ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 385**

МБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 385

620103, г. Екатеринбург, ул. Газетная, 48, тел.: +7 (343) 295-83-32; эл. адрес: [mdou385@eduekb.ru](mailto:mdou385@eduekb.ru),

сайт: <https://385.tvoysadik.ru/>

«Чудеса на кухне»

Поисково-экспериментальный, творческо-игровой среднесрочный проект

для детей 6-7 лет

Подготовила старший воспитатель ВВК

Костромина Татьяна Борисовна

Екатеринбург -2024г.

*"*Чудеса на кухне"

**Актуальность**

Питание – один из важнейших факторов, определяющих здоровье человека. Нарушения питания признано одной из главных причин роста заболеваемости в различных группах населения, прежде всего – среди детей и подростков. Эта тенденция носит глобальный характер, проявляясь в разных странах, в том числе и в России.

Благодаря активному развитию пищевой промышленности (появлению новых способов приготовления, сохранения пищи и т.д.) в рационе питания появилось значительное количество принципиально новых продуктов и блюд, нехарактерных для традиционных рационов, а также изменились характеристики и свойства традиционных блюд и продуктов. В результате активного культурного обмена, протекающего между разными странами, происходит освоение новых блюд и меню национальных кухонь.

Длительное время основным социальным институтом, обеспечивающим культурную передачу норм и правил питания от поколения к поколению, являлась семья. Однако современный человек стал нуждаться в освоении дополнительных, новых знаний, позволяющих ему регулировать свое поведение, связанное с питанием.

правильное питание рассматривается не только как важный фактор, влияющий на здоровье человека, но и как часть истории и культуры народа. Это позволяет ребенку и подростку лучше осознать связь питания с повседневной жизнью, воспринимать его не как перечень «внешних требований», а как ценный результат опыта жизни многих поколений. Поэтому при обучении правильному питанию большое внимание уделяется знакомству с кулинарными традициями и обычаями народов, отражению кулинарной темы в произведениях искусства и т.д.

**Задачи:**

1. Формировать навыки знаний этикета во время еды за столом.  
2. Расширять и закреплять знания в сервировке стола (для чая, обеда).  
3. Дать первоначальные представления в приготовлении нескольких несложных блюд.  
4. Формировать умения устанавливать и поддерживать контакты, сотрудничать, самостоятельно урегулировать конфликтные ситуации.

 5. Познакомить детей и родителей с полезными и необходимыми продуктами; научить детей выбирать самые полезные продукты.

6. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

**Участники проекта.**  
Дети 6-7 лет, педагоги, родители.

**Характеристики проекта.**  
По доминирующему виду деятельности – творческий, игровой, поисково-экспериментальный.  
По характеру содержания – включает ребенка и семейные отношения.  
По характеру участия ребенка в проекте – исполнитель и непосредственный участник.  
По характеру контактов – осуществляется в разновозрастной группе и в контакте с семьей.  
По количеству участников – групповой.  
По продолжительности – долгосрочный.

**Пути преодоления.**  
1. Привлечение родителей.  
2. Совместная деятельность.

**Предполагаемый результат.**  
Эффективная деятельность проекта «Чудеса на кухне» способствуют повышению уровня культуры поведения за столом у детей и развитию навыков приготовления простых блюд.

**Этапы проектирования.**

**Подготовительный этап состоит из нескольких частей.**  
Анкетирование родителей.

Опрос воспитателей.  
***Теоретическая часть.***  
Сбор информации и изучение материалов по вопросам создания кружка.  
Просветительская работа с родителями.  
Создание настенных панно, а так - же подбор материалов, оборудования для работы в кружке.

**Основной этап**– работа проводится в течение летнего периода (с 1 октября по 31 марта) по специально созданному перспективному плану, в конце работы итоговое мероприятие.

**Заключительный этап**Дети продемонстрируют приобретенные этические знания, знания по сервировке стола и приготовлению некоторых блюди напитков.

