

# Проект во второй младшей группе 7

## «Вкусная и полезная МОРКОВЬ»

Л.С. Крылаткова; О.В. Ялунина



**Цель:**расширить знания детей о моркови.

### **Задачи**

- 1.Знакомить детей с историей распространения моркови по странам и континентам;
- 2.Значением моркови для жизнедеятельности человека;
- 3.Прививать любовь и желание вырастить морковь в огороде детского сада;
- 4.Развивать вокальные данные детей; способствовать развитию навыков выразительной и эмоциональной передачи игровых и сказочных образов;
- 5.Воспитывать у детей желание правильно питаться, вести здоровый образ жизни;
- 6.Учить детей экспериментировать, доводить начатое дело до конца.

### **Ход проекта**

#### **1 этап – Беседа о моркови**

Загадка: Из норы за холку пышную я тяну *лисицу рыжую*.

Но не хитрую плутовку, а хрустящую ... (морковку)

Вопросы к детям:

- Скажите, ребята, морковка фрукт или овощ? Где она растёт? Кто из вас знает, почему плод моркови ярко-красного, оранжевого цвета?

Давным-давно, так много лет назад, что и не сосчитать, люди жили в пещерах, одевались в звериные шкуры. Пробуя на вкус разные дикие растения, люди узнали, что у одних съедобны верхки – плоды, стебли, листья, а у других, как у морковки – корешки. Тогда дикая морковь была белого цвета, не толще крысиного хвоста. Человек догадался, что корешок – это морковкина копилка, куда растение откладывает питание про запас, чтобы на другое лето зацвести, оставить после себя семена. Но только много не накопишь, когда тебя теснят другие корешки, когда под землей идет молчаливый спор за место, за каждую каплю воды. И человек вскопал первый на свете огород, переселив туда дикие съедобные корешки. Человек как бы договорился с ними: “Я не дам вас в обиду, я о вас позабочусь, а вы только копите, копите!”

Долгие годы человек сеял, сажал, поливал, рыхлил землю, отбирал лучшие растения на семена. И морковь краснела и толстела. Так дикие растения превратились в овощи, вкусные и полезные. Мелкие семена не посеешь ровно: где густо, где пусто. Если не проредить там, где густо, вырастет морковка с мышиный хвост. Вот и получается, прополочила – и опять поли, проредила – и опять прореживай. Не давала морковь деревенской женщине спину разогнуть! Морковь потому покраснела, что в ней прибавился каротин.

В Древнем Риме говорили на латинском языке. По латыни морковь – “карота”, вещество, которое окрашивает ее в оранжевый цвет. В организме человека каротин превращается в витамин А. Это витамин роста. Каротин есть и в других овощах и фруктах желтого, оранжевого и красного цвета: в репе, красном перце, помидорах, апельсинах, мандаринах, хурме. Раньше всего каротин нашли в моркови, поэтому его и назвали по имени морковки.

*Чтение стихотворения:*

Никогда не унываю  
И улыбка на лице,  
Потому что принимаю  
Витамины А, Б, С.  
Помни истину простую  
Лучше видит только тот,  
Кто жуёт морковь сырую,  
Или сок морковный пьёт.

- Ребята, а вы любите морковку? А вы знаете, что она очень полезная?

Морковь - одно из самых ценных овощных растений. Морковь – это древний секрет молодости, красоты и долголетия. Греки знали о полезных свойствах моркови. Гиппократ считал ее очень ценной для организма. В моркови в большом количестве содержится каротин, который при попадании в организм преобразуется в витамин А. Морковь также является источником витаминов С, В, D, Е. Морковь содержит минералы и микроэлементы – калий, кальций, железо, фосфор, йод, магний, марганец. Морковь оказывает общеукрепляющее действие на весь организм человека. Она помогает очистить кровь, вывести из организма вредные вещества, нормализует обмен веществ, повышает активность всех внутренних органов. Медики всегда славят морковь.

Морковь в любом виде – свежем, пареном, вареном – полезна для всех! Она поддерживает организм в здоровом состоянии.

*Игра “Морковки с грядки”*- ребята собирают с площадки корнеплоды или муляжи моркови с закрытыми глазами. Чья команда больше соберет, та и победит.

*Игра “Назови морковные блюда”*– тертая морковь, шаньги с морковью, морковные котлеты, пудинг с морковью, пирожки с морковью, морковный сок и т.д.

В стихах и загадках часто говорится о красоте морковной косы – ботве. Например:

- За кудрявый хохолок лису из норки поволок,  
На ощупь очень гладкая, на вкус, как сахар, сладкая!
- Я росла много дней, становилась все красней и слаще,  
Стала я хрустящей. А зеленый хохолок у меня, ребятки,  
Чтобы каждый дернуть мог и вытянуть из грядки.
- За ботву, как за веревку, можно вытащить .....
- Красная девица росла в темнице, люди в руки брали, косы рвали.
- В темном тереме девица, наверху ее косица.  
Дернешь за косу плутовку и увидишь что? ...
- Красная девица родилась в темнице.  
Выкинула косу за окошко ловко.  
Наступает осень.... Выдернут ...

