

МБДОУ «ДСОВ № 101»



ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

«СОЛНЫШКО»

для детей, родителей и педагогов



Содержание:

Детям про овощи

Интересные факты

Овощной калейдоскоп

Наши новости

Эко-уроки для детей

Витаминные эксперименты

Игралочка

Бери и делай

Литературная страничка





*Здравствуйте, дорогие ребята
и уважаемые взрослые!*

Сегодня в нашем номере мы с
вами
поговорим про овощи. Вы узнаете
много нового и интересного.

Я корзину овощей
С огорода принесу,
Пили лук и сельдерей
Утром чистую росу.

Умывал их дождик теплый,
Солнце нежно согревало.
Наливалась соком свекла-
Становилась плотной, алой.

И питал их день за днем
Влажный, рыхлый чернозем.

Шаловливый ветерок,
Пролетая возле гряд,
Гладил каждый стебелек
И дарил им аромат.

Мы корзину овощей
С огорода принесли.
Для салатов и борщей
Пригодятся нам они.

Т. Шорыгина



Интересные факты

Факт 1

А вы знаете, что красные, вкусные помидоры насчитывают более 10 000 разновидностей по всему миру. Больше всего их выращивают в Китае. Долгое время помидоры считались «ядовитыми», поскольку относились к семейству пасленовых, содержащих токсины и алкалоиды. Шведский натуралист Карл Линней, давший названия многим растениям, назвал помидоры волчьими персиками. Споры об этих овощах и их вреде длились десятилетиями. И столько же времени они были проклятым. Считалось, что достаточно одного кусочка, и смерть неминуема. К счастью, этот миф был благополучно развеян благодаря полковнику Роберту Гиббон Джонсону, который в 1822 году публично перед двухтысячной толпой съел ведро томатов, чтобы развеять миф об их ядовитости. И еще, помидоры являются биологическими «родственниками» табаку и картофелю. Кстати, вы пробовали наши сочные томаты в густой томатной мякоти, которые так и просятся на тарелку? Просто откройте банку и наслаждайтесь вкусом.




Факт 2

Человечеству зеленый горошек известен более 5000 лет. Он стал первым овощем, помещенным в консервную банку. Железо, магний, кальций, йод, фосфор, витамин А, Е, РР, В1, В2, В6, содержащиеся в нем, как и во многих овощах, не теряют свои питательные свойства ни при консервировании, ни при заморозке, ни при сушении. Блюда из зеленого горошка помогут урегулировать обмен веществ, нормализовать свертываемость крови, стать стройным и стрессоустойчивым. Юный, нежный, сочный — молодой горошек от Bonduelle прекрасен в любое время года!

Факт 3

Привезенный из Южной Америки Колумбом перец стал неотъемлемой частью традиционных блюд во многих странах мира. Его острота настолько высока, что ее можно измерить! Американский химик Уилбург Сковилл изобрел шкалу для сравнительной оценки степени жгучести разных перцев, где нижняя отметка — ноль — норма в обычных овощах, а самая высокая составляет 1 000 000 единиц Сковилла. Жгучие перцы способны избавить организм человека от опасных новообразований и бактерий, в том числе и хелиобактерий, которые как раз и вызывают язву. Кроме того, перец чили может помочь человеку выйти из депрессивного состояния, стимулирует кровообращение и даже нормализует кровяное давление. Но не стоит забывать, что острота перца всегда приходит по нарастающей и то, что сейчас кажется вам чуть-чуть острым, через пару минут



может оказаться адски жгучим. Спасти от этой напасти может что-то кислое, либо заешьте перец рисом. Возможно, вам будет интересно узнать, что в овощах существует очень интересный сорт перца – шоколадный хабанеро, очень вкусный, с насыщенным фруктовым вкусом и очень острый. Степень его жгучести достигает 580 000 единиц Сковилла. Для сравнения, во всем известном халапеньо всего-то 2500-5000 единиц Сковилла.

Факт 4

Питаясь сельдереем, можно умереть от голода. Дело в том, что этот продукт сжигает больше калорий, чем отдает, поэтому вашему организму неоткуда получить питательные вещества. Тем не менее сельдерей — весьма полезный продукт, ведь в нем содержится больше каротина, витамина Е, полезных для кожи, ногтей и волос, чем в других овощах. Регулярное употребление сельдерея является отличной профилактикой развития тяжелых заболеваний.

Факт 5

Разрешите представить вам «капусту, окончившую колледж». Так называл цветную капусту Марк Твен. Брокколи же американцы считают за капусту «с университетским образованием». Кстати, мы насчитали около 200 различных вариантов как приготовить капусту брокколи!!! И все они диетические!

