

Мероприятия в рамках реализации проект «Зеленый лук от всех недугов»

1. Беседы: «Овощи это витамины»; « Лук от семи недугов»; «Лук, в твоих объятьях, проходит всякая болезнь»; «Будем, есть овощи в любом виде»; «Послушаем доктора» (март – апрель)

2. НОД «Посев семян лука » ; «Посадка лука для зелени»;

- познание: Изо «Луковки на тарелочке» — лепка; «Друзья для Чипполино»-рисование; «Сколько луковок на грядке» — аппликация.

Дневник наблюдений «Огород на окне»

Посадка лука

Мы ребята, малыши
Любим мы трудиться.
Вот посадим лук,
Будем им гордиться.

Всходы

Стану я тебя лелеять,
Наш кормилец – огород,
Чтобы всходы зеленели,
Чтобы лук шикарный рос.

За окном зима вьюжит,
И метель кружиться.
А у нас на окне,
Лук колосится.

3. Работа с родителями: Круглый стол «Воспитание любви к овощам» «Витамины круглый год». (Март - апрель). Анкетирование родителей до и после проекта / - социализация..

4. Консультация для родителей «Совместная деятельность родителей и детей по выращиванию лука на подоконнике», «Приготовление блюд из лука, составление своего рецепта».

6. Наблюдение: за прорастанием лука, что необходимо для роста и развития растений? (тепло свет, вода). (Март-апрель)

7. Уход за огородом на окне: полив, рыхление, прополка сорняков - труд (в течение всего вегетационного периода)



8. Разучивание стихотворений, песен по теме проекта, музыкально – двигательных игр – музыка.

9. Изготовление листовок «Огород круглый год» - ИЗО



Зелень на столе — Здоровье на сто лет!

Какова еда и питьё — Таково и житьё!

10. Фотоконкурс: «Зеленые перышки»

11. Выставка: рисунков и поделок.

12. Экологические игры

«Исправь ошибку художника»

Цель: учить различать корешки и верхки овощей.

Материал: карты с изображением корешков и карты с изображением верхков.

Ход: дети должны найти ошибку и исправить её.

«Помоги растениям»

Цель: Способствовать появлению у детей стремление пожалеть растение, действительно помочь.

Материал: карточки с изображением растений с листьями, которые повяли и растений со здоровыми, красивыми листьями.

Ход: ведущий спрашивает «как помочь растению», ответы детей (подрыхлить землю, полить, протереть пыль с листы, пожалеть).

«КОМУ НУЖНА ВОДА»

Цель: Закрепить знания детей о том, что вода нужна всему живому

Материал: большие карты с изображением (в центре) воды. Маленькие карты с изображением животных, человека, растений.

Ход: дети должны выложить по кругу маленькие карточки и назвать, кому нужна вода.

«Советы Айболита»

Цель: Воспитывать у детей потребность бережно относиться к своему здоровью.

Материал: Карточки с изображением солнца, воздуха, овощей, зелени, фруктов.

Ход: Ведущий поднимает карточку с картинкой и спрашивает: «Чем полезен этот овощ?» Дети отвечают. Побеждает тот, кто дал больше всего правильных ответов.

«Опиши, мы угадаем»

Цель: Учить описывать предметы и находить их по описанию.

Материал: овощи корзина.

Ход: Ребёнок выходит за дверь, а остальные составляют описание одного из овощей. Когда водящий возвращается, один из детей рассказывает о характерных признаках предмета, который надо узнать и назвать.

Для формирования представлений дошкольников о жизни растений я предлагаю им ответить на следующие вопросы: Зачем растения поливают?

Почему комнатные растения стоят в хорошо освещенных местах? Почему зимой растения не растут на улице?

Чтобы дети смогли правильно ответить на все заданные вопросы, были проведены следующие опыты

Опыт 1. Опыт по выявлению потребности растений во влаге.

Цель: подвести детей к выводу о необходимости влаги для роста растений.

В два одинаковых контейнера посадили луковицы и поставили их на подоконник.

В одном контейнере лук поливали, в другом нет. Результаты опыта дети фиксировали на специальных бланках и убедились, что для роста растений необходима влага.

Опыт 2. Опыт по выявлению потребности растений в свете.

Цель: подвести детей к выводу о необходимости света для роста растений.

Один контейнер с луком помещается в темное место, а другой – в светлое. В

обоих случаях лук поливают. В результате дети наглядно убеждаются в потребности растений в свете.

