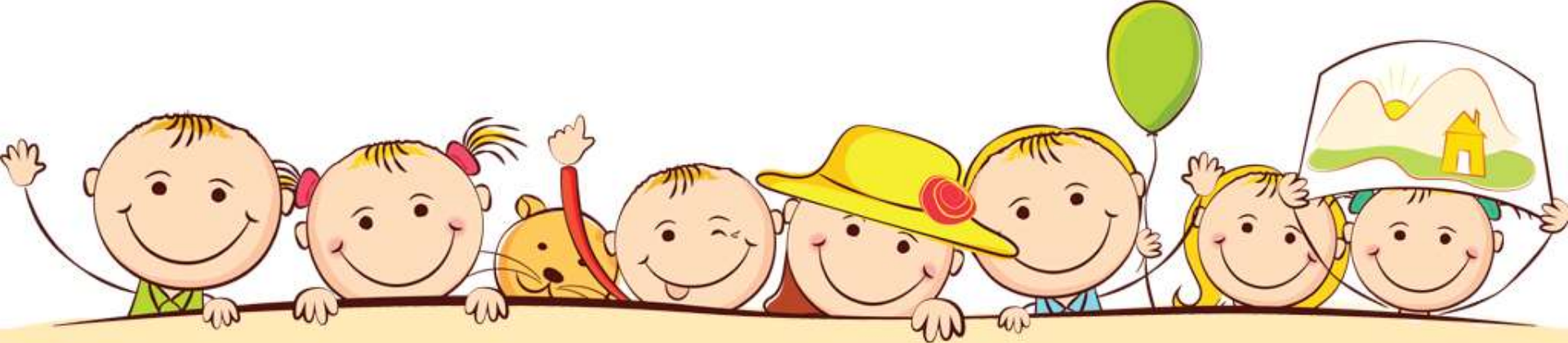
Опыт «Нагревание сливочного масла»

Предложить детям взять небольшой кусочек сливочного масла и нагреть его на огне.

Рассмотреть полученный результат через лупу и в микроскоп.

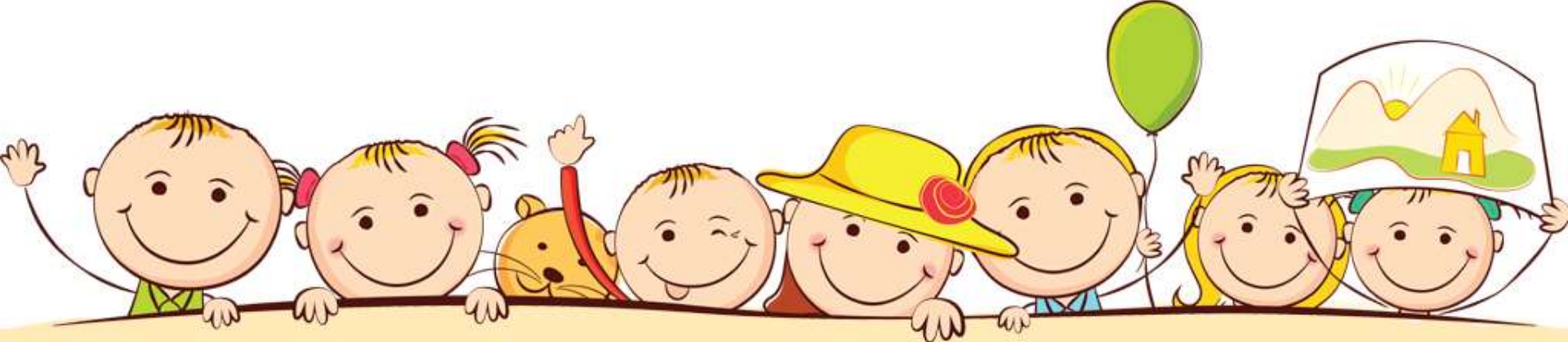
Вывод: при нагревании сливочное масло тает и превращается в желтую, маслянистую жидкость.



