

Березовское муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение
«Детский сад № 19 компенсирующего вида»

**КРАТКОСРОЧНЫЙ
ПОЗНАВАТЕЛЬНО-ТВОРЧЕСКИЙ ПРОЕКТ**

ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ

«Сад-огород. Фрукты-овощи»

Подготовили
воспитатели:
Самара О.В.
Антропова Л.А.

г. Березовский
2025 год

Тема: «Сад-огород. Фрукты-овощи».

Вид проекта: познавательно - творческий.

Продолжительность: краткосрочный. С 22.09. по 03.10.2015 года.

Участники: дети, воспитатели, родители.

Актуальность: Здоровье – это то, что мы едим. Еда должна быть правильной: вкусной, полезной, чтобы в ней были обязательно овощи и фрукты, чтобы такая еда помогала ребёнку расти крепким и здоровым, давала ему энергию для активной деятельности. Работая над проектом, необходимо было включить задачи о систематизации и расширении знаний об овощах и фруктах, о витаминах, необходимых для здоровья человека.

Цель: Расширение и систематизация представлений детей об овощах и фруктах.

Задачи:

-Формировать у детей представления о правильности питания, о культуре питания, о здоровом образе жизни.

-Систематизировать и закреплять знания об овощах и фруктах, о месте их произрастания, о труде взрослых в огороде, на полях, в садах.

-Уточнять: где растут овощи и фрукты, когда собирают урожай овощей, в чём польза овощей и фруктов, что из них готовят.

-Расширять представления детей о картошке, об истории её появления в нашей стране.

-Формировать умение рассказывать об овощах и фруктах с использованием схем (таблиц).

-Развивать логическое мышление, интерес к теме.

Предполагаемый результат:

-расширение знаний детей по теме, использование полученных знаний в образовательной и игровой деятельности.

-пополнение словарного запаса, связанные и логически оформленные рассказы детей по теме проекта.

Роль родителей в реализации проекта:

- повышение образовательного уровня родителей по теме (консультации, папка-передвижка)

- повышение заинтересованности родителей в продуктивной деятельности с детьми (поделки).

Этапы реализации:

1 этап - подготовительный

Подобрать методическую, художественную литературу

Подобрать наглядный материал, пособия, иллюстрации

Составить план мероприятий на неделю

Вовлечение родителей в образовательный процесс

2 этап – основной

Рассматривание альбомов «Овощи», «Фрукты»

Беседы: «Витамины и здоровый организм», «Зачем заготавливать овощи и фрукты на зиму», «Овощи и фрукты – полезные продукты», «Откуда пришла картошка».

Дидактические игры: «Вершки и корешки», «Веселый повар», «Что, где растет», «Вкусное варенье»; лото – «Овощи».

Отгадывание загадок об овощах и фруктах

Составление описательных загадок

Чтение: Н. Носов «Огурцы», р. н. ск. «Вершки и корешки», «Чиполино» Дж. Родари, «Синьор – помидор».

Драматизация сказки «Репка» (для малышей)

Рисование: «Натюрморт «Овощи», «Любимые фрукты»

Лепка: «Овощи и фрукты для игры в магазин».

НОД: «Овощи и фрукты»

Аппликация «Корзина с фруктами»

Подвижная игра: «Мышеловка»

Сюжетно-ролевые игры: «Овощной магазин», «Семья», «Магазин «Овощи – фрукты», «Овощная база»,

Игровое упражнение «Что за чем?» (от семян к урожаю)

Игровое творчество: «Идём к бабушке на пироги».

Пальчиковая гимнастика: «Фрукты»

Физ. минутка: «Компот».

3 этап – заключительный

Подготовка выставки детских работ (по рисованию, лепке, аппликации).

Подготовить выставку работ детей и родителей.

Обобщение результатов работы.

Беседа с детьми «О пользе витаминов: для чего они нужны человеку?»

