

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 64 ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ

**Краткосрочный проект
с детьми старшей группы «Облачко»**

Тема: «Мастер-шеф «Готовим с мамой»

Воспитатель:

Лукашова Наталья Викторовна

г. Ставрополь, 2021 год

- 1. Тип проекта:** познавательный - творческий
- 2. Продолжительность проекта:** краткосрочный
- 3. Участники проекта:** дети, родители, педагоги

Актуальность:

Нет ничего вкуснее и полезнее домашней еды – овощные и фруктовые салаты, горячие блюда, пироги, вареники, выпечка, торты.

В каждой семье есть традиционные и излюбленные блюда. И вкуснее они будут тогда, когда готовят дети вместе со взрослыми, как это принято в семье Марии. Анну Викторовну научила так вкусно готовить бабушка Нина (Живет в Самаре, мамина мама. Мария перенимает кулинарно-поварское мастерство у своей мамы; на зимних и летних каникулах – у бабушки Нины.

Исходя из вышесказанного, очень важно научиться готовить уже в дошкольном возрасте – сначала быть помощницей у взрослых, а потом самостоятельно готовить и выпекать по рецепту и придумывать свои блюда.

Цель:

Сформировать представление у детей и родителей о здоровой пище, о вредных и полезных продуктах питания, помочь им узнать о влиянии правильного питания на здоровье. Расширить и обогащать знания детей о продуктах питания, их пользе и способах приготовления.

Задачи:

1. Расширять знания детей о продуктах здорового и нездорового питания.
2. Пропагандировать только полезные продукты.
3. Формирование представлений старших дошкольников о необходимости заботы о своем здоровье.
4. Развивать познавательный интерес к кулинарии; творчество и фантазию в процессе приготовления разных блюд и выпечки. Совершенствование у родителей понимания важности и значения правильного питания для здоровья ребенка и их собственного здоровья.
5. Воспитывать трудолюбие, аккуратность и семейное дружелюбие в поварском и кондитерском деле. Вовлечение детей и их родителей в совместную деятельность по изучению здорового образа жизни, гигиены питания, принципов безопасности и качества питания.

Ожидаемые результаты реализации проекта:

1. Сформировать у воспитанников знания о правильном питании, о полезных и вредных для здоровья продуктах.
2. Повысить интерес родителей к правильному питанию и здоровому образу жизни детей.
3. Дети совместно с родителями готовят полезные блюда и делают фото своих шедевров.
4. Дети знают рецепты минимум 3-х полезных блюд, умеют их рассказать.

Продукт проекта:

1. Фото блюда (родители)
2. Фотовыставка «Готовим с мамой» (воспитатель)

Этапы реализации проекта:

I этап – подготовительный

1. Создать условия для формирования расширения знаний о полезном питании.
2. Рассматривание натуральных продуктов питания с изучением их качеств.
3. Привлечь родителей к участию данного проекта .
4. Рассматривание иллюстраций, книг, картин (в том числе и кулинарных).

II этап – основной

- 1.Беседа с детьми о продуктах питания, их пользе.
 - 2.Рассматривание натуральных продуктов питания с изучением их качеств.
 - 3.Экскурсия на пищеблок.
 - 4.Рассматривание иллюстраций, книг, картин (в том числе и кулинарных).
- Игры: дидактические, сюжетные, театрализованные и т.д.
Создание книги любимых рецептов совместно с родителями.

III этап - заключительный

Оформление материалов проекта.

Организация и методика проведения

Воспитатель. Придумано кем-то просто и мудро –

При встрече здороваться.

Давайте поздороваемся с нашими гостями и улыбнемся им.

Здравствуй, ручки, хлоп-хлоп-хлоп!

Здравствуй, ножки, топ-топ-топ!

Здравствуй, щёчки, плюх-плюх-плюх!

Пухленькие щечки, плюх-плюх-плюх!

Здравствуй, губки, чмок-чмок-чмок!

Здравствуй, зубки, щёлк-щёлк-щёлк!

Здравствуй, мой носик, бип- бип- бип!

Здравствуй, гости! Здравствуй!

– Милые дети, вы всех прекрасней на свете, я приглашаю вас сесть на стульчики.

2. Основная часть. Сюрпризный момент.

Слышится карканье вороны.

Воспитатель: Ребята, что это за звук? Кто бы это мог быть? За спиной воспитателя появляется ворона, на голове которой колпак повара.

Воспитатель: Посмотрите, кто к нам пришел. Кто это?

Дети: Ворона!

Ворона: Здравствуйте, дети!

Воспитатель: Ребята, поздоровайтесь с вороной.

Дети: Здравствуй, ворона!

Воспитатель: Какая большая ворона к нам в гости прилетела. Какого цвета ворона?

Из каких частей состоит ворона? (голова, туловище, крылья, хвост, ноги, клюв). А зачем тебе, ворона, такой красивый колпак?

Ворона: Потому что я не простая ворона, а ворона - повар.