Опыт 3. Опыт по выявлению потребности растений в тепле.

Цель: подвести детей к выводу о необходимости тепла для роста растений.

В этом опыте один контейнер ставим на подоконник, а другой выносим на улицу.

Дети фиксируют результат опыта и делают вывод, что в зимнее время растения не

растут на улице, для их роста необходимо тепло.

Таким образом, дети убедились, что для роста растений необходимы влага, свет и тепло. В процессе работы, используя проведение опытов, убедились в том, что в младшем возрасте у детей можно сформировать дифференцированное представление о живой природе, об их взаимосвязи. В ходе опыта дети высказывают свои предположения о причинах наблюдаемого явления, выбирают способ решения познавательной задачи. Благодаря опытам дети сравнивают, сопоставляют, делают выводы, высказывают свои суждения и умозаключения. Большую радость, удивление и даже восторг они испытывают от своих маленьких и больших открытий, которые вызывают у детей чувство удовлетворения от проделанной работы. Таким образом, детское экспериментирование таит в себе огромный потенциал для развития творческой исследовательской активности малышей.

13. Подвижные игры: «Найди свою пару»: «Найди свой цветок здоровья по запаху»; «дождик в огороде».

14. Чтение художественной литературы: по теме проекта

15. Пословицы, поговорки, загадки фольклор считалки: «Лук от семи недуг»; «Лук в твоих объятиях проходит всякая болезнь», « Помидор – взрослым и детям, больным и здоровым»;

Сидит баба на грядках, вся в заплатках,

Кто заплатку оторвёт, всяк заплачет и уйдёт. (Лук)

Носил мальчик зелёный кафтанчик, стал паном —

Обзавёлся красным кафтаном. (Помидор)

Раз Лучок, два лучок, три, четыре, пять.

Шесть лучок, семь лучок, посчитай ещё дружок.

Раз, два — помидоры

Три, четыре лук крошили

Пять, шесть картошка есть

Семь, восемь суп мы просим

Девять, десять – съели вместе.

16. Исследовательская деятельность: Наблюдение процесса закладки земли, посев лука, появление всходов, полив, уход за растением, получение результата.

17. Экологический праздник: «Огородные приключения Чипполино»;

Я - приправа в каждом блюде

и всегда полезен людям.

Угадали? Я - ваш друг.

Я - простой зелёный лук!

Консультация:

«Совместная деятельность родителей и детей по выращиванию лука.

1. Викторина: /вопросы к детям и родителям /.

— Отгадайте по загадке растение и найдите его ;

— Назовите растение и расскажите, какой уход оно требует?

— Знаете ли, о его пользе? Есть ли в нём витамины?

-Любите ли вы их употреблять в пищу в варёном, сыром виде?

— Если нет, то почему?

-Придумайте нежные слова своему растению;

— Расскажите стихотворение, поговорку, пословицу, потешку, считалку. /Дети уходят /.

2. Работа с родителями

— Поговорить с родителями о том, что многие дети не любят варёные и пареные лук и помидоры и выкладывают во время еды их на край тарелки. А это не эстетично и неправильно;

— Выработать совместный план по привитию любви к овощам;

— Начать работу с создания огорода на окне, привлечь детей к его созданию;

— Посоветовать родителям ненавязчиво поговорить с детьми о пользе овощей собрать как можно больше информации о них;

— Не заставлять детей кушать против их желания, это вызывает негатив;

Поблагодарить родителей за активное участие

Памятка для родителей

А вы знаете?

ЛУК – оценили по достоинству ещё задолго до нашей эры. Древние египтяне так высоко ценили его, что изображали на своих памятниках. С давних пор лук славится своими лечебными свойствами. «Лук от семи недугов». И это совсем не мистика. Подмечено, что даже один запах лука отгоняет от человека болезни. В наше время это мнение подтвердилось замечательными открытиями отечественных учёных – биологов. Если вам неприятен запах лука, старайтесь использовать его в мелко нарезанном виде, посыпайте им первые и вторые блюда. Съев лук, прополощите рот тёплой водой или добавьте в воду немного зубного эликсира. Чтобы избежать неприятного запаха лука, можно заедать его листьями петрушки и грецкими орехами. Так, во всяком случае, поступали многие древние римляне, съедая свою ежедневную порцию лука. В том, что лук необходим взрослым и детям, нет никакого сомнения. И в первую очередь потому, что он богат фитонцидами. Фитонциды угнетают развитие всех известных болезнетворных для человека бактерий и грибов. Лук первое домашнее лекарство при заболевании простудой, гриппом. Вдыхание паров лука хорошо помогает при кашле, ангине, кашица лука быстро излечивает насморк. Лук используется и в качестве противоглистных домашних средств. А так же при нарывах и фурункулах.