Цель: формирование осознанного желания заботиться о своем здоровье через понимание того, что витамины – это вещества, необходимые для роста, защиты от болезней и хорошего самочувствия человека

Задачи:

-Дать детям знания о пользе витаминов для нашего организма.

-Познакомить с понятием «витамины группы А, В, С, D, Е» и продукты, в которых они содержатся.

-Закрепить знания детей о необходимости наличия витаминов в организме человека, о пользе продуктов, в которых содержатся витамины.

Материал: картинки продуктов питания для игры «Где ты, витаминка?», корзинки с фруктами и овощами.

Ход занятия:

Воспитатель: – Ребята, сегодня мы поговорим о пользе витаминов, и о самых полезных продуктах. А вы знаете, что относится к самым полезным продуктам? (овощи, ягоды, фрукты) А почему так полезны овощи, фрукты? (в них много витаминов) Правильно! А как вы думаете, в какое время года мы больше всего получаем витаминов? (Летом, осенью) Совершенно верно! Осеню поспевает большой урожай овощей и фруктов.

Все овощи и фрукты содержат очень много полезных веществ. Когда мы их едим, то наш организм получает большой запас витаминов, чтобы мы были здоровы и не болели.

Если мы не будем получать витамины, то даже самый здоровый человек станет слабеть, у него начнут портиться зубы, станут выпадать волосы и ухудшится зрение. Он всегда будет чувствовать себя усталым, начнет чаще болеть. Человеку нужны все витамины без исключения. Но у каждого витамина есть свое прямое назначение.

Все витамины делятся на группы А, В, С, D, Е. Хотите узнать, какие полезные продукты к ним относятся?

И так, первый витамин А – был назван витамином роста, но его роль в организме ограничивается не только этим. Отсутствие витамина А вызывает заболевание глаз. Эта болезнь проявляется в том, что человек, который хорошо видит днем, в сумерки видит плохо, а в темноте почти полностью теряет зрение. Также наша кожа из-за нехватки витамина А теряет свою эластичность, становится шершавой. В каких же продуктах больше всего этого витамина?

Прежде всего витамин А содержится в сливочном масле, яичном желтке, молоке, рыбе. Также в овощах и фруктах: морковь, лук тыква, шпинат, листьях салата, помидорах и абрикосе.

Второй витамин В – при недостатке этого витамина нарушается трудовая способность человека, так же нарушается работа пищеварения. Мы быстро устаем, не можем сосредоточить внимание на важном деле. Какие продукты питания нам помогут? Это ржаной и пшеничный хлеб, овсяная, гречневая и ячневая каши. Много витамина В и в мясе.

Физминутка

"Обжора"

Один пузатый здоровяк (Округлое движение обеими руками вокруг живота)

Съел десяток булок натощак (Выставить перед собой все пальцы)

Запил он булки молоком, (Изобразить пальцами воображаемый стакан, а затем выпить из него)

Съел курицу одним куском. (Широко раздвинуть пальцы одной руки, ладонью вверх, поднести воображаемый кусок ко рту)

Затем барашка он поджарил (Показать указательными пальцами рожки)

И в брюхо бедного направил (Погладить живот)

Раздулся здоровяк как шар, (Изобразить в воздухе большой круг)

Обжору тут хватил удар. (Ударить слегка ладонью по лбу)

Третий это витамин С – он способствует потреблению кислорода клетками нашего тела. Если в пище недостаточно витамина С, то снижается сопротивляемость организма инфекционным заболеваниям, появляется сонливость, при чистке зубов появляется боль и кровоточат десна. Витамин С содержится в свежих овощах, ягодах и фруктах. Его особенно много в зеленом луке, черной смородине, в ягодах шиповника. В свежей и кислой капусте, томатах, редьке и репе, картофеле. Много витамина С в лимонах и апельсинах.

