МАУ ДО «Викуловский детский сад «Колосок»

**Тематический проект в подготовительной группе**

**«Капуста – царица овощей»**

**Воспитатель**: Михайлова Л.М.

**2018 год**

**Паспорт проекта «Капуста – царица овощей»**

**Содержание**

1. Введение

2. Актуальность

3. Проблема

4. Гипотеза

5. Цель проекта

6. Задачи

7. Тип проекта

8. Участники проекта

9. Этапы реализации проекта

10. План реализации проекта

11. Продукт проекта

12. Заключение

13. Литература

**ВВЕДЕНИЕ**

«Уважение к прошлому, - вот черта, отличающая образованность от дикости», говорил А.С.Пушкин.

Через проектную деятельность мы попытались заглянуть в наше прошлое, и эта попытка коснулась земного и насущного – еды, а именно самого употребляемого в России (после картошки) овоща – капусты.

Капуста пользовалась на Руси особым почётом. Её называли «Первой барыней в огороде». Деревенский люд приговаривал: «Хлеб да капуста - лихого не допустят». С капустой связаны многие русские народные обычаи и традиции. Поэтому, мы решили объединить в одном проекте вопросы здорового питания и культуры Русского народа и таким образом возвратиться к своим истокам не только душой, но и телом.

**Актуальность**

На календаре зима. В питании мало зелени, овощей и фруктов, а, следовательно, витаминов, что пагубно сказывается на здоровье. Капуста кладезь не только витаминов, но и других биоактивных веществ, важных как для поддержания здоровья человека, так и служащих профилактикой многих болезней. Капуста незаменимый продукт в детском питании, она не вызывает аллергию и хорошо усваивается. Такими свойствами не обладает ни один другой овощ. Но по результатам анкетирования 44% родителей и 57% детей не знают, какое влияние оказывает капуста на здоровье человека.

В меню детского сада блюда из капусты присутствуют более 3-х раз в неделю: это капустная запеканка, капуста тушёная с мясом, супы. В семейном меню блюда из капусты готовятся несколько раз в неделю у 60% опрошенных. Чаще всего это борщи, салаты, пирожки с капустой, капуста тушеная.

**Проблема**

Но проблема в том, что дошкольники очень разборчивы в еде и блюда из капусты входят в список нелюбимых блюд и в саду и дома. Конкретно в нашей группе блюда из капусты чаще других идут на выброс, а 40% родителей отмечают, что их дети не едят капусту в любом виде, 32% детей из группы заявили, что капусту не любят.

**Гипотеза**

Если родители и дети больше узнают о ценности капусты для своего организма, путём вовлечения в проектную деятельность, то в семейном меню блюда из капусты будут появляться чаще, а дети с большим желанием будут употреблять их в пищу.

**Цель проекта**

Формирование у всех участников проектной деятельности представлений о капусте как о продукте питания, необходимом для здоровья человека.

**Задачи**

1.Познакомиться с историей происхождения капусты, разнообразием её видов, пользой капусты для здоровья человека.

2.Расширить представления о процессе выращивания капусты и профессиях людей, занятых в нём.

3.Познакомиться с историей появления капусты на Руси. Обычаями русского народа, связанными с капустой: праздник капустницы, закваска капусты.

4.Продолжать знакомить с устным народным творчеством: играми, сказками, частушками, загадками, пословицами о капусте.

5.Развивать познавательные способности, коммуникативные умения, творческие способности.

6.Способствовать формированию у всех участников проектной деятельности заинтересованного отношения к здоровому питанию.

**Тип проекта:**

По содержанию - познавательно –творческий;

По количеству участников – групповой;

По продолжительности – краткосрочный.

**Участники проекта:**

- дети подготовительной группы «Солнышко» (6-7 лет),

- воспитатель,

- музыкальный руководитель,

- помощник воспитателя,

- старшая медицинская сестра,

- повара,

- родители.

**Этапы реализации проекта**

**1. Подготовительный**

Цель: Организация деятельности всех участников проекта для определения его содержания.

1.1 Анкетирование родителей (приложение №1)

1.2.Выбор темы проекта на родительском собрании.

1.3. Формулировка целей и задач проекта.

1.4. Погружение детей в проблему.

1.5. Работа с детьми по модели трех вопросов: (приложение №2)

- анализ знаний детей по данной теме,

- совместное планирование содержания проекта,

1.6. Анкетирование детей по данной теме (приложение №3)

**2. Практический**.

Цель: Организация комплексной работы по реализации задач проекта.

Формы работы:

2.1. Групповой сбор

2.2. Беседа.