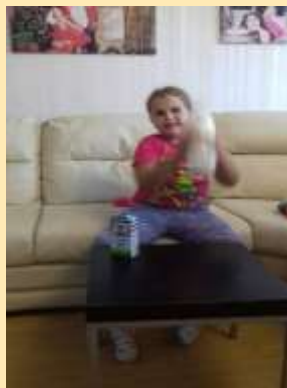


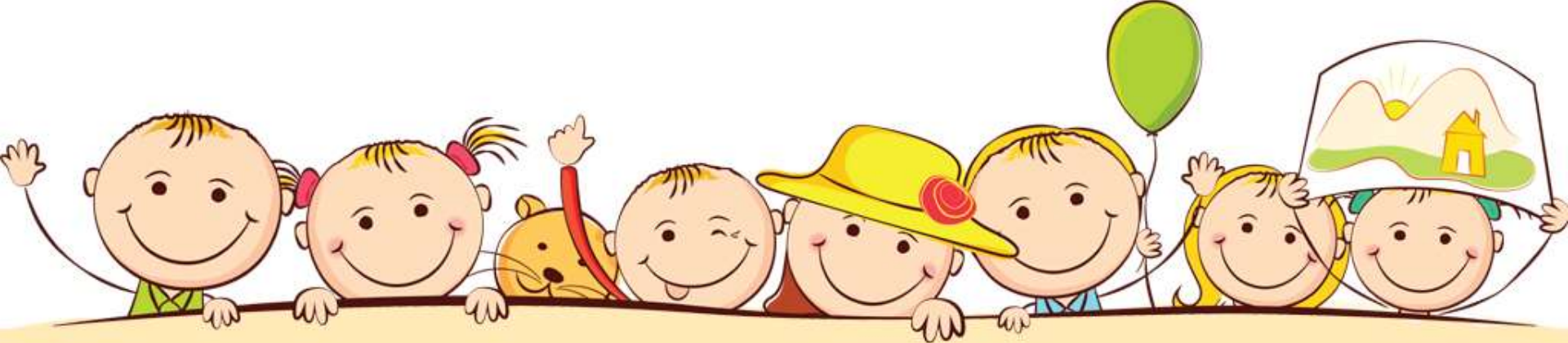
Опыт «Сравнение круп»





Мини проект Крошевой Маргариты «Сливочное масло»