Факт 6

В овощах есть свой «космонавт». Картофель стал первым овощем, выращенном в космосе. Именно он в 1995 году побывал в невесомости, находясь на корабле «Колумбия». Картофель был в космосе, а мы нет!

Факт 7

В информации об овощах есть факт о присутствии в Гренландии арктического хрена, который цветет в самые сильные морозы. Даже в минус 47! Есть версия, что именно этот овощ приживется на Марсе!



Овощи-чемпионы

1. В теплице британки Клэр Пирс вырос самый длинный в мире огурец. Его длина составила 1,19 метра. Женщина призналась, что она ничего не делала для того, чтобы вырастить огурец-рекордсмен: «Я только поливала растение». Клэр Пирс также сообщила, что гигантский овощ вырос из просроченных семян, которые она купила два года назад и просто забыла про них. Пенсионерка собиралась подать заявку на регистрацию рекорда, но овощ сгнил до того, как его сумели измерить специалисты.



А это внуки британки Клэр Пирс, Джейми и Хэйзл, держат все тот же огурец длиной около 119 см.

2. Британец Филип Ваулс выращивает овощи много лет. Среди его успешных садоводческих проектов значатся гигантские тыквы, капуста, огурцы и кабачки. На фото он запечатлен с 7-килограммовым огурцом, попавшим в свое время в Книгу рекордов Гиннеса. Ваулс занимается овощеводством уже 25 лет, поэтому знает все о том, как получить огромный урожай.



3. Житель Израиля Ицхак Изданпана увлекся садоводством после того, как вышел на пенсию. Ему удалось вырастить огурец длиной 1,2 метра. Огурец вымахал самостоятельно за три месяца без специальных средств для стимуляции роста.



4. Джо Мидуэй обнимает тыкву весом 392 килограмма на пасхальной ярмарке в Сиднее. Вырастил ее садовод Кен Райан. Тыква стала победительницей на конкурсе самых крупных плодов.



5. Садовник Филлип Вауэлс с сыном Эндрю и 51-килограммовым кабачком в Ллангэрри, Южный Уэльс.



6. В 2015 году в английском состязании помидоров в номинации «Гигантомо» победу одержал Джо Этертон с томатным монстром массой 1,7 килограммов.



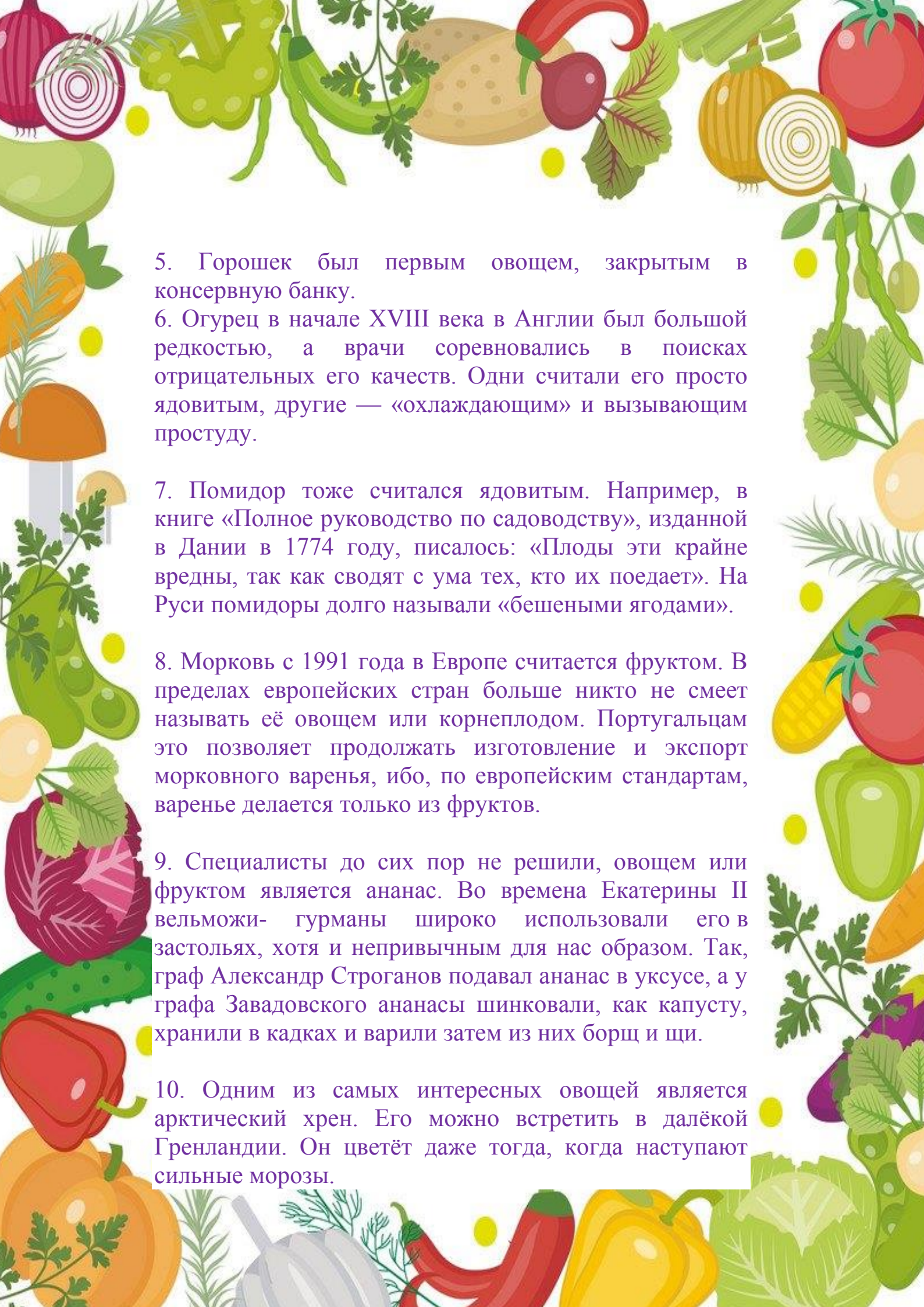
7. Королём же репчатого лука не без оснований считает себя господин Тони Гловер из английской глубинки. Его имя упомянуто в Книге Гиннеса потому, что Тони удалось вырастить самую увесистую луковицу на Земле — массой 8,5 кг.