2.3. Образовательная деятельность: обучение грамоте, формирование элементарных математических представлений, лепка, рисование, музыкальное развитие, физическое развитие, развитие речи, формирование целостной картины мира.

2.4. Сюжетно – ролевая игра.

2.5. Экскурсия.

2.6. Дидактическая игра.

2.7. Рассказ.

**3. Заключительный**

Цель: подведение итогов проекта

Формы работы:

3.1. Групповой сбор.

3.2. Праздник «Капустницы».

3.3. Представление проекта, его защита на уровне ДОУ.

3.4. Публикация проекта на сайте детского сада.

3.5. Презентация проекта на родительском собрании.

3.6. Участие в муниципальном фестивале конкурсе детских тематических проектов.

**План реализации проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| День недели.  Тема дня.  Образовательные области. | Задачи | Формы работы |
| **Понедельник**  (после обеда)  Тема дня «Проблема».  Социально – коммуникативное развитие. | Принять совместное решение об участии в проекте. Замотивировать детей на предстоящую деятельность. | Обсуждение проблемной ситуации «Почему в детском саду кормят капустой?» |
| **Вторник.**  Тема дня «Планирование».  Социально – коммуникативное развитие. | Проанализировать знания детей по теме.  Совместно с детьми спланировать содержание проекта. | Групповой сбор. Беседа по модели трех вопросов:  - что мы знаем?  - что мы хотим узнать?  - что нужно сделать, чтобы узнать?  Планирование предстоящей деятельности «Наши планы». |
| **Среда.**  Тема дня  «Капуста – царица овощей».  Познавательное развитие.  Музыкальное развитие  Речевое развитие | Дать знания о том, где впервые вырастили капусту. Объяснить, что обозначает слово «капуста» в переводе.  Расширить знания детей:  - о разнообразии ее видов,  - о пользе для здоровья человека.  Развивать память, ритмический слух, интонационную выразительность.  Учить описывать предмет или называть по названным признакам | Просмотр презентации «Откуда ты – капуста?».  Рассказ «История происхождения капусты».  Рассматривание демонстрационного материала с разными видами капусты.  Беседа с медсестрой о пользе капусты.  Пальчиковая гимнастика «Капуста».  Дидактическая игра «Узнай вид капусты по описанию» |
| **Четверг**  Тема дня «Родись, капуста, бела и кругла!».  Познавательное развитие.  Речевое развитие  Социально – коммуникативное развитие. | Познакомить с профессиями людей, занятых выращиванием и уборкой овощной культуры.  Исследовать семена капусты: цвет, форму, размер.  Помочь выявить факторы, необходимые для роста растений – свет, вода, тепло.  Изучить строение кочана капусты.  Учить выразительно пересказывать сказку, используя слова и речевые обороты из текста.  Закреплять умение примерять на себя разные роли и действовать в соответствии с ними. Развитие коммуникативных умений. | Презентация «Как вырастить капусту».  Рассматривание семян капусты. Беседа о семени.  Посадка семян.  Исследовательская деятельность «Что внутри капусты?». Почему верхние листья у капусты зеленые, а у кочерыжки белые?».  Чтение русской народной сказки «Капустка»  Сюжетно – ролевая игра «Уборка урожая»  Просмотр мультфильма «Овощная вечеринка» |
| **Пятница**  Тема дня «Сто одежек и все без застежек».  Художественно – эстетическое развитие  Музыкальное развитие  Физическое развитие | Учить передавать в рисунке форму, окраску, особенности строения капусты.  Учить петь эмоционально, менять интонацию в соответствии с текстом.  Развитие физических качеств: скорости, ловкости. | Изобразительная деятельность «Сто одежек и все без застежек».  Капустные частушки  Русская народная игра «Капуста»  Консультация для родителей «Полезные свойства капусты» |
| **Понедельник**.  Тема дня  «Барыня – сударыня  В белых кружевах  Квашена да варена  Скоро будешь в щах».  Познавательное развитие.  Художественно – эстетическое развитие  Речевое развитие | Закреплять знания детей о кухне, о работе повара. Познакомить детей с техникой обработки овощей перед приготовлением их в пищу.  Закрепить с детьми алгоритм приготовления соленого теста.  Закреплять умение работать с соленым тестом, используя различные приемы лепки.  Формировать умение видеть детали в описании предмета и самостоятельно подбирать определения к предмету. Развитие образной речи. | Экскурсия на кухню.  Рассказ повара о процессе приготовления овощного рагу. О капусте как о продукте необходимом для здорового питания детей.  Лепка «Барыня – капуста»  Вечер загадок про капусту  Просмотр мультфильма «Пришелец в капусте» |
| **Вторник**  Тема дня  «Раз капуста, два капуста».  Познавательное развитие.  Музыкальное развитие  Социально – коммуникативное развитие. | Учить на наглядной основе составлять и решать арифметические задачи на сложение и вычитание.  Закреплять прямой и обратный счет в пределах 10. Формировать представление о весе предмета (капусты) и способах его измерения. Сравнивать вес предмета (тяжелее – легче) путем взвешивания на ладонях. Познакомить с весами.  Заучивание считалки «Раз капуста, два капуста»  Закреплять движения хоровода, развивать умение ориентироваться в пространстве.  Закреплять умение примерять на себя разные роли и действовать в соответствии с ними. Развитие коммуникативных умений. | Формирование элементарных математических представлений «Посчитай капусту».  Русский народный хоровод – игра «Вейся капустка».  Сюжетно – ролевая игра «Овощной магазин»  Консультация для родителей «Полезные свойства капусты, применение в народной медицине и косметологии» |
| **Среда**  Тема дня  «Ни один рот без капусты не живет»  Речевое развитие  Физическое развитие  Музыкальное развитие  Речевое развитие | Совершенствовать умения:  - составлять предложения со словом «капуста», делать его графическую запись,  - проводить звуковой анализ слова «капуста»,  - составлять слово «капуста» из букв.  Развитие физических качеств: скорости, координации.  Учить петь эмоционально, менять интонацию в соответствии с текстом. Ритмично играть на русских народных музыкальных инструментах: ложках, трещотках.  Развитие памяти, мелкой моторики. | Обучение грамоте  Спортивные эстафеты:  «1, 2, 3 к капусте беги»,  «сварим борщ»,  «перенеси овощи»  Капустные частушки  Пальчиковая гимнастика «Тук – тук» |
| **Четверг.**  Тема дня  «К нам приехали капустные вечера  На конях, на соболях, на лисицах, на горностаях»  Познавательное развитие. | Познакомить:  - с историей появления капусты на Руси,  - с пословицами о капусте,  - с рецептом квашения капусты,  - обычаями русского народа, связанными с капустой. | Просмотр презентации, беседа.  Совместная деятельность по закваске капусты и изготовление салата для обеда  Праздник «Капустницы»  ( совместно с родителями) |
| **Пятница**  Тема дня «Подведение итогов».  Социально – коммуникативное развитие. | Организовать процесс рефлексии. Предоставить возможность каждому ребенку продемонстрировать свои достижения, успехи, знания по теме проекта. | Групповой сбор «Что мы узнали, или, что у нас получилось?» |