Четвертый витамин D – если этого витамина будет недостаточно, то организм человека станет плохо усваивать кальций и фосфор, кости станут слабыми, будут размягчаться и искривляться. Витамин D встречается в таких продуктах как: рыба, печень, сливочное масло, яичный желток, молоко. Так же витамин D содержится в лучах солнца, значит, нам нужно больше бывать на воздухе и получать витамин через ультрафиолетовые лучи.

И наконец пятый витамин Е – против старения. Из-за нехватки этого витамина происходит нарушение координации движений, быстрая усталость, вялость, ухудшается зрение, человек выглядит бледным и болезненным. В каких же продуктах содержится витамин Е? Растительное масло, орехи, молоко и молочные продукты, листья салата и зелень петрушки, бобы, помидоры шиповник, белокочанная капуста.

Витамины – это такие вещества, которые нужны нашему организму для усвоения пищи, они повышают работоспособность, сопротивляемость к инфекционным заболеваниям, способствуют росту нашего тела.

А теперь, давайте поиграем в игру «Где ты, витаминка?» и узнаем, как вы запомнили, какие продукты относятся к каким витаминам. (Игра проводится на ковре. Педагог показывает или называет витамин, дети выбирают, какие продукты образуют данный витамин).

Игра «Где ты, витаминка?»

Воспитатель: - Ребята, что нового мы сегодня узнали? С какими витаминами познакомились, назовите их (A, B, C, D, E). Для чего нужны витамины? Через что мы их получаем?

Молодцы! Вы отлично все запомнили!

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Конспект НОД

«Овощи и фрукты - очень полезные продукты!

Цель: формирование понимания того, что питаться нужно правильно, чтобы быть здоровыми.

Программные задачи:

- Познакомить со значением витаминов и минеральных веществ в жизни человека.
- Углублять знания детей об овощах и фруктах.
- Развивать логическое мышление, упражнять в классификации предметов.
- Развивать связную речь детей, их словарный объём.
- Развивать умение отвечать на вопросы воспитателя полным предложением, аргументировать свое мнение.
- Активизировать познавательную деятельность воспитанников, их интеллект, память, внимание, слух.
- Формировать познавательный интерес к полезному питанию, желание быть здоровым.
- Воспитывать стремление к здоровому образу жизни.
- Воспитывать позитивного отношения к ответам друг друга.

Оборудование: карточки с изображением фруктов, «волшебная палочка», «чудесный мешочек» с сырыми овощами.

Ход занятия:

Воспитатель: - Ребята, к нам сегодня в детский сад пришло письмо на электронную почту. Это письмо написал Малыш, друг Карлсона. Он пишет нам о том, что в последнее время Карлсон стал грустным, вялым, у него пропал аппетит, он обессилел, ему не хочется вставать со своего любимого диванчика. Малыш не знает, как ему поступить, как помочь своему другу и просит у вас совета и помощи.

-Как вы думаете, ребята, отчего такая беда приключилась с Карлсоном?

Дети: - неправильно питается, не ест полезную пищу, не употребляет витамины с едой...

Воспитатель: - А где, как вы думаете, находится очень много витаминов?

Дети: - В овощах и фруктах.

Воспитатель: - Вы уже много знаете о фруктах и овощах, и сегодня на занятии мы поговорим и о том, что вам уже известно, а что-то вы узнаете новое. Знания о полезном питании пригодятся и нам и Карлсону, помогут сохранить и укрепить здоровье, хорошее настроение.

- На занятии внимательно слушайте задания и ответы других детей, нельзя выкрикивать и перебивать.

Игра «Вершки и корешки»

Воспитатель: - Недавно мы с вами читали сказку «Вершки и корешки». Давайте вспомним, у каких овощей мы едим вершки?

Дети: - помидоры, огурцы.

Воспитатель: - А корешки?

Дети: - репа, редис, картофель, морковь...

Воспитатель: - У каких растений едим луковицу?

Дети: - лук, чеснок...

Воспитатель: - А семена?

Дети: - горох, бобы, кукуруза

Воспитатель: - Плоды?