Дидактические игры



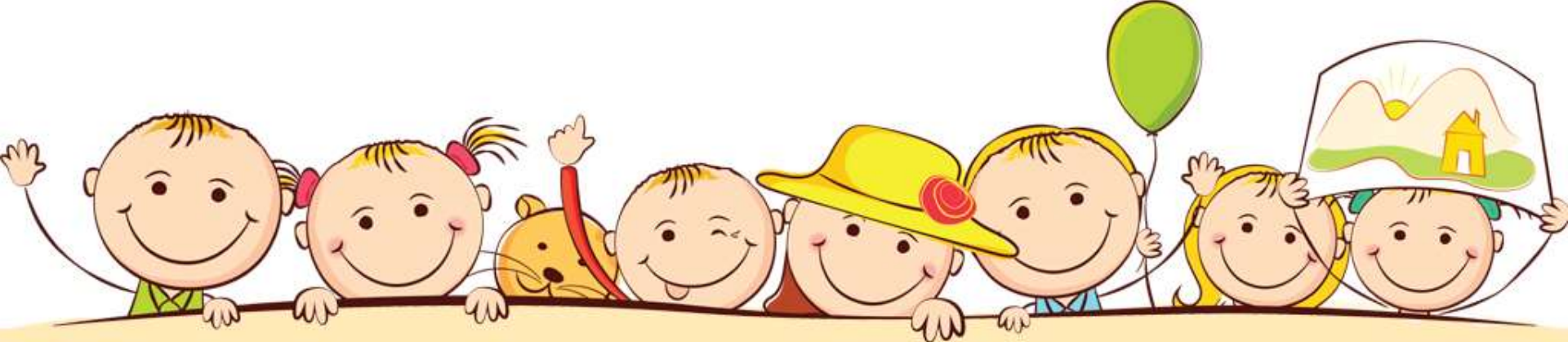
Узнай и назови крупу



Скажи правильно название каши

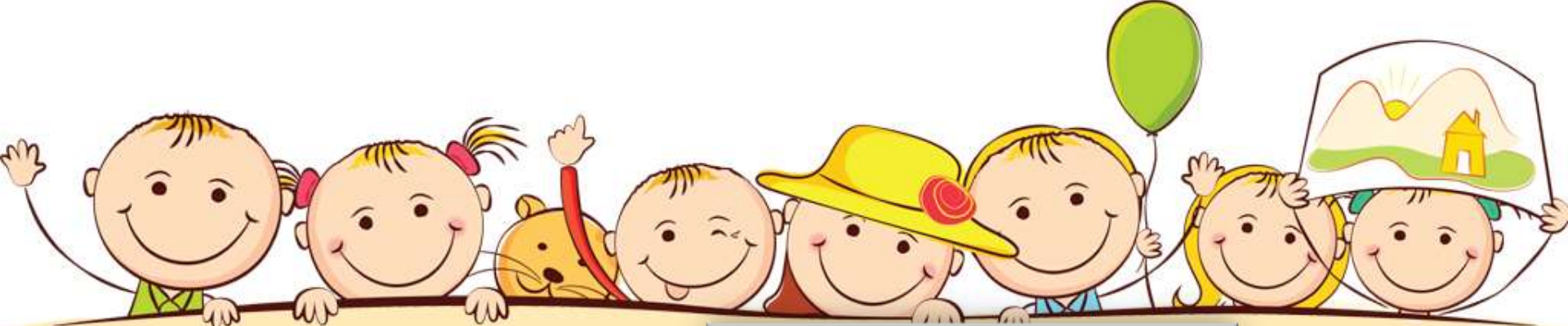


«Узнай на ощупь»



Сюжетная игра «Готовим завтрак»





Хороводная игра «Раз, два, три – горшочек каши вари»

Выбираются дети, которые будут молоком, солью, сахаром, крупой, остальные горшочек. Когда называют ингредиент, необходимый для каши, ребенок выходит в центр круга. А когда выйдут все, они берутся за руки и ведут внутри нашего хоровода свой хоровод.

Раз, два, три - ты горшочек наш вари.

Молоко мы нальем, до кипенья доведем.

Раз, два, три - ты горшочек наш вари.

Кашу нужно посолить, да и сахар положить.

Раз, два, три - ты горшочек наш вари.

Мы крупу насыпаем, дружно все перемешаем.

Раз, два, три - ты горшочек наш вари.

Каша прет «пых - пых - пых»

Для друзей и для родных.

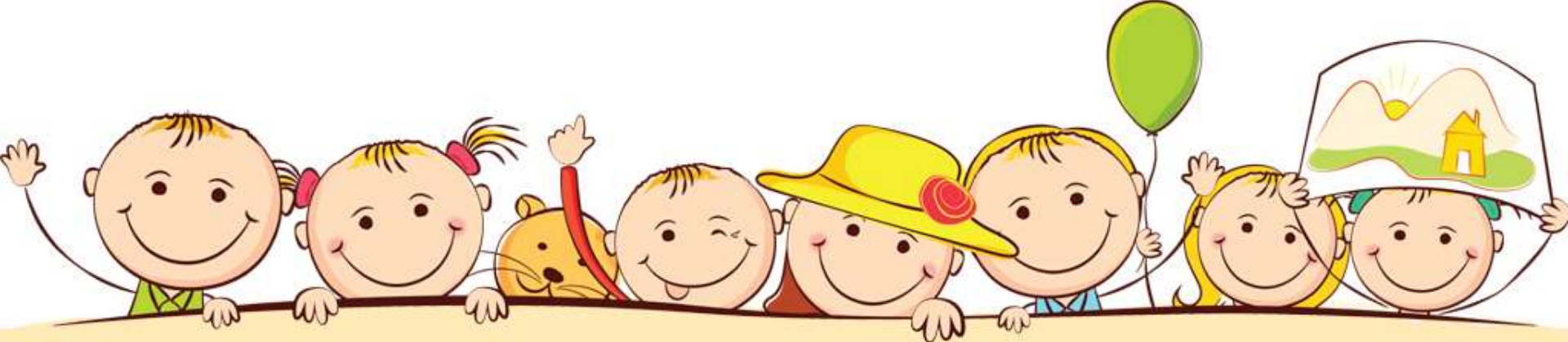
Мы все дружно поедим,

И гостей всех угостим.