Воспитатель: Ребята, а вы знаете, кто такой повар?

Ответы детей.

Воспитатель: Правильно, повар-это специалист по приготовлению пищи, то есть это человек, который варит, жарит, печет много разной вкусной еды.

Например, вкусные супы, каши, делает разные салаты, печет вкусные пирожки, блины, торты.

Ребята, а как вы думаете, у вас дома есть повар? (Да) А кто же это? Кто нам варит вкусные каши, супы, балует нас пирожками, блинами и тортиками?

Дети: Мама!

Воспитатель: Вот видишь, ворона, у каждого ребенка есть дома мама, которая, как ты, тоже повар. Ворона, а ты будешь нашим деткам кашу варить?

Ворона: Не буду, я прилетела узнать, что варят, жарят, пекут ваши мамы дома.

Воспитатель: Хорошо, мы тебе не только расскажем, но и покажем.

Воспитатель открывает слайд с фотографией мамы, которая варит с ребенком суп.

Воспитатель: Кто на этой фотографии?

Дети: Егор с мамой.

Воспитатель: Подойди ко мне Егор и расскажи, что вы с мамой тут варите.

Егор: Мы с мамой варим суп. Кладем картошку, капусту, морковь.

Воспитатель: А как, одним словом можно это назвать?

Егор: Овощи.

Воспитатель: Правильно. Значит, вы с мамой варите овощной суп. Молодец, Егор.

А какие супы вам мама варит еще дома? (Борщ, щи, уху)

Настя, какой суп тебе мама варит дома?

Настя: Борщ. Кладет капусту, морковь, картошку.

Воспитатель: А какого цвета получается борщ?

Настя: Красного. Потому что туда кладем красную свеклу.

Воспитатель: Молодец, Настя. А что вы еще с мамой варите дома? (На экране фотография, где Настя с мамой лепят пирожки)

Настя: Мы с мамой лепим пирожки с капустой и с мясом.

Воспитатель: Вкусные пирожки, наверное, получились. Молодец, Настя. Вот такая помощница маме растет.

Следующий слайд - мама с ребенком варят кашу. Ребенок рассказывает, как они варят кашу.

Следующий ребенок рассказывает, как мама варит компот.

Воспитатель: Артем, а из чего мама варит компот? Из фруктов или из овощей? (ответ Артема) А Егор с мамой из чего варили суп?

Дети: Из овощей.

Воспитатель: Правильно, ребята, супы мы варим из овощей, которые растут на земле, на грядке, а компоты варим из фруктов, которые растут на деревьях.

Давайте мы чуть-чуть поиграем. Поможем вороне сварить суп и компот.

Дети: Да!

Воспитатель: Но для начала нам надо собрать фрукты и овощи.

Физкультминутка: «Фрукты - овощи»

Воспитатель: Будем собирать фрукты и овощи. Когда я буду называть вам фрукты - вы вставайте на носочки и тянитесь высоко-высоко, чтобы сорвать фрукт.

А когда назову овощи - будем приседать, ведь овощи растут низко на земле

Воспитатель играет с детьми и может специально путать их: «Будьте внимательнее».

Воспитатель: Ну, молодцы, ребята, много овощей и фруктов собрали. Теперь нужно разделить их и сварить. А в чем мы будем варить суп и компот? (ответы детей). Правильно, в кастрюле. Егор будет в эту кастрюлю собирать овощи для супа, а Артем в другую кастрюлю - фрукты для компота.

Посмотрим, кто быстрее справится. Ребята, давайте поддержим их:

«Раз, два, три - начни!»

Воспитатель: Молодцы, ребята, быстро справились.

По желанию детей игра повторяется.

На экране следующий слайд, где мама с ребенком делают салат.

Воспитатель: Кира, расскажи нам, что вы с мамой готовите. (салат) Из чего вы делали салат? Что туда пустили?

Кира: Капусту и морковь.

Воспитатель: Ребята, а мы с вами тоже умеем делать салат из капусты. Покажем вороне?

Пальчиковая игра.

Мы капусту рубим, рубим,

Мы капусту солим, солим,

Мы морковь трем, трем,

Мы капусту жмем, жмем.

Получился вкусный салатик, быстро-быстро съели.

Воспитатель: Вот видишь, ворона, какие у нас дети молодцы. И мамы у них замечательные.

Ворона: Да, вижу. Замечательные у вас мамы, они трудятся и на работе, и дома - варят, жарят, пекут. Они умеют готовить разные и очень-очень вкусные блюда для всей семьи. Сегодня я многому научилась у ваших мам. Теперь я тоже буду для своих птенцов разную вкусную еду готовить. Спасибо, ребята. Полечу я к своим деткам. До свидания!

Воспитатель: До свидания, ворона. Прилетай к нам еще.

Дети: До свидания!

Воспитатель провожает ворону.