Дети: - огурцы, тыква, помидоры, картофель, кабачки, перец

Игра «Чудесный мешочек»

Описательный рассказ про овощи по плану:

- Какой формы?

- Какого цвета?

- Какой на ощупь?

- Какой на вкус?

- Что из него можно приготовить?

Игра «Корзина с овощами»

Раз, два, три, четыре, пять, начинаем мы считать.

Принесли из магазина мы огромную корзину-

Много разных овощей, посчитать ты их сумей!

(помидор, огурец, морковь, свекла)

(Считаем: 1 огурец, 2 огурца, 3 огурца и т.п.)

Воспитатель: - Ребята, скажите мне, пожалуйста, в каком виде мы едим овощи?

Дети: - в сыром и варёном

Воспитатель: - А какие вы знаете овощные блюда?

Дети: - рагу, борщ, щи, пюре картофельное и гороховое...

Воспитатель: - А давайте перечислим овощи, которые мы кладём в щи.

Дети: - капуста, морковь, картофель, лук, петрушка, укроп...

Воспитатель: - А чем отличается борщ от щей?

Дети: - в борщ кладут свёклу...

Воспитатель: - А как вы думаете, растут ли овощи зимой?

Дети: - нет

Воспитатель: - Откуда же мы их берем зимой, как они появляются на нашем столе?

-Тот урожай, который собрали осенью, хранят в специальном сухом и прохладном помещении, которое называется...(кто знает?) – овощехранилище (закрепляем в речи)

Воспитатель: - Некоторые овощи солят, маринуют, квасят, сушат, т.е. заготавливают на зиму. Как думаете, для чего люди делают заготовки?

Дети: - чтобы сохранить

Воспитатель: - Вот так сохраняют такие полезные для здоровья овощные продукты и витамины, которые в них содержатся.

Физминутка «Капуста»

- Мы капусту рубим, рубим! (рубящие движения топором, двигая прямыми ладошками вверх и вниз)

- Мы капусту режем, режем! (ребром ладошки водим вперед и назад)

- Мы капусту солим, солим! (собираем пальчики в щепотку и делаем вид, что солим капусту)

- Мы капусту жмем, жмем! (сжимаем и разжимаем кулаки)

- Мы морковку трем, трем! (правую ручку сжимаем в кулак и двигаем её вверх-вниз вдоль прямой ладошки левой руки, изображая терку)

Воспитатель: - А кто знает, какие овощи можно вырастить на подоконнике?

Дети: - лук, чеснок, помидоры, укроп.

Воспитатель: - А почему говорят: Лук от семи недуг?

Дети: потому, что в луке много витаминов и целебных свойств.

Воспитатель: - Угадайте загадки:

- Этот терпкий острый зубчик

Бабушка добавит в супчик.

Разложи его повсюду,

Чтобы справиться с простудой. (Чеснок)

- Он и вкусный, и душистый,

Сам зелёный, шелковистый.

Овощи собрали? Оп!

Не забудьте про ... (укроп)

Зелена, свежа, кудрява

Ароматная приправа.

Укропу я подружка –

Душистая... (петрушка)

Воспитатель: - Ребята, вспомните и назовите все блюда, которые делают из фруктов. Назовите свои любимые блюда, которые готовят дома или в детском саду, которые вы покупаете в магазине.

Дети: - сок, компот, кисель, морс, джем, желе, варенье, повидло, мармелад, цукаты, изюм, курага и другие сухофрукты...

Воспитатель: - В каждом блюде из фруктов целая кладовая витаминов! Они очень полезны и детям, и взрослым.

Игра «Веселые поварята»

Воспитатель: - Давайте приготовим мармелад из разных фруктов. Если мы сделаем его из яблок, как он будет называться?

Дети: - яблочный

Воспитатель: - А мармелад из слив какой?

Дети: - сливовый

Воспитатель: – а из груш?

Дети: - грушевый

Воспитатель: - А из персиков какой?

Дети: - персиковый

Воспитатель: - Из абрикосов?