10 забавных фактов об овощах

1. Репу когда-то сеяли изо рта. Дело в том, что у репы очень мелкие семена: в одном килограмме их больше миллиона, и вручную их просто не разбросать. Однако и плевать — дело не простое, поэтому лучшие «плевалычики» ценились и почитались в народе.
2. Отваром свёклы в России пользовались как дезинфицирующим средством и, естественно, ели её варёной и сырой. А попала она к нам из Византии, о чём говорит происхождение русского названия от греческого слова «сфекели».
3. Есть много видов капусты: краснокочанная, белокочанная, цветная... Цветную капусту Марк Твен называл капустой, закончившей колледж. Брокколи американцы называют «капустой с университетским образованием».
4. Картофель появился в Европе в середине XVII века как декоративное растение. Рассказывают, что некий адмирал привёз это растение в Англию и, когда его вырастили, угостил друзей его стеблями и листьями, поджаренными в масле. Гости долго плевались. В XVIII веке в России при дворе это блюдо подавалось в качестве десерта. Перед употреблением его варили и густо посыпали сахаром.



5. Горошек был первым овощем, закрытым в консервную банку.

6. Огурец в начале XVIII века в Англии был большой редкостью, а врачи соревновались в поисках отрицательных его качеств. Одни считали его просто ядовитым, другие — «охлаждающим» и вызывающим простуду.

7. Помидор тоже считался ядовитым. Например, в книге «Полное руководство по садоводству», изданной в Дании в 1774 году, писалось: «Плоды эти крайне вредны, так как сводят с ума тех, кто их поедает». На Руси помидоры долго называли «бешеными ягодами».

8. Морковь с 1991 года в Европе считается фруктом. В пределах европейских стран больше никто не смеет называть её овощем или корнеплодом. Португальцам это позволяет продолжать изготовление и экспорт морковного варенья, ибо, по европейским стандартам, варенье делается только из фруктов.

9. Специалисты до сих пор не решили, овощем или фруктом является ананас. Во времена Екатерины II вельможи-гурманы широко использовали его в застольях, хотя и непривычным для нас образом. Так, граф Александр Строганов подавал ананас в уксусе, а у графа Завадовского ананасы шинковали, как капусту, хранили в кадках и варили затем из них борщ и щи.

10. Одним из самых интересных овощей является арктический хрен. Его можно встретить в далёкой Гренландии. Он цветёт даже тогда, когда наступают сильные морозы.