Воспитатель: Кто к нам прилетел в гости? О ком мы ему рассказали? Кто варит нам кашу, разные вкусные супы, печет пирожки, делает салаты? А мы помогаем нашим мамочкам. Чем больше мы будем помогать маме и меньше огорчать её, тем дольше мама будет молодой, красивой и здоровой!

Молодцы, ребята. Вы сегодня очень хорошо вели себя. Отвечали на вопросы, дружно играли, помогали вороне.

Фотовыставка «Готовим с мамой»



Гата – распространенное армянское национальное кондитерское изделие, представляющее собой слоеные пирожки. Готовить гату очень просто, вкус конечно же выше всяких похвал. Наткнула подробный рецепт, чтобы и вы смогли попробовать данную выпечку:

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:

- Мука -3 стакана (+)
- Сливочное масло -100 гр.
- Кефир или мацони -1 стакан
- Яйцо -1 шт. (еще одно яйцо понадобится для смазывания теста)
- соль 0,5 ч.л
- соль -щепотка

Для начинки (хорош или же по другому

- использовать «хорош»):**
- Сливочное масло -100 гр.
- Сахар -1 стакан (+)
- Мука -1 стакан
- Ванилин



Шоколадно-ореховый пирог

03.06

Ингредиенты

- 120 грамм сливочного масла
- 200 грамм сахара
- 100 грамм муки
- 50 грамм какао
- 100 грамм черного шоколада (масло заменить шоколадными каплями)
- 2 ч.л. разрыхлителя
- 2 яйца
- Щепотка соли
- 120 мл молока
- 500 грамм вишни, удалить косточки

Духовку разогреть до 170 °С.

Масло растереть с сахаром. Добавить молоко и яйца, взбить все вместе. Муку, какао, соль и разрыхлитель смешать в отдельной посуде. Добавить к остальным ингредиентам и хорошо взбить все вместе, но забывать не



Шарлотка "Лентяйка"

5 ст. ложек растительного масла,
Пол ст. сахара
1 ст. Муки
3 яйца
6-8 яблок, почистить и порезать.
1 ч. л. соду гашёную уксусом.
Яйца и сахар взбить. Добавить соду гашёную, масло раст. перемешать. Добавить муку все взбить и смешать с яблоками.
Форму 24см.смазать раст. маслом. Выложить тесто.
Ставим в разогретую духовку 200-220гр. на 35-45 мин.

10.45



Основа

сливочное масло 12 _____ 250 грамм
яйца 12 _____ 2 шт.
сахар 12 _____ 200 грамм
пшеничная мука 12 _____ 250-300 грамм
кислотный разрыхлитель 12 _____ 2 ч.л.
ванильный сахар 12 _____ 2 ч.л.





Манник на сметане

Манник на сметане: не только очень вкусный, но и очень красивый. В домашних условиях приготовить можно на стандартной Фигуре для кекса. Если продукты свежие, сахар можно не обжаривать в отдельной кастрюле.

Ингредиенты: 2 яйца, по 1 стакану сметаны и манной крупы, 2/3 ст. сахара, Чаша 3 - яйца, манная или пшеничная мука (стакан 300мл).

Способ приготовления

Манную крупу и сметану перемешать и оставить на час, чтобы манка успела разбухнуть. Если сметана густая, лучше добавить немного воды.

Яйца взбить, добавить сахар. Смешать с манкой, добавить воду и перемешать. Снять форму и приготовить манник в духовке, предварительно смазав ее маслом. Выпекать тесто в течение 20 минут (175С).

Шарлотка
#выпечка@it_rovat

Нам понадобится:

Яйца - 3 шт.
Сметана - 150 гр.
Яблоки - 5-6 шт.
Корица молотая - 1 ст. ложка
Ванильный сахар - 1 ст. ложка
Сахарный песок - неполный стакан
Мука - стакан
Сода - чайная ложка

Приготовление:

Яйца взбиваем с сахаром, добавляем сметану, ванильный сахар, соду. В конце засыпаем просеянную муку. Отставляем тесто.

Самое нудное в обработке яблок - это вырезание сердцевинки. Вот повод для использования такого ножика - раз и готово. Кожура у антоновки и «Семеренки» (на фото второе более зелёное яблоко) не едят, но едят.



Печенье с вареньем!

ИНГРЕДИЕНТЫ

400 г муки
200 г сливочного масла
2 яйца
4 ст. л. сахара
щепотка соли
1 ч. л. разрыхлителя
500 мл густого варенья (джема, повидла, желе) из смородины, брусники или клюквы
Положите масло в сотейник и растопите на среднем огне. Снимите с огня и немного остудите. Яйца взбейте с сахаром и солью до однородности. Влейте растопленное масло и еще раз хорошо взбейте. Просейте муку с разрыхлителем и постепенно добавляйте в яично-масляную смесь. У вас получится густое тесто. Разделите его пополам, каждую часть скатайте в шар, заверните в пленку и уберите в морозильник минимум на 2 ч.