Каша вышла-то у нас -

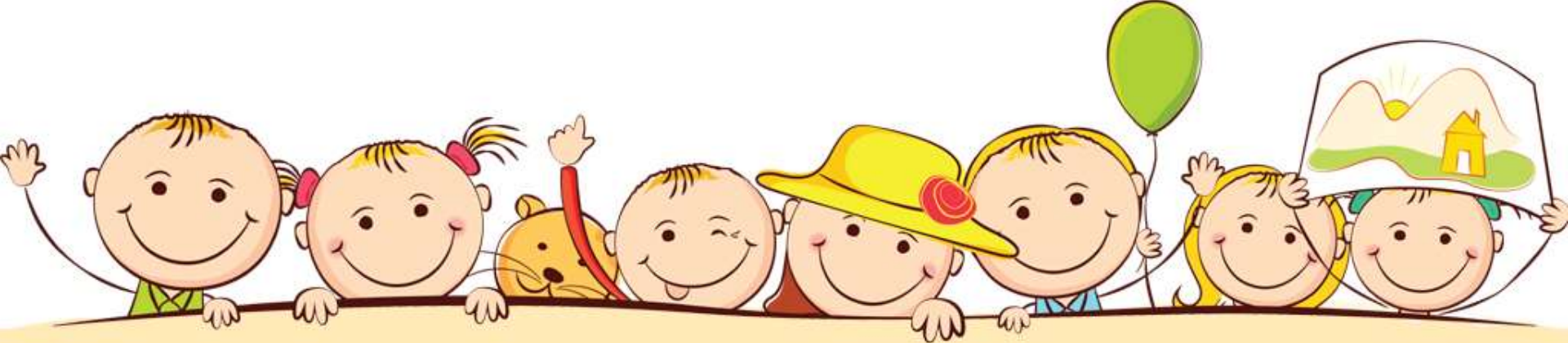
Просто класс!





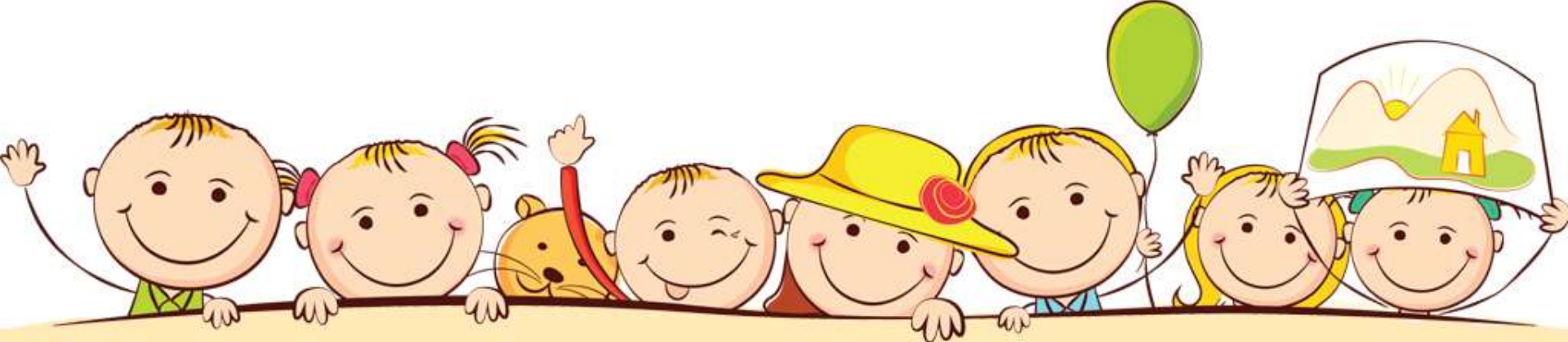
Апликация из круп





Продукты проекта





Продукты проекта





Выводы:

Наша гипотеза подтвердилась, каша полезна для здоровья людей. Дети узнали больше о ценности каши, о крупах и злаках, из которых варят вкусные и полезные каши, которые употребляет в пищу человек, проведя собственную исследовательскую деятельность, дети поняли, что каша – ценный продукт питания для детского организма и у них появилось желание употреблять ее в пищу.

Хороша кашка, да мала чашка!

Спасибо за внимание!