**Продукт проекта**

Праздник «Капустницы»

Выставка детских работ

Книжки – самоделки

Фотоотчёт семьи Сторожук Ариши

Выставка разных сортов капусты

**Заключение**

В процессе работы над данным проектом:

- дети познакомились с историей происхождения капусты, разнообразием её видов, пользой капусты для здоровья человека;

- расширили представления о процессе выращивания капусты и профессиях людей, занятых в нём;

- познакомились с историей появления капусты на Руси, обычаями русского народа: праздником капустницы, с одним из способов закваски капусты;

- познакомились с устным народным творчеством: играми, сказками, частушками, загадками, пословицами о капусте;

- развивали познавательные способности, коммуникативные умения, творческие способности.

- у всех участников проектной деятельности сформировалось заинтересованное отношение к капусте как продукту здорового питания.

Таким образом, наша гипотеза подтвердилась. Родители и дети больше узнали о ценности капусты для своего организма, путём вовлечения в проектную деятельность. По результатам устного опроса в семейном меню блюда из капусты стали появляться чаще, а дети с большим желанием стали употреблять их в пищу. На празднике «Капустницы» только один ребенок из десяти, ранее заявлявших, что капусту не ест в любом виде, отказался от пирогов с капустой. Кроме того, через проектную деятельность мы прикоснулись к русской народной культуре, которая является богатейшим источником познавательного и нравственного развития детей.

**Литература.**

1. Знакомство детей с русским народным творчеством. Л.С. Куприна, Т.А. Бударина, О.А.Маркеева,. – СПб: «Детство – пресс», 2010.

2. Народный календарь. Осень золотая. – М.:Издательский дом «Цветной мир», 2013.

3. Народный календарь – основа планирования работы с дошкольниками по государственному образовательному стандарту: План – программа. С.Р. Николаева, И.Б. Картышева. – СПб.: ««Детство – пресс», 2004.

4. Питание и здоровье: Образовательный проект для дошкольников. К.Е.Герасимов, А.И.Калмыкова, - Новосибирск: ГЦРО; Био – веста, 2017.