Овощной калейдоскоп



Вот такой урожай



Успевай собирать









Наши новости

В ноябре в нашем детском саду прошло торжественное посвящение в ЭКО-агенты ребят подготовительных групп «Радуга» и «Звездочки». Чтобы носить достойное звание «ЭКО-агент» ребятам предстояло пройти несколько испытаний: назвать зеленые правила, после просмотра экологического мультфильма определить главные ошибки героя, отгадать эко-загадки. Ребятам вручили специальную символику: зеленые галстуки, пилотки, повязки и журналы для ведения Зеленого патруля в группах детского сада. Задача ЭКО-агентов следить за выполнением эко-правил: экономия воды, света и бумаги, качество ухода за комнатными растениями. Желаем ребятам плодотворной работы!





ЭКО-акция

«Мягкие лапки»

В рамках тематической недели «Всемирный день защиты животных» в нашем детском саду прошла ежегодная акция «Мягкие лапки». Наши педагоги рассказывают детям про бездомных животных, нуждающихся в заботе и уходе; в специальных приютах животных лечат, кормят, играют с ними и просто любят. Важно говорить с детьми о том, откуда берутся бездомные животные, какую ответственность несут люди, решив взять домой песика или котенка? Нужно помнить, что мы в ответе за тех, кого приручили. Спасибо всем участникам акции за милосердие и доброту!



Дошкольная спартакиада

Поздравляем сборную команду подготовительных групп «Комета» с достойной победой- 2 МЕСТО в спортивных соревнованиях на базе МБОУ «СОШ № 18» в честь Дня народного единства. Ребята показали быстроту, смекалку в эстафетах, слаженную работу в команде, что привело их к ПОБЕДЕ!







ЭКО-уроки для детей

Какой будет наша планета через десятки, сотни лет? Во многом это зависит от наших детей. Вот почему так важно с ранних лет воспитывать в них любовь к природе и бережное отношение к её ресурсам.

Тем более что сделать это очень просто. Мы предлагаем 5 простых экоуроков, которые ваш ребёнок легко запомнит и, следуя им, внесёт свой вклад в защиту окружающей среды.

ВЫКЛЮЧАЙТЕ ЭЛЕКТРОННЫЕ УСТРОЙСТВА, КОГДА ОНИ НЕ ИСПОЛЬЗУЮТСЯ

Это один из самых важных советов, который позволяет экономить средства и уменьшать нагрузку на электросети. Выходя из комнаты и выключая телевизор, вы помогаете окружающей среде — расскажите об этом вашему ребёнку.

ЗАКРЫВАЙТЕ КРАН С ВОДОЙ

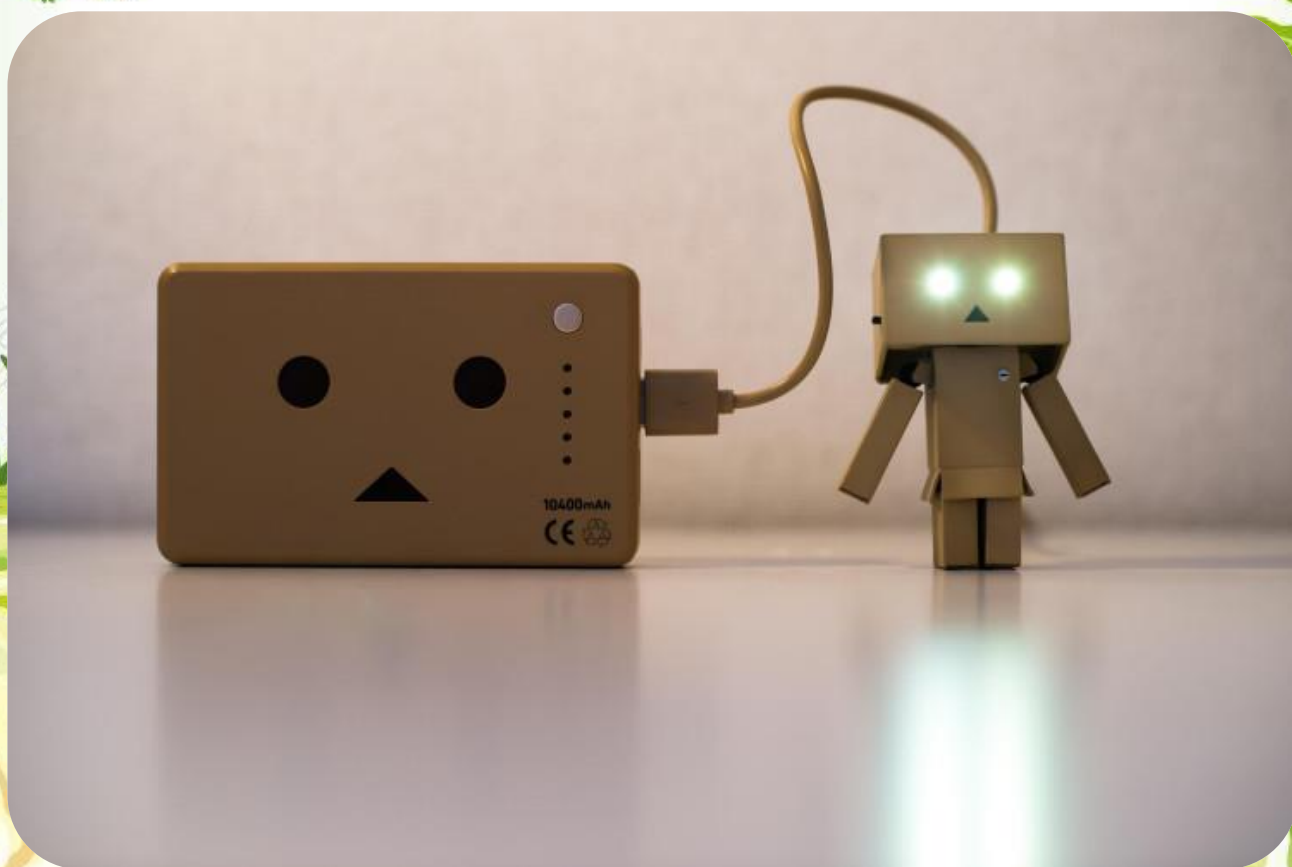
Многие дети имеют плохую привычку оставлять краны полностью или частично открытыми даже после того, как процедура умывания завершена. Объясните им, что при таком нерациональном расходовании воды страдает природа.



