

## Электронный образовательный ресурс

### на тему «Овощи»

#### **Автор-составитель:**

Сапон Наталия Ивановна, воспитатель ГБДОУ № 85 Приморского района Санкт-Петербурга.

Данный электронный образовательный ресурс предназначен для детей среднего дошкольного возраста.

#### **Цель:**

- Закрепить представление детей об овощах.
- Формировать умение называть и различать овощи.
- Формировать представление детей о пользе овощей.

**Презентация:** «Овощи» может быть использована в образовательной деятельности с детьми среднего дошкольного возраста, состоит из 22 слайдов.

#### ***Содержание:***

1. Титульный лист
2. Загадка о капусте.
3. Картинка « Капуста»
4. Загадка о перце.
5. Картинка « Перец».
6. Загадка о морковке.
7. Картинка « Морковь».
8. Загадка про огурец.
9. Картинка «Огурец».
10. Загадка о помидоре.
11. Картинка « Помидор».
12. Загадка о картофеле.
13. Картинка « Картофель».
14. Загадка о кабачке.
15. Картинка « Кабачок».
16. Загадка о свекле.
17. Картинка « Свекла».
18. Загадка о луке.
19. Картинка «Лук».
20. Загадка о чесноке.
21. Картинка «Чеснок».
22. Картинка «Спасибо за внимание!»

## *Дополнительный материал*

### **Слайд 2**

Сто одежек —  
Все без застежек.

### **Слайд 4.**

Он бывает, дети, разный – Желтый, травяной и красный.  
То он жгучий, то он сладкий,  
Надо знать его повадки. А на кухне – глава специй! Угадали? Это...

### **Слайд 6.**

Красна девица  
Сидит в темнице,  
А коса на улице.

### **Слайд 8.**

Эти крепкие ребятки  
В листьях прячутся на грядке.  
Лежебоки-близнецы Зеленеют...

### **Слайд 10.**

Летом, не боясь жары,  
Зрели красные шары.  
Вызрели как на подбор. Что за овощ?

### **Слайд 12.**

Растет она – в земле,  
Известна – в целом мире.  
Частенько на столе  
Красуется в мундире.

### **Слайд14.**

Что это за рысачок  
Завалился на бочок?  
Сам упитанный, салатный.  
Верно, детки...

### **Слайд16.**

Над землей трава,  
Под землей бордовая голова.

### **Слайд 18.**

Прежде чем его мы съели,  
Все наплакаться успели.

### **Слайд 20**

Маленький и горький, луку брат.

## Работа с презентацией. Комментарии педагога.

### Слайд 2.

Загадка о капусте.

### Слайд 3.

Есть несколько видов капусты. У некоторых из них листья, накрывая друг друга, формируют кочан; у других есть круглая головка, похожая на крепкий цветок (цветная капуста). Есть и такие, у которых листья получили рассечённые края (кудрявая листовая капуста). Кочан капусты состоит из светло-зеленых, крупных гладких листьев, сильно прижатых друг к другу. В самой сердцевине кочана находится плотная крупная кочерыжка. Капуста не только вкусна, но и полезна. В капусте содержится много витаминов. Большая часть полезных веществ находится в кочерыжке. В народе этот овощ один из самых любимых. «Для чего и огород городить, коль капусту не садить», говорят в народе. Почему же люди так ценят капусту?

*Потому что самый вкусный,  
Очень вкусный лист капустный.  
(А. Крылов).*

### Слайд 4.

Загадка о перце.

### Слайд 5.

Есть перец горький и перец сладкий. Перец сладкий – приятный на вкус и совсем не горький. Принципиальных различий между горьким и сладким перцем нет. В этом овоще, витаминов и полезных веществ значительно больше, чем в любом другом. Особенно витамина С. Так что блюда из перца не только вкусны, но и полезны. Перец едят свежим, добавляют в салаты, тушат, маринуют, фаршируют мясом, рисом, овощами.

### Слайд 6.

Загадка о морковке.

### Слайд 7.

Самая ценная часть моркови, которую мы употребляем в пищу – корнеплод. Корнеплод полностью находится в земле, наружу торчит лишь его верхняя часть, а над ней – зеленый хвостик листьев, похожих на листья укропа. Чем же так полезна морковь? Корнеплоды моркови содержат огромное количество бета-каротина, который в нашем организме превращается в витамин А. Его еще называют витамином роста – он очень полезен для детей.

### Слайд 8.

Загадка про огурец.

### **Слайд 9.**

Огурец — травянистое, стелющееся растение. Цветы огурцов небольшие ярко-желтые, обладают приятным ароматом и привлекают шмелей и пчел, которые и опыляют их. Плод огурца ярко-зеленый, небольшой, продолговатый. Люди любят огурцы за их несравненные аромат и вкус. Огурцы едят в свежем виде, кладут в салаты и винегреты, маринуют и солят. Огуречный сок прекрасно действует на кожу — очищает и защищает ее.