5. Утро радостных встреч. Методическое пособие. Л. Свирская. – М.: Издательство «Линка – Пресс», 2010.

**Приложение №1**

**Результаты анализа анкетирования**

**родителей.**

В опросе участвовало 25 человек

**1. Какие виды капусты вы используете для приготовления**

**блюд дома?**

Пекинскую 7

Брокколи 2

Белокочанную 24

Цветную 9

Красную 4

**Вывод:** Большинство родителей готовят дома блюда

из белокочанной капусты.

**2.Как часто в меню присутствуют блюда из капусты?**

Ежедневно 0

Раз в неделю 15

Несколько раз в неделю 7

Раз в месяц 3

Никогда 0

**Вывод:** 60% родителей готовят дома блюда из капусты 1 раз в

неделю.

28% несколько раз в неделю

12% один раз в неделю.

**3. Какие блюда из капусты вы готовите дома?**

Борщ 17

Щи 9

Тушёную капусту 11

Салаты 13

Винегрет 1

Голубцы 6

Пирожки с капустой 11

Маринованную капусту 2

**Вывод:** Чаще всего из капусты дома готовят салаты, борщ, тушёную капусту, пирожки с капустой.

**4. Какое влияние на здоровья оказывает капуста?**

Знаю 14

Не знаю 11

**Вывод:** 56% родители знают о пользе капусты для здоровья

человека.

44% не знают.

**5. Ест ли ваш ребёнок блюда из капусты?**

Да 9

Нет 10

Иногда 6

**Вывод:** у 36% семей дети кушают блюдо из капусты.

у 40% дети не едят блюдо из капусты.

у 24% дети блюдо из капусты едят иногда.

(Работа по модели трех вопросов)

**Приложение №2**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Что мы знаем** | **Что мы хотим узнать** | **Что нужно сделать**  **чтобы узнать** |
| Капуста бывает разной (Вика Ч.) | Какая бывает капуста? | Посмотреть в компьютере. |
| Капуста бывает зелёной, белой  (Лера К.) | Как растёт капуста в огороде?  (София К.) | Почитать энциклопедию. |
| Капуста очень полезная  (Петя Д.) | Сколько времени растёт капуста?  (Кристина З.) | Спросить у родителей. |
| В капусте много витаминов  (Кристина З.) | Сколько на земле сортов капусты?  (Алёна П.) | Почитать книжки. |
| Капусту выращивают в огороде, на земле  (Алёна Г.) | Какого цвета бывает капуста?  (Костя С.) | Спросить у медицинской сестры про витамины. |
| Капуста бывает морской  (Лера К.) | Сколько в капусте витаминов и как они называются?  (Артём Б.) |  |
| Капусту можно варить, жарить, можно заготавливать в банки на зиму  (Арина П.) | Какая капуста самая полезная?  (Петя Д.) |  |
| Капусту выращивают из семени  (София К.) | Каких размеров бывает капуста, и какой формы?  (Диана) |  |
| В капусте бывают дети  (Артем Р) | Как по капусте узнать кто там мальчик или девочка?  (Алена) |  |

**Приложение №3**

**Результаты анализа анкетирования**

**детей.**

В устном опросе участвовало 28 детей

**1. Какую капусту мама использует для приготовления блюд дома?**

Белокочанную 22

Пекинскую 1

Красную 2

Никакую 3

**Вывод:** 80% в семье используют белокочанную капусту.

3% пекинскую.

7% красную.

10% вообще ни какую капусту не используют.

**2. Как часто готовит мама дома капусту?**

Никогда 8

Иногда 15

Часто 5

**Вывод:** 28% никогда не готовят блюдо из капусты

53% иногда готовят блюдо из капусты.

18% блюдо из капусты готовят часто.

**3. Какие блюда готовит мама дома часто?**

Салаты 10

Супы 14.

Тушат капусту с мясом 3

Пирожки 1.

**Вывод:** 52% семей чаще всего варят супы из капусты.

35% семей делают салаты из капусты.

10% семей едят капусту в тушёном виде.

3% кушают пирожки с капустой.

**4. Полезна ли капуста для человека?**

Знаю 12

Не знаю 16

**Вывод:** 43% детей знают о пользе капусты для человека.

57% детей не знает о пользе капусты.

**5. Какие блюда любите кушать из капусты?**

Супы 7

Салаты 10

Тушёную 2

Никакую 9

**Вывод:** 25% детей предпочитают кушать только супы с

капустой.

35% любят кушать салаты.

8% кушают капусту в тушёном виде.

32% детей вообще не любят никакие блюда из

капусты.