**Реализация проекта.**

***Подготовительный этап.***

В конце мая, начала июня проводится опрос родителей по востребованности данного проекта. Далее родители заполняют анкету с использованием следующей методики: «Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста» С.В. Петерина, с помощью которых можно оценить культуру поведения детей за столом. На основе полученной информации составляется перспективный план работы с дошкольниками по реализации проекта «Чудеса на кухне».

Проект разработан на основе Модульной дополнительной общеразвивающей Программы «Разговор о правильном питании».

Реализуя проект, планирую систематически включать в деятельность родителей или законных представителей. Родители вполне по силам выполнять со своими детьми небольшие задания, проводить мини-занятия, игры, где будет готовиться то или иное блюдо.

***Основной этап.***

Основной этап реализации проекта включает в себя перспективный план работы.

**Октябрь – ноябрь**

**Занятие 1**

Знакомство со столовыми приборами.  
**Занятие 2**

С чего начинается сервировка стола, знакомство с общими требованиями сервировки стола.  
**Занятие 3**

«За красивым столом и сидеть надо красиво». Как правильно надо сидеть за столом.  
**Занятие 4**

«В гости к трем медведям». Как правильно принимать гостей, приготовление бутерброда «Сырные ёлочки», с использованием цветного соленого теста.  
**Декабрь – январь**

**Занятие 1**

«В гости к старичку Лесовичку». Знакомство с лекарственными травами, приготовление напитков из листьев малины, смородины, липы и т.д.  
**Занятие 2**

«Чай, чай» - появление его на Руси.  
**Занятие 3**

«Не попить ли нам чайку». Познакомить детей с разновидностями чая. Расширяем представление детей о сервировке стола к чаю.  
**Занятие 4**

«Задача для хозяйки» - дидактическая игра закрепить знания о сервировке стола и поведения за столом.

**Февраль – март**

**Занятие 1**

«Какие прекрасные слова «Здравствуйте» и «Спасибо»,   
«Сосед слева, сосед справа». Расширяем представление детей р правилах поведения за столом. Приготовление бутерброда «Мобильник», с использованием цветного соленого теста и маркеров.  
**Занятие 2**

Дидактическая игра: «Что изменилось». Закрепить знание сервировки стола. Приготовление салата «Морячок». С использованием цветного соленого теста и пластиковой посуды.  
**Занятие 3**

«Обобщаем и закрепляем знания о сервировке стола в общем». Повторяем что мы знаем о сервировке стола, приготовление коктейля «Бананчик». Занятие **4**

Заключительный этап, включающий в себя мероприятие – развлечение под названием «В этом доме ждут гостей» (Приложение 1), подводящее итог всей работе в кружке «Чудеса на кухне» и наглядно демонстрирующие родителям успехи ребят в знании сервировки стола, этикета во время еды за столом.

**Анкета для родителей**

**«Сформированность навыков культуры поведения за столом у детей»**

Нужные ответы подчеркнуть.

1. Как Вы считаете, умеет ли Ваш ребенок правильно вести себя за столом? ("Да"; "Нет"; " Не всегда ".)

2. Есть ли у Вашего ребенка постоянное место за обеденным столом? ("Да"; "Нет"; " Не всегда ".)

3. Существует ли в Вашем доме традиция семейных обедов? ("Да"; "Нет"; " Не всегда ".)

4. Какой посудой, и какими столовыми приборами пользуется Ваш ребенок во время еды: тарелка для первого блюда, тарелка для второго блюда, тарелка для хлеба, ложка, вилка, нож, чашка, блюдце, чайная ложка ("Да"; "Нет"; " Не всегда ".)

5. Пользуется ли Ваш ребенок салфеткой во время еды? ("Да"; "Нет"; " Не всегда ".)

6. Часто ли Ваш ребенок спрашивает, как правильно вести себя за столом? ("Да"; "Нет"; " Не всегда ".)

7. Есть ли дома книги по вопросам этикета? ("Да"; "Нет"; " Не всегда ".)

Благодарим Вас за сотрудничество!

Приложение №1.

**Тема:** «В гости к старичку - Лесовичку».

**Цели:** Воспитывать бережное отношение к природе. Ознакомить детей с [лекарственными травами](https://www.maam.ru/obrazovanie/lekarstvennye-rasteniya). Познакомить с правилами сбора, сушки трав. Активировать и обогащать словарь детей по теме. Развивать умение рационально использовать лекарственные растения для здорового образа жизни.