ВЫНИМАЙТЕ ПРОВОД ИЗ РОЗЕТКИ

Сегодня в наших розетках постоянно что-то заряжается. И тут важно не забывать вынимать зарядные устройства из розетки после того, как гаджет зарядится.

Дело в том, что всякий раз, когда разъём розетки включен, независимо от того, заряжается ли устройство в данный момент или нет, всё равно расходуется энергия.





ИСПОЛЬЗУЙТЕ ВЕЩИ ПОВТОРНО

Поощряйте ваших детей каждый раз, когда они повторно используют материалы. Так, например, из пластиковых пакетов, старых банок или упаковок можно сделать отличную поделку.

Такие привычки с детства могут гарантировать, что, вырастая, ваши дети будут рационально использовать природные ресурсы.

Эти уроки полезны не только детям, но и взрослым. Подумайте, все ли перечисленные правила соблюдаете Вы?



ЛЮБИТЕ ПРИРОДУ

Чтобы дети поняли, насколько важно заботиться о планете, рассказывайте им о природе, больше гуляйте и «общайтесь» с ней. Покажите им сайты, посвящённые проблемам окружающей среды, — пусть ребёнок узнает больше о своей планете.

И не забывайте о «Маленьком принце» Сент-Экзюпери — лучшей книге для будущих защитников природы

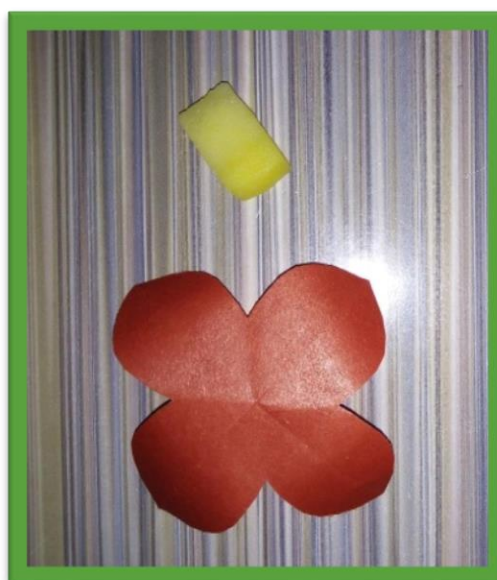


Витаминные эксперименты

Эти опыты не сложные и доступны детям дошкольного возраста. Некоторые опыты могут быть полезны и взрослым.

