**Социально – познавательный проект «Зачем человеку каша?»**

**Идея проекта:** через серию тематических мероприятий в процессе игровой деятельности сформировать у детей понимание о пользе каши для здоровья человека.

**Задачи проекта:** закреплять знания детей о злаках, крупах и различных видах каш, их полезных свойствах; активизировать словарный запас детей; развивать познавательный интерес, внимание.

**Проблемная ситуация:** однажды за завтраком Вика отказалась есть кашу, сказав, что она не вкусная. Некоторые дети последовали его примеру. Важно было направить ситуацию в правильное русло. Так зародилась идея проекта о каше.

**Актуальность проекта:** необходимость формирования ценностей здорового образа жизни продиктовано экологической и социальной ситуацией, ухудшением состояния здоровья детей. Исследования показали, что неправильное питание /употребление пищи с большим содержанием жира, рафинированного сахара, высококалорийной/ может увеличить вероятность развития у детей таких болезней как рак и сердечно-сосудистые заболевания, высокое кровяное давление и избыточный вес. Важно побудить ребенка задуматься о работе своего организма, выработать определенные навыки правильного потребления пищи с раннего возраста и сформировать предпосылки оптимального здорового питания в течение всей жизни.

**Алгоритм разработки проекта**

Подготовительный этап

1. Выбор темы проекта

2. Определение целей и задач, составление плана работы.

3. Подбор материала, уточнение имеющейся информации.

Практический этап /формирование специфических знаний, умений, навыков/.

1. Образовательная область «Познание»:

- беседы; решение проблемных ситуаций; дидактические игры и упражнения

2. Образовательная область «Коммуникация»

- составление рассказов

- дидактические игры

- драматизация сказок

3. Чтение художественной литературы

- загадки, пословицы, поговорки

- стихи, рассказы, сказки.

4. Образовательная область «Социализация»

- дидактические и сюжетно-ролевые игры

- правила этикета

5. Образовательная область «Физическая культура»

- пальчиковая гимнастика

- общеразвивающие упражнения

6. Образовательная область «Здоровье»

- беседы

- воспитание культуры еды

7. Образовательная область «Безопасность»

- беседы

- дидактические игры

8. Образовательная область «Художественное творчество»

- рисование, лепка, аппликация «Поделки из круп», «Полезные и вредные продукты», «Каша на столе», панно «Каша на столе – друзья в доме»

I. Здоровье

Формировать представления о необходимости употребления в пищу каши.

Закреплять культурно-гигиенические навыки во время приема пищи.

Приобщать детей к здоровому образу жизни.

II. Безопасность

Совершенствовать приобретенные умения (есть не торопясь, маленькими порциями, хорошо пережевывая пищу, правильно пользоваться столовыми приборами и т.д.).

III. Социализация

Обогащать представление детей о чистоте, аккуратности и красоте; вызвать положительный настрой к еде. Приучать детей к приему пищи.

Формировать первичные художественно – эстетические представления о культуре питания.

IV. Труд

Прививать навыки дежурства по столовой.

Продолжать обучать детей сервировке стола.

Воспитывать трудолюбие желание помочь взрослым

V. Познание

Формировать у детей знание о полезном злаке – пшенице, из которой делают и варят каши (например, манную, пшеничную).

Расширить представления детей о пользе каши, молока, хлеба.

VI. Коммуникации

Формировать правила взаимоотношения детей, детей со взрослыми, вступать в беседу, поддерживать разговор.

VII. Художественная литература.

Использовать в воспитании и соблюдении основных правил культуры поведения за столом стихи, загадки. (Елена Николаева «Про кашу»)

Заключительный этап

Дидактическая игра: «Логическая цепочка» (воспитатель показывает крупу, а детям предлагает назвать, как называется крупа и каша из этой крупы).

Ещё один вариант данной игры – найти соответствующую карточку.

Игра «Угадай кашу на вкус» (данную игру можно проводить каждый день за завтраком. Детям предлагается съесть кашу и угадать её название. Затем найти и показать картинку с соответствующей крупой.

Игра «Из какой сказки строчка?» (воспитатель предлагает детям угадать, из какой сказки строки: «Раз, два, три, горшочек вари!», «Идёт журавль на званый пир, а лиса наварила манной каши и размазала по тарелке».

Беседы: «Почему о некоторых людях говорят: «Он мало каши ел?», «Из каких круп готовят каши», «Как каша попадает к нам на стол?», «Как готовят кашу?»

Игра для развития мелкой моторики «Разберём крупу».

Словесная игра «Из какой крупы какая каша?»

Конструирование «Построим столовую»

Мини-эссе «Почему я люблю кашу?» (детям предлагается ответить на вопрос «Почему я люблю кашу?». Воспитатель записывает высказывание детей на маленьких листочках, оформленных в форме тарелочки, зёрнышка.)

Домашние задание «Придумай сказку про кашку» (воспитатель предлагает родителям совместно с детьми составить мини – рассказ и зарисовать опорную схему для самостоятельного рассказа ребёнка своей истории в группе).

Примерные темы для мини-рассказов:

«От зёрнышка до каши»

«Приключения пшеничного зёрнышка»

«Рецепт любимой каши»

Загадки:

Мама из крупы сварила,

Посолила, подсластила.

Эй, ну где же ложка наша?!

Так нужна на завтрак...(каша)

Мы на хлеб его намажем

И добавим к разным кашам.

Кашу не испортят точно

Бело-желтые кусочки.(масло)

Жидкое, а не вода,

Белое, а не снег. (молоко)

Стихи и потешки о каше:

Каша из гречки,

Где варилась? - В печке.

Сварилась, упрела,

Чтоб Оленька ела,

Кашу хвалила,

На всех разделила...

Досталось по ложке

Гусям на дорожке,

Цыплятам в лукошке,

Синицами в окошке.

Хватило по ложке

Собаке и кошке,

И Оле доела

Последние крошки!

\*\*\*

Это – ложка,

Это – чашка.

В чашке – гречневая кашка.

Ложка в чашке побывала –

Кашки гречневой не стало!

\*\*\*

Сорока – белобока,

Кашку варила,

Деток кормила,

(Загибают пальчики, начиная с мизинца):

Этому дала,

Этому дала,

Этому дала,

Этому дала,

(Показывая на большой палец):

А этому не дала:

(Поглаживая его, говорят):

Он дров не рубил,

Воду не носил,

Печку не топил,

Кашку не варил.

Ничего не получил!

\*\*\*

Вот это -

Хорошая девочка.

Зовут её Маша!

А это -

её тарелочка.

А в этой тарелочке...

Нет, не каша,

Нет, не каша,

И не угадали!

Села Маша,

Съела кашу -

Всю,

Сколько дали!

Э. Мошковская «Маша и каша»

Продуктивная деятельность: «Сварим кашу» (наклеивание крупы на бумажный тарелки), рисование «Украсим тарелки», лепка «Слепим тарелочки», «Поделки из круп»

Сюжетно-ролевые игры: «В столовой», «Магазин продуктов», «Идём в гости»