**Предварительная работа.**

1. Беседы о лекарственных травах.

2. Рассматривание иллюстраций.

3. Чтение художественной литературы.

Материалы к занятию.

Слайд – презентация: *«Лекарственные растения»*

Для заварки чая: чайник, сухие травы…

**Разработала:** Воспитатель ВКК квалификационной категории Васильева Е.В.

**Ход занятия:**

Воспитатель: Ребята, сегодня я шла в детский сад и встретила маленького человечка. Живет он в волшебном городе, но случилась там беда. Все его жители заболели, а как лечиться не знают. Я сказала человечку, что мы с ребятами обязательно поможем. А вот чем можно помочь больным, вылечить их, вы узнаете, отгадав загадки.

1. «Ах не трогайте меня

Обожгу и без огня» *(Крапива)*

Красиво выглядит крапива,

А поступает не красиво:

Чем к ней нежнее прикасаются

Тем хитрая больней кусается. *(слайд 1 - крапива)*

2. Рос шар бел,

А дунул ветер –

Шар улетел. *(одуванчик)*

Одуванчик золотой

Был красивый, молодой,

Не боялся никого,

Даже ветра самого

Одуванчик золотой

Постарел и стал седой

И как только поседел

Вместе с ветром улетел. *(Слайд 2 - одуванчик)*

3. Нарядные платьица,

Желтые брошки,

Ни пятнышка нет

На красивой одежке

Если случиться, тебе простудиться:

Привяжется кашель,

Поднимется жар –

Подвинь к себе кружку,

В которой дымится

Слегка горьковатый,

Душистый отвар.

- Что же это за цветок? *(Слайд 3 – ромашка)*

- Ребята, а как называются эти растения? *(лекарственные)*

- Почему их так называют? *(Этими травами можно лечить людей)*

- Издавна люди заметили, что больные животные уходят, чтобы найти лечебную травку, съев которую они выздоравливали. Так и человек стал искать помощи у разных растений.

А вот еще одно растение, которое можно встретить на лугах и лесных опушках и называется оно – тысячелистник *(Слайд 4 - тысячелистник)*.

- Как вы думаете, почему оно так называется? *(ответы детей)*

- Правильно, каждый лист состоит из множества крохотных листиков.

Тысячелистник – лекарственное растение. Его используют для остановки кровотечений.

- А чем можно лечить разбитые коленки? *(Слайд 5 - подорожник)*

- Почему это растение так называется? *(ответы детей)*

- Да, ребята, мы иногда топчем его, а оно плотнее прижимается к земле.

Листья его упругие, с прочными жилками. Подорожник – великий путешественник, потому что растет и в других странах.

- А вы знаете, как пользоваться подорожником при ушибе? *(ответы детей)*

- О каком растении говорят, что оно жжется? *(о крапиве)*

- Правильно.

Из крапивы можно готовить великолепные щи, можно даже заквашивать крапиву, как капусту.

Листья крапивы богаты различными, полезными солями и витаминами.

Используют крапивные настои при простудных заболеваниях, при плохом аппетите и как кровоостанавливающее средство.

- А вот еще один врачеватель из нашей аптечки. Это мята перечная. *(Слайд 6 – мята перечная)*

Мята очень полезна и богата различными витаминами. Она помогает при головных болях, а так - же является натуральным успокоительным средством.

- Ребята, все эти растения растут в наших краях. Теперь поговорим, где же можно собирать лекарственные травы.

1. Каждое растение нужно собирать в определенное время.

2. Сушат под навесом, чтобы не попадали прямые солнечные лучи солнца.

3. Нельзя собирать больные или поврежденные растения.

4. Запрещается собирать растения вблизи дорог, а так - же в черте города.

- Как вы думаете почему? *(ответы детей)*

5. Запрещен сбор редких лекарственных растений, занесенных в *«Красную книгу»*.