«Картофель как клей»

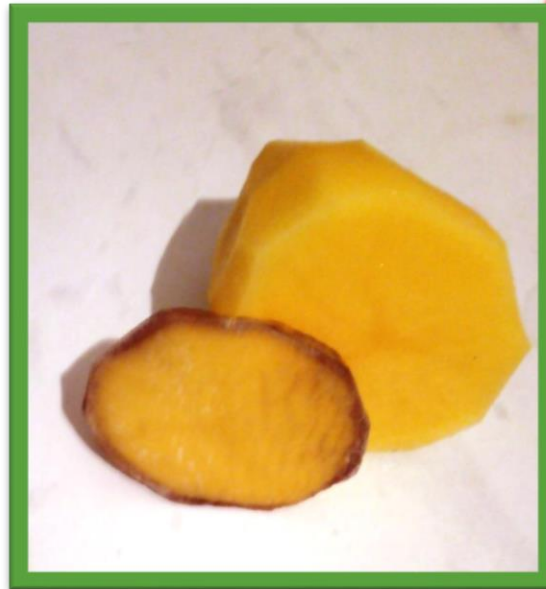
Возьмите кусочек отварного картофеля, проведите им несколько раз по листу бумаги. Приклейте заготовку к основному листу.



объясните, что в картофеле много крахмала, содержащего клеящие вещества.

«Темнеющий картофель»

Разрежьте картофелину. Одну половинку положите в воду, другую оставьте на столе. В течение дня наблюдайте за изменением цвета.



Объясните, что в картофеле содержится вещество, которое под действием воздуха окисляется. Вода не даёт воздуху попасть на овощ.

«Капуста меняет свой цвет»

Мелко нашинкуйте краснокочанную капусту. Добавьте к ней лимонную кислоту и хорошо перемешайте. Постепенно капуста из фиолетовой, превратится в красную. Это влияние кислоты. При длительном хранении цвет опять может стать фиолетовым или синим.

Объясните, что сначала лимонная кислота усиливает цвет, но постепенно кислота разбавляется капустным соком, концентрация ее понижается, и окраска капусты снова меняется.



«Лимон спасает яблоко»

Разрежьте яблоко на две части и положите его срезом вверх. Одну из половинок смочите лимонным соком. Через

некоторое время, половинка яблока, смоченная соком, останется прежней, а другая - потемнеет.

Объясните, что в яблоке есть много полезных веществ, в том числе и железо. Когда эти крошечные частицы железа соприкасаются с воздухом, они окисляются и темнеют. В лимонном соке есть аскорбиновая кислота, которая замедляет процесс окисления.



«Злой апельсин»

Надуйте воздушный шарик. Очистите апельсин. Возьми кусочек кожуры, выдавите из неё сок так, чтобы он брызнул на надутый шарик. Шарик должен лопнуть.

Объясните, что в эфирных маслах цитрусовых много вещества, которое является растворителем. Оболочка шарика лопаается под его влиянием.



«Плавающие апельсины, мандарины»

Возьмите апельсин. Фрукт должен быть свежим, сочным, иначе опыт не получится. Положите апельсин в посуду с водой. Он не утонет. Теперь очистите его и снова положите в воду. Апельсин утонет. Возьмите половинку апельсина и проверьте утонет ли она.

Аналогичный опыт можно провести с мандарином.

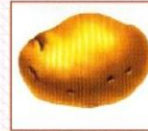
Объясните, что в апельсиновой (мандариновой) кожуре много пузырьков воздуха. Воздух выталкивает фрукт на поверхность воды (как мяч). Без кожуры тонет, потому что становится тяжелее воды (как камень).



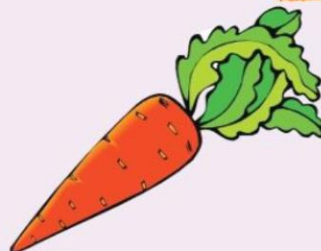
Игралочка

Дидактическая игра «Вершки и корешки»