Дети: - Абрикосовый

Воспитатель: - Из апельсинов какой мармелад?

Дети: - апельсиновый

Воспитатель: - Из мандаринов?

Дети: - мандариновый!

Физминутка «Мы делили апельсин»

Мы делили апельсин, много нас, а он один

Эта долька для ежат, эта долька для ужат,

Эта долька для утят, эта долька для котят,

Это долька для бобра, а для волка – кожура...

Он сердит на нас – беда, разбегайтесь кто куда!

Игра «В кафе»

Воспитатель: - Ребята, представьте, что вы работаете в кафе и сегодня приготовили разный мармелад (воспитатель раздаёт каждому карточку с изображением одного фрукта). Я - ваш посетитель и вы мне предлагаете попробовать мармелад, называете какой он. Фразу можно начать со слов:

«Угощайтесь, пожалуйста, это...»

«Хотите попробовать...»

«Думаю, что вам понравиться...»

(дети поочередно выполняют задание, воспитатель привлекает детей к работе над речевыми ошибками, вежливой форме благодарит)

Игра «Назови ласково»

(по тем же карточкам)

Давайте поблагодарим замечательные фрукты и назовём их ласково.

Яблоко – яблочко...

Слива - сливка, сливочка...

Абрикос – абрикосик...

Груша - грушка, грушечка...

Апельсин – апельсинчик...

Мандарин- мандаринчик...

Игра «Волшебники»

Воспитатель: - Послушайте сказку. Добрый волшебник вырастил в своём саду много фруктов, а злой волшебник заколдовал сад, и в нем выросло только одно яблоко. Тогда добрый волшебник взмахнул своей волшебной палочкой и получилось много... чего? (яблок!)

-Была одна слива (взмах палочки) и получилось (много слив!)

-Вместо одного апельсина выросло.... (взмах палочки) (много апельсинов!)

-Был один ананас, а стало...(взмах палочки) (много ананасов!)

-Была одна груша, а стало...(взмах палочки) (много груш!)

-Висел на ветке один банан, а стало...(взмах палочки) (много бананов!)

Пальчиковая гимнастика «Фрукты»

(Поочередно разгибаем пальчики)

Этот пальчик – апельсин, он, конечно, не один.

Этот пальчик – слива, вкусная, красивая.

Этот пальчик – абрикос, высоко на ветке рос.

Этот пальчик-груша, просит: «Ну-ка, скушай!».

Этот пальчик – ананас, фрукт для вас и для нас.

Воспитатель: - Как вы думаете, почему люди стараются сохранить фрукты свежими?

Дети: - в них много витаминов и полезных веществ

Воспитатель: - А как заготавливают фрукты на зиму?

Дети: - закатывают в банки, варят компоты, маринуют, сушат

Воспитатель: - А кто знает, как называют сушёные фрукты?

Дети: - сухофрукты

Воспитатель хвалит детей и предлагает угощение из сухофруктов

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Конспект НОД

Беседа: «Как картофель появился в России»

Цель: знакомство детей с историей путешествия картошки из Голландии в Россию.

Задачи: закрепить знания о свойствах картофеля, о том, как и где его используют.

Ход занятия:

Дети, давайте вспомним сказку «Мужик и медведь».

Вопросы к детям:

-зачем поехал мужик в лес?

-что обещал дать медведю мужик: вершки или корешки?

-почему медведь рассердился на мужика?

-что случилось на следующий год, что получил медведь в этот раз?

-почему он опять был недоволен?

-где растет репа: в земле или на земле?

-какие еще овощи растут в земле и что у них едят?

-как они называются? (корнеплоды, как вы думаете: какой овощ самый полезный, или они все полезны?)

Конечно, все овощи полезны, так как они содержат витамины.

А теперь послушайте загадку:

Кругла, рассыпчата, бела, с полей она на стол пришла.

Ты подсоли её немножко, ведь, правда, вкусная...