- Ребята, я сейчас предлагаю заварить ароматный чай – из листьев черной смородины и мяты. А пока заваривается чай, мы с вами нарисуем лекарственные растения. А потом мы оправим рисунки с рецептами нашим маленьким друзьям из Волшебной страны. И я думаю это поможет им и они выздоровеют.

Дети рисуют и по окончании пьют чай.

Приложение №2.

**Паспорт педагогического проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Название проекта | «Чудеса на кухне» | |
| Тип проекта | Краткосрочный поисково-экспериментальный, творческо-игровой среднесрочный проект для детей 6-7 лет. | |
| Авторы проекта | Костромина ТБ | |
| Актуальность | Дети дошкольного возраста – это маленькие, любознательные исследователи окружающего мира, неугомонные почемучки. Тысячи почему?  Столько любопытных вопросов, на которые так весело и здорово находить ответы. Новые знания усваиваются прочно и надолго, когда ребенок слышит, видит и делает что-то сам. Во время экспериментирования ребенок получает возможность удовлетворить любознательность, учится наблюдать, размышлять, сравнивать, отвечать на вопросы, делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи, а затем обсуждать происходящее со сверстниками или родителями. Задача педагога – помогать ребенку в получении новых знаний в детском саду. А что происходит дома? А ведь существует масса простых экспериментов, которые можно проводить прямо на кухне, превратив ее в лабораторию, руководствуясь мамиными или папиными инструкциями, и, конечно, под их наблюдением. Интересно и весело! В помощь родителям был разработан проект «Чудеса на кухне». | |
| Возрастная группа | 6-7 лет | |
| Наличие межпредметных связей | Интеграция по образовательным областям: социально-коммуникативное, познавательное, художественно-эстетическое, физическое развитие | |
| Срок реализации проекта | Октябрь - март | |
| Цель работы над проектом | Развитие познавательной активности дошкольников через экспериментальную деятельность. | |
| Задачи | 1. Формировать навыки знаний этикета во время еды за столом. 2. Расширять и закреплять знания в сервировке стола (для чая, обеда). 3. Дать первоначальные представления в приготовлении нескольких несложных блюд. 4. Формировать умения устанавливать и поддерживать контакты, сотрудничать, самостоятельно урегулировать конфликтные ситуации.   5. Познакомить детей и родителей с полезными и необходимыми продуктами; научить детей выбирать самые полезные продукты.  6. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью. | |
| Мероприятия | Формы работы с детьми  - Чтение художественной литературы: С. Маршак «Урок вежливости», А. Усачев «Людоед и этикет», В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо», Д. Дриз «Добрые слова»,  - Просмотр мультфильма «Крошка енот»,  - Беседа «Техника безопасности при проведении экспериментов»,  - ОО «Познавательное развитие» ОД «Культура поведения за столом»,  - Стихотворения для обучения детей сервировке стола,  - Просмотр презентации «Лекарственные растения»,  - ОО «Познавательное развитие» ОД «Зеленая аптека»,  - ОО «Речевое развитие» ОД «Чайная история»,  - Сюжетно-ролевая игра «Чаепитие»,  - Коммуникативная игра «Комплименты»,  - Игра-инсценировка «Телефонный разговор (как заказать продукты для обеда)».  - ОО «Познавательное развитие» ОД «Чудесные превращения»,  - ОО «Художественно-эстетическое развитие» ОД лепка «Булочки, баранки…».  - Подвижные игры «Пирог», «Каравай», «Пахари и жнецы»,  - Игра «Что мы делали – не скажем, а как делали – покажем» | Формы работы с родителями:  Консультация для родителей  «Развивающие [игры на кухне](https://www.google.com/url?q=https://www.maam.ru/obrazovanie/detskie-igry&sa=D&source=editors&ust=1708210928102446&usg=AOvVaw26pmZmIiU46iOu60GwfjoM)»,  «Чем можно занять ребенка, пока мама готовит обед»  Экспериментирование «Чудесные превращения»,  Стихотворения для обучения детей сервировке стола |
| Продукты проекта | Картотека экспериментов.  Книга рецептов | |
| Форма отчета | Методическая разработка проекта «Создание условий для познавательного  развития детей в проектной деятельности группы». |  |