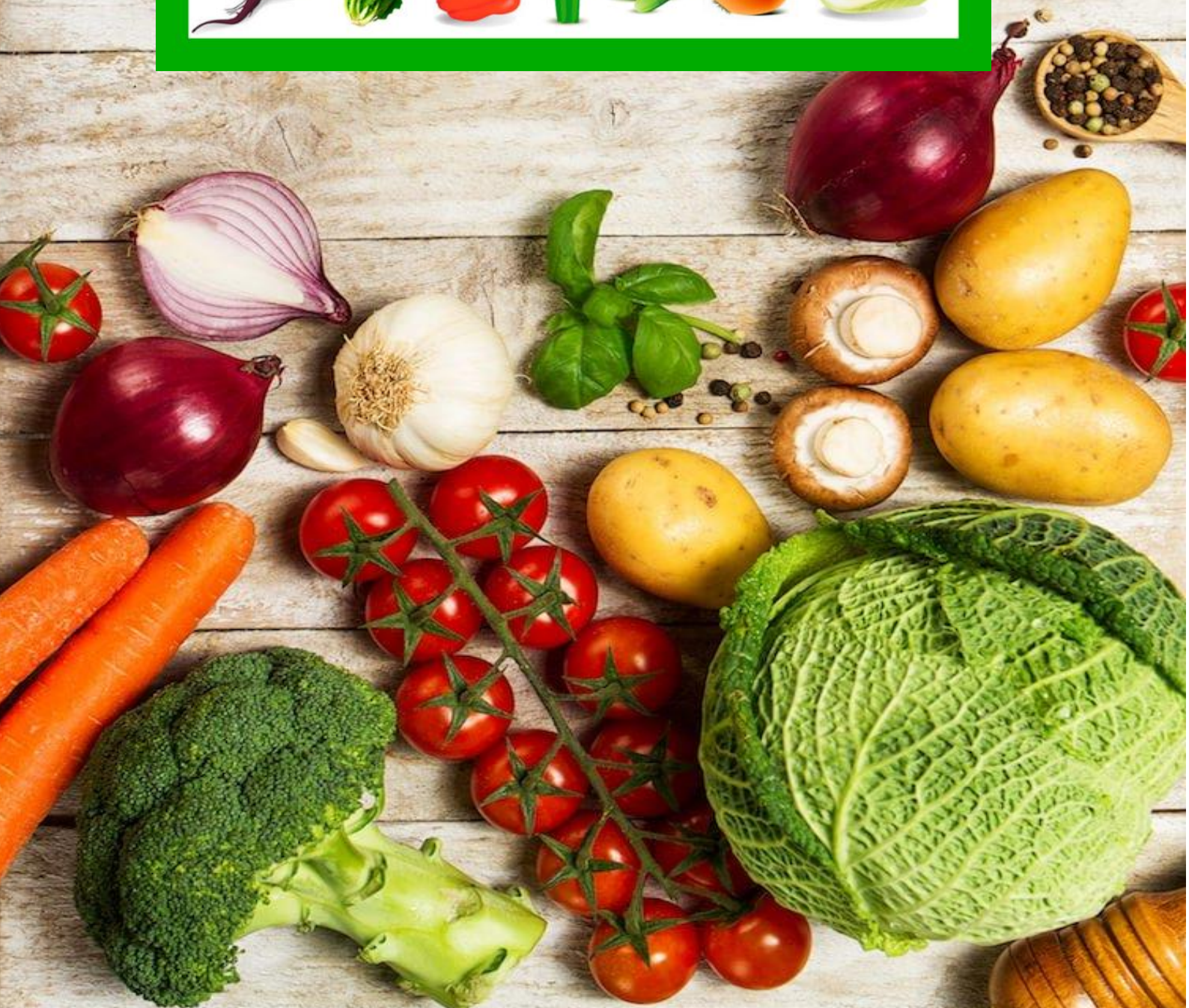
«Положи в большую корзину корешки, а в маленькую вершки».