Ребята, а как можно вырастить морковь? Правильно, морковь выращивают с помощью семян. Давайте мы с вами попробуем вырастить

морковь. Хотите? Для этого нам взять семена и посадить их в землю. Каждый день будем их поливать и наблюдать.

## **2 этап – Наблюдение за морковью**

- 1.Посадка моркови 11 мая
- 2.Первые росточки ботвы появились на 40-ой день
- 3.Дети ежедневно поливали морковные верхушки, эксперимент длится
- 4.Ботва растет.

## **3 этап –Заключительный**

-Сбор урожая.

### **По реализации проекта планируемые результаты:**

- У детей формируется интерес к исследовательской деятельности по выращиванию культурных растений в комнатных условиях.
- Дети увидели многообразие посевного материала.
- Дети стали бережнее относиться к растительному миру.
- Дети стали более уважительно относиться к труду.

## **Приложение**

Беседа на тему: «Полезный овощ – морковь»;

Морковь – огородное растение, корнеплод с оранжевым, сладковатым утолщенным корнем. Морковь – полезный овощ, имеет высокие вкусовые качества. В ней содержится аскорбиновая кислота, витамин А, но есть и другие полезные вещества, в том числе и такие, которые используются для приготовления лекарств. Морковь защищает в период эпидемии: морковный сок укрепляет иммунитет; морковные капли используют против насморка; морковным соком полощут горло при ангине.

Морковный сок – экологически чистая краска для рисования и окрашивания ткани.

Морковный сок является пищевым красителем. Им можно подкрасить крем для торта, йогурт или коктейль. Чем мельче натереть морковь, тем ярче сок. Из моркови можно приготовить много разных и вкусных блюд : салаты, оладушки, запеканки, торт морковный, сок, желе, суфле, икру, суп – пюре и пр.

**Морковь является полезным кормом для животных.**

3. Чтение стихов о моркови:

У морковки красный носик,

Сочный, вкусный, сладкий плод. А зеленый нежный хвостик

Украшает огород. Я морковка, иль морковь.

Из меня салат готовь. Положи и в борщ, и в суп

Из гороха и из круп. Куда хочешь, добавляй

И сырой употребляй. Сладкая и сочная,

Любима всеми очень я. Хороший лекарь из меня,

Скажу вам без утайки я. Лечу я нос, ангину, глазки

И делаю на кожу маски.

Я повышаю аппетит. Морковный сок всех победит.

Морковь – естественный краситель, Закрасит йогурт без труда,  
Коктейли. Кремы для торта. А если мельче измельчать,  
То больше сока получать.

**Эксперименты показали:**

Морковью можно рисовать.

Окрашивать ей можно ткани

Рассказала много я

Про морковь и сок, друзья.

Если хочешь быть здоровым,

Ешь всегда, дружок, морковь.

4. Рассмотреть плоды моркови разной формы.

5. Провести эксперимент: натереть на терке и выдавит сок (определить цвет и попробовать на вкус).

6. Художественное творчество: лепка морковки.

7. Домашнее задание: вместе с родителями приготовить блюда из моркови.

8. Аппликация: «Морковки для зайчат».

9. Слушание аудиозаписи С. Маршака «Хозяйка однажды с базара пришла».

10. Дидактическая игра «Угостим зайчика морковкой».

11. Подвижная игра «Соберем морковки» (кто больше).

12. загадки:

-За зеленый хвостик вытянул я носик

И обтер ботвою ловко! До чего ж вкусна(*морковка*).

-Любопытный красный нос по макушку в землю врос.

Лишь торчат на грядке зеленые пятки.

-За кудрявый хохолок лису из норки поволол.

На ощупь - очень гладкая, на вкус, как сахар - сладкая.

13. Игра «Попробуй на вкус». На тарелке лежат кусочки сырой и вареной моркови детям дают попробовать на вкус тот или иной кусочек. Вводим в словарь детей слова «сырой», «вареный».

14. Игра «Сколько морковок?» Закрепление понятий «один», «много», «ни одного».

3. Заключительный этап:

1. Проводится викторина «*Морковь!*».

1. Что такое морковь?

Ответы: морковь – это овощ, огородное растение с оранжевым, сладковатым корнем.

2. Какие вы запомнили загадки про морковь?

3. Что служит носом снеговика?

4. Какие полезные вещества находятся в моркови?

(*каротин, витамины, аскорбиновая кислота*).

5. Какие блюда можно приготовить из моркови?
6. Какие стихи про морковь вам понравились и запомнились?
2. Дополнительная информация:
  - Морковь относится к семейству зонтичных;
  - В некоторых городах России проходят Фестивали моркови, на которых организуются конкурсы на самое оригинальное блюдо из моркови;
  - начинали возделывать морковь очень давно древние греки и римляне.
3. Организация выставки работ на Осеннем утреннике.

Работа с родителями:

1. Консультация: *«Овощи и фрукты – полезные продукты!»*
2. Изготовление поделок из моркови.