**Проект «Каша - сила наша»**

*Паспорт проекта.*

Название проекта: «Каша - сила наша!»

Руководители: Трифонова Е.А.

Тип проекта: исследовательский.

Вид проекта: групповой.

Продолжительность: краткосрочный.

Участники проекта: дети 5-6лет, родители, педагоги.

*Цель:* развитие познавательной активности и пропаганда здорового питания в процессе поисково-познавательной деятельности о свойствах каши для организма человека.

*Задачи:*

- Расширить представления воспитанников о пользе круп и каш, их влияние на организм человека.

- Развивать познавательный интерес к исследовательской деятельности, желание познать новое.

- Установить взаимосвязь, что здоровье зависит от правильного питания (еда должна быть не только вкусной, но и полезной).

*Актуальность проекта:*

Современное общество стало забывать о традициях здорового питания русского народа. Каша на Руси всегда была во главе стола. В наше время меньшее значение уделяют полезным свойствам каши. Часто дети стали отказываться по утрам есть кашу, им трудно понять, почему на завтрак нужно есть кашу, а не конфеты. Большинство детей не знают о пользе злаковых культур. В ходе беседы с детьми их заинтересовало, где и как выращивают злаки и крупы; какие разнообразные виды существуют. Вот поэтому мы и решили глубже изучить эту тему и дать детям новые знания о знакомых продуктах питания (кашах), научить различать и называть злаковые культуры и их крупы, вызывать желание вести здоровый образ жизни.

*Предполагаемые результаты:*

- Положительное отношение к каше у детей (пустые тарелки после еды).

- Семейный рецепт любимой каши (фотоотчет), оформление в альбом.

- Праздник-развлечение «Её величество-Каша».

- Путешествие на кухню.

- Презентация «Злаки».

*Формы реализации проекта*: беседы, работа с родителями, исследовательская деятельность, образовательная деятельность, детское творчество.

**1 этап – подготовительный.**

- Определение темы проекта.

- Формулировка цели и задач проекта.

- Беседа с детьми на тему «Злаки. Крупы. Каши».

- Подбор методической, справочной и художественной литературы по выбранной теме проекта.

- Распределение обязанностей.

**2 этап – основной.**

- Презентация для детей «Ай да каша-сила наша».

- Игры с мячом «Скажи, какая каша».

- Предложить детям создать рассказы-презентации о любимой каше, и оформить фотоотчет. (Попросить узнать рецепт и приготовить ее вместе с родителями.)

- Чтобы познакомить с русскими традициями и убедить детей в полезности каши, мы нашли и разучили с ребятами пословицы и поговорки.

- Оформили детские рецепты в альбом «Наши любимые каши».

- Чтение и обсуждение сказки «Горшочек каши».

- Аппликация «Горшочек каши».

- Совместная экскурсия на кухню.

- Чтение Н. Носова «Мишкина каша», чтение сказки «Каша из топора».

**3 этап – итоговый.**

- Оформление альбома «Наши любимые каши».

- Праздник – развлечение «Её – величество-Каша»!

**Результат:**

В ходе проекта дети и взрослые совершили множество открытий и осознали, что каша - полезный и правильный завтрак, основа заряда бодрости на весь день! Дети узнали, что большинство витаминов поступают в наш организм только с пищей. Вот почему злаковые культуры должны быть регулярно в рационе ребенка. Родители принимали активное участие в создании альбома «Наши любимые каши». Проект считаем удачным, интересным и познавательным.