### **Слайд 10.**

Загадка о помидоре.

### **Слайд 11.**

Помидор, или томат — одно из самых распространенных овощных растений на земле. Помидоры — сочные овощи, внутри у них мелкие желтовато-белые семена. Из томатов готовят сок, пасту, соусы, в том числе знаменитый «Кетчуп». Помидоры добавляют в салаты, разнообразные мясные и овощные блюда, их солят и маринуют. Помидоры дают хороший урожай, если получают достаточно тепла и влаги. Стебли и листья помидоров обладают способностью убивать насекомых-вредителей.

### **Слайд 12.**

Загадка о картофеле.

### **Слайд 13.**

Картошка – второй хлеб – так говорят в народе. С этим утверждением, конечно, не поспоришь. Нам даже представить сложно, как раньше люди обходились без картофеля. В картофеле много полезных веществ и витаминов. Хранить картофель нужно в прохладном темном месте. Но если картофель полежал на солнышке, то в нем образуется сильный яд, очень вредный для здоровья человека. Картофель используют в отварном, тушеном, жареном, запеченном виде. Готовые блюда с картошкой: картофель фри, пюре, пирог с картофелем, винегрет, салат, шаньги, драники, солянка, борщ, суп-пюре, щи, закуска, вареники.

### **Слайд 14.**

Загадка о кабачке.

### **Слайд 15.**

Кабачок продолговатый, зеленого, желтого или зеленовато-белого цвета, покрыт гладкой и плотной кожурой. Стебель у кабачка пряморастущий, он не ветвится. Цветы крупные, желтого цвета.

Плоды кабачков вкусные и содержат много полезных веществ. Кабачок является крайне полезным овощем, который рекомендуется употреблять как можно чаще. Каких только блюд не готовят хозяйки из кабачков! В сыром виде его добавляют в салаты, а также жарят, парят, варят, маринуют, фаршируют мясом, рисом и морковью.

Из кабачков готовят оладьи и любимую многими аппетитную кабачковую икру.

## **Слайд 16**

Загадка о свекле.

## **Слайд 17.**

Свекла – это округлый корнеплод багряного цвета, среднего размера с тонкой кожицей и сладкой мякотью. Сок свеклы закапывают в нос при насморке, им полощут горло при ангине, кусочки сырой свеклы держат во рту для ослабления зубной боли. Измельченные корнеплоды и листья прикладывают к ранам для снятия боли и воспаления. Кормовую свеклу выращивают для корма крупных животных. Свиньи и коровы любят полакомиться и срезанными со столовой свеклы листьями. Из сахарной свеклы производят сахар. Гораздо дольше, чем другие овощи, вплоть до появления нового урожая. Если готовить свёклу на пару и не слишком долго, то она сохраняет свои полезные качества и при тепловой обработке. Блюда из свеклы -борщ, винегрет, свекольник, свекольный сок, котлеты, биточки, икра, закуска, салат.

## **Слайд 18.**

Загадка о луке.

## **Слайд 19.**

Репчатым луком мы называем небольшие золотисто-желтые луковицы округлой формы. Если разрезать луковицу ножом, то можно заметить толстые сочные белые чешуи — это луковые листья. Лук — один из главных продуктов, он считается универсальным средством, предохраняющим и излечивающим от всех болезней. Когда у постели больного ставят блюдечко с мелко нарубленным луком, то он быстрее идет на поправку. Луковичным соком, разбавленным водой, можно вылечить насморк, если закапывать его в нос. Народ придумал про лук такую загадку: «Сидит дед, во сто шуб одет. Кто его раздевает, тот слезы проливает». В самом деле, когда чистишь и режешь лук, из глаз сами собой льются слезы. Так происходит потому, что лук начинает выделять летучие вещества, которые раздражают слизистую оболочку носа и глаз. Какие же блюда готовят с луком? Свежий лук кладут в винегреты, салаты. Обжаренный на сковороде до золотистого цвета лук добавляют в супы и жаркое.

## **Слайд 20.**

Загадка о чесноке.

## **Слайд 21.**

Чеснок – ближайший родственник лука. Луковица чеснока состоит из нескольких зубков.

А зубки, на самом деле, это почки, которые спрятались между засохшими листьями. «Аромат» чеснока не всем приятен – он очень резкий и устойчивый. Зато чеснок отпугивает вредоносных микробов, выделяя в разные стороны летучие вещества.

Если вы заболели, простудились, нужно есть чеснок. Но и когда вы здоровы, чеснок обязательно должен присутствовать в рационе. Причём в пищу годится не только луковица, но и зелёные листья чеснока, в которых много витамина С. Чеснок является не только ценным пищевым продуктом, но и незаменимым лекарственным средством. Так как чеснок – это обеззараживающее средство, без него не обходится засолка огурцов, помидоров, грибов, приготовление овощной икры и маринадов. Он удлиняет срок хранения продуктов.

**Слайд 22.** Картинка «Спасибо за внимание!»