Пользуются луком и для укрепления волос. Сок лука втирают в корни волос, рекомендуется завязать голову на 2-3ч, затем промыть голову шампунем. Волосы приобретают красивый блеск, становятся мягкими шелковистыми.

Применяют лук и для предупреждения появления морщин на лице, и для удаления уже появившихся. Лук помогает избавиться от головной боли.

Словом, лук — это растение, которое служит нам и пищей и лекарством.

Лук репчатый (*Allium cepa* L.)

Лук репчатый — пряное культурное растение, относящееся к семейству лилейных. Самая распространенная пряность, употребляемая многими народами ежедневно. Родиной репчатого лука считают Юго-Западную Азию. Во многих странах возделывается как культурное растение, диком виде встречается в Иране, Туркмении, Афганистане. В России культивируются все сорта лука репчатого: полуострые, острые, сладкие. Имеет другие названия: арбажейка, бульбянка, цыбуля, сибуля.

Лук. Химический состав. Лечебные свойства.

Репчатый лук издаст характерный запах, обусловленный присутствием в нем эфирных масел, включающих серу. Фитонциды лука убивают микробов, стрептококки, дизентерийную, дифтерийную, туберкулезную палочки.

Кроме того, в луке имеются протеин, сахароза, мальтоза, фруктоза, полисахарид, белки, зола, жиры. Он богат витаминами С, А, D, В1, В2, В6, Е, РР; содержит кальций, калий, натрий, магний, фосфор, железо.

Из репчатого лука готовят спиртовую вытяжку для стимуляции сердечной деятельности, улучшения секреторной деятельности желез пищеварительного тракта. Лук успокаивающе действует на нервную систему. При весеннем авитаминозе очень полезен зеленый лук, способный удовлетворить потребность человеческого организма в витамине С.

Луковицы содержат йод, органические (лимонную, яблочную) кислоты. Фитонциды, содержащиеся в них, убивают микрофлору полости рта, благоприятно влияют на работу почек. Лук приносит пользу здоровью. При серьезных заболеваниях печени, почек, желудка, сердца, лук не употребляют, особенно острые сорта его.

Лук. Вкусовые качества. Применение лука.

Репчатый лук широко используется в кулинарии, консервной промышленности. В одни блюда, изделия кладут листья (салаты, гарниры, пряные смеси), луковицы добавляют практически в любые блюда, исключая напитки и сладкие десерты. Лук используют в сыром, жареном, пассированном, отварном, соленном и маринованном виде.

Сырым его добавляют в салаты из квашеной капусты, винегреты, салаты из свежих овощей, которым лук придает хороший вкус. Жаренный до золотистого цвета, он используется в качестве вкусовой добавки в различные супы, соусы, подливки, фарши, начинки для пирогов. Его добавляют к жареному мясу, рыбе, овощному рагу и т. д. Чаще всего лук жарят на растительном масле, на сале. Он является одним из компонентов при изготовлении горячих бутербродов. Сырой лук дополнит колбасу, сыр, хлеб с салом. Острые сорта лука в основном отваривают, сладкие используют в свежем или маринованном виде.

Итоги проекта:

В ходе проекта у детей возник интерес к жизни и росту растений. Дети узнали, как выращивают лук, осуществляют уход за растениями, каков лук на вкус, какие витамины содержатся в луке, как он влияет на здоровье людей и как здоровое питание влияет на человека.

С помощью различных занятий и игр дети последовательно достигали цели, проявляя внимание и настойчивость.

Совместная работа с родителями показала результат — активное участие в создании огорода, в проведении выставок, в создании фото альбома в празднике «Огородные приключения Чипполино», Активное изучение художественной литературы позволило детям узнать много загадок, стихотворений, поговорок, пословиц об овощах.

Какой восторг и гордость были у детей, когда они, собирая урожай, понимали, что это они сами вырастили лук, отличный на вкус и необходимый для здоровья.

А главное дети поняли что всё, что приготовлено из лука нужно кушать потому, что это полезно и необходимо.

Работа над проектом показала, что дети с желанием и интересом принимали участие в работе длительного проекта.