Собери овощи



ПРИГОТОВЬ ОВОЩНОЙ СУП

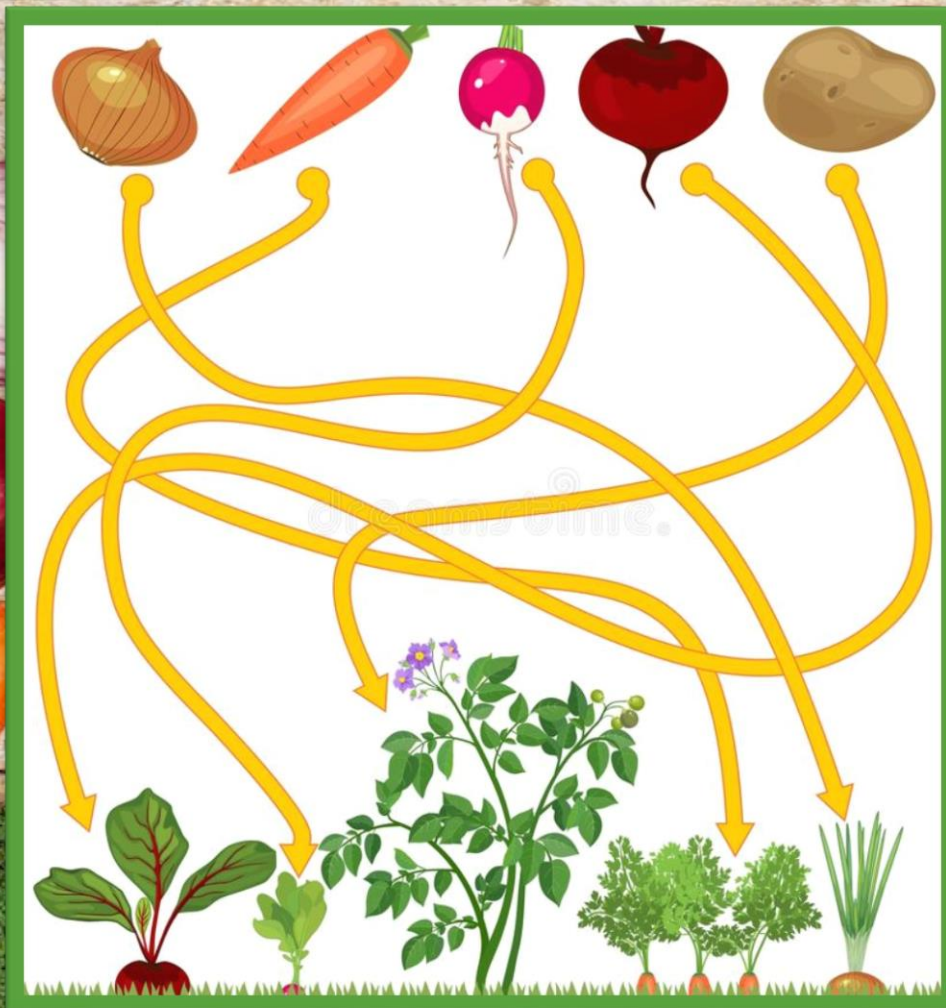




«Четвёртый лишний»



«Что где растет?»



Отгадай ребус

У +



+ АЙ



урожай

<http://linda1055.ucoz.ru/>

О



”



огурец

<http://linda1055.ucoz.ru/>

Бери и делай

Дорогие наши читатели: ребята и взрослые! Предлагаем вам рассмотреть интересные поделки и сделать самим. Присоединяйтесь к акции: «Из ненужного в полезное»









Литературная страничка



Мы видали в магазине
Много овощей в корзине,
Только все они не тут,
А на грядочке растут.

Грядка та на огороде.
Это что-то клумбы вроде,
Ведь по ней нельзя ходить
И растениям вредить!

Там, на клумбе, то есть грядке,
В строгом все растет порядке.
И порядок тот таков,
Что не терпит сорняков.





**Перья лука зеленеют
И от солнышка длинеют,
С нетерпением он ждет,
Что из лейки дождь
пойдет.**

**Разделяет эти чувства,
В листья кутаясь, капуста.
С ней согласен с давних пор
Краснощекий помидор.**

**Чем сильнее солнце греет,
Тем быстрее он созреет.
Но огурчик-крокодил
В том его опередил.**





**И без них, поверьте, братцы,
Трудно что где разобратся.
Вроде здесь морковь была,
Дернуд, а она - свекла.**

**Только бы была охота -
Различим мы их в два счета.
У морковки рыжий цвет,
У свеклы такого нет -**

**В сарафан она одета
Фиолетового цвета.
А картофель с малых лет
В плащ коричневый одет.**



ОВОЩИ

Жил один садовод,
Он развел огород,
Приготовил старательно грядки,
Он принес чемодан
Полный разных семян,
Но смешались они в беспорядке.
Наступила весна,
И взошли семена,
Садовод любовался на всходы,
Утром их поливал,
На ночь их укрывал
И берег от прохладной погоды,
Но когда садовод
Нас позвал в огород,
Ни в земле, ни в воде,
Мы таких овощей не встречали.
Показал садовод
Нам такой огород,
Где на грядках, засеянных густо,
Огорбузы росли,
Редисвекла, челук и репуста.
Назовите правильно, что выросло на грядках
(Огурцы, арбузы, помидоры, дыни, редиска,
свекла, чеснок, лук, репа, капуста).



Буду делать я салат,
Накрошу в большую миску
Огурцы, порей, шпинат,
Помидоры и редиску.

Мелко порублю укроп,
И заправлю все сметаной.
Витаминами я впрок
Запасаться не устану.



Физкультминутка «Овощи»

В огород пойдём. *(маршировать на месте)*
Урожай соберём. *(идти по кругу, взявшись за руки)*

Мы морковки натаскаем
И картошки накопаем.

Срежем мы кочан капусты *(имитировать, как срезают, таскают, копают)*

Круглый, сочный, очень вкусный *(показать руками)*

Щавеля нарвём немножко *(рвут)*

И вернёмся по дорожке *(идти по кругу, взявшись за руки)*