Дети, а интересно ли вам узнать историю про картошку? (Рассматривание иллюстрации).

Раньше картошку в России не выращивали, она росла далеко, далеко в Южной Америке. И вот однажды моряки привезли из Европы картофель. Но на вкус он им не понравился, и его не сразу стали употреблять в пищу. Их привлекли цветки этого растения; знатные дамы украшали ими платья и шляпы). (показываю картинку)

А завез картофель в Россию Царь - Пётр I. Но люди не хотели выращивать картошку, так как считали, что она ядовитая, ведь ели они зеленые ягоды после цветения. (рассматривание иллюстраций).

Они называли ее «Чертовым яблоком». И однажды крестьяне рассердились, выкопали картофельное растение с корнями и бросили в костёр, чтобы оно сгорело. А когда огонь погас, люди увидели в золе аппетитные, румяные клубни. Это была печёная картошка. С тех пор в России все едят картошку и называют её вторым хлебом). И даже придумали пословицы и поговорки о картофеле.

Картошка, да каша – еда наша.

Картошку копать, не руками махать.

Без труда картошка не родится никогда.

Как вы думаете, как сейчас у нас используется картофель, для чего он нужен? Мы с вами сказали, что картофель не только обладает полезными свойствами, но ещё используется и в медицине, может быть лекарством.

-При болезнях желудка используется картофельный сок.

-Согревающие компрессы готовят из вареного картофеля.

-Больное горло можно вылечить, если подышать над паром от сваренного картофеля.

- При ожоге поможет сырой картофель.

Психогимнастика «Собери урожай»

Чтобы собрать урожай, нужно сначала посадить картофель, делаем наклон вперёд. Лето наступило, солнышко сияет, и картофель быстро вырастает. Поднимите руки, тянитесь вверх – показываете, как растёт картофельный куст. Ветер сильный дует- качайте вытянутыми в стороны руками. И грохочет гром- потопаем ногами. А картофелю это нипочём. Снова в синем небе солнышко сияет, и картофель снова быстро вырастает - тянемся- потянемся вверх. Картофель вырос пора собирать урожай – делаем наклоны, убирая картофель. Молодцы! Ребята, вот мы и собрали урожай.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Пословицы об овощах и поговорки об овощах

Об овощах существует большое количество народных пословиц и поговорок. Несмотря на это, большинству известно не больше двух десятков. Что же такое пословицы и поговорки, чем они отличаются друг от друга?

Пословица – это краткое образное выражение с назидательным смыслом. Пословица имеет одновременно буквальный и переносный (образный) план или только переносный.

Поговорка - образное выражение, существующее в речи для эмоционально-экспрессивных оценок (например: "Надоел хуже горькой редьки" - выражение досады). Поговорка часто имеет юмористический характер. В отличие от пословицы, поговорка не содержит обобщающий поучительный смысл.

Пословица - это зашифрованная и проверенная годами мудрость. А умение применить нужную пословицу или яркую поговорку к слову характеризует истинного знатока традиций русского языка. На этой страничке собраны в основной массе русские пословицы и поговорки об овощах, но есть и несколько украинских.

Пословицы и поговорки обо всех овощах

Всякому овошцу свое время.

Овощи хороши во щи.

Не вырастишь овощей - не сваришь и щей.

Всякий день с овощами, да не всякий день со щами.

Пословицы и поговорки о капусте

Капуста не пуста, сама летит во уста.

Без капусты щи не густы.

В одном кармане пусто, в другом капуста.

Здорово заговелись, на хрен, на редьку, на кислу капусту.

Капуста лучше пуста: хоть в брюхе не порожне.

Без поливки и капуста сохнет.

Капуста из куста, густа, да невкусна.

Языком капусту не шинкуют.

Не казни бог ничем, как капуста ни с чем.

Ты уж, свекла, помолчи, из капусты варят щи.

В чужом огороде капусту садить (о чужих делах заботиться).

Без хлеба мужик сыт не будет, без капусты щи не живут.

В хваленой капусте много гнилых кочанов.

Хрен да редька, лук да капуста - лихого не попустят.

Козел на капустнике - плохой караульщик.

Помяни репу, чтоб дали капусты!

Капуста любит воду да хорошую погоду.

От капусты бежал, да на брюкву попал.
Ешь капусту, да не мели попусту!
Была и капуста, а стало пусто.
Ел-ел капусту, а в брюхе все пусто.
Хрен да капуста чем не еда?
Пошла свинья в огородники: на морковь, на репу, на белу капусту.
Козы сыты, и капуста цела.
Пошел бы к соседу по капусту, да на двор не пустят.
Голова на плечах - не кочан капусты. (пословица народа коми)
Голова, что чан, а ума ни на капустный кочан.
Для чего огород городить, коли капусты не садить?
Голова садовая. (означает капустный кочан, т.е. несообразительный, нерасторопный, неловкий человек, разиня)
Не суйся к капусте, еще как припustят.

Пословицы и поговорки о луке

Голо, голо, а луковка во щи есть.
Лук с чесноком - родные братья.
Кто ест лук, того бог избавит от вечных мук.
Честна чесноковина да луковица.
В нашем kraю - словно в раю: луку да рябины не приешь.
Облупил, как луковку.
Горе луковое (т.е. незадачливый, неуклюжий человек; недотепа).
Лук с морковкой хоть и с одной грядки, да неодинаково сладки.
Рожа - клюковка, глаза - луковки.
Хрен да редька, лук да капуста - лихого не попустят.
Мать его - лук, отец - чеснок, а сам вырос розовым вареньем. (турецкая пословица)
Будто с лука спрянул.
Лук от семи недуг.
Лук да баня все поправят.
Лук семь недугов лечит, а чеснок семь недугов изводит.
Лук добр и к бою и во щах.

Пословицы и поговорки о чесноке

Лук с чесноком - родные братья.

Не ела душа чесноку, так и не воняет.

Чеснок да редька, так и на животе крепко.

Хоть в Мекку повези, острота чеснока не пройдет. (чеченская пословица)

Кто чесноку поел, сам скажется. (крымскотатарская пословица)

Лук семь недугов лечит, а чеснок семь недугов изводит.

Сердце с перцем, душа с чесноком (т.е. злой человек).

Мать его - лук, отец - чеснок, а сам вырос розовым вареньем. (турецкая пословица)

Хлебал молоко, а отрыгается чесноком.

Честна чесноковина да луковица.

Пословицы и поговорки о свекле

Красен, как свекла, как кровь, как клюква, как маков цвет.

Красна свекла, хоть и в черной земле растет.

Без свеклы борща не ищи.

Свекла - красная девица, да с зеленою косицей, на столе она царица, для здоровья пригодится.

Где нет фруктовых деревьев, свекла сойдёт за апельсин.

Полезна свеколка для нас, ее мы держим про запас.

Не убил рябчика, ешь свеклу.

Свекла - не морошка, хоть и в лукошке, да растёт в земле.

Барыня-свекла под дождем намокла, хороша – не блекла.

Где свекла да борщи, там и нас ищи.

Нет семги, так ешь и свеклу.

Ты уж, свекла, помолчи, из капусты варят щи.

Без борща обед – не обед, а без свёклы борща нет.

Барыня-свёкла собою не блекла, лежит на гряде, поглядывает везде.

Пословицы и поговорки о моркови

Огуречик в кадке, а морковь – на грядке.

Пошла свинья в огородники: на морковь, на репу, на белу капусту.

В подполе, подполье лежит пирог с морковью: хочется есть, да не хочется лезть.

Редешна задача, да морковный вкус.

Будешь на полатях лежать, моркови не видать.

Морковь прибавляет кровь.

Лук с морковкой хоть и с одной грядки, да неодинаково сладки.

Любовь - что морковь: полежит и завянет.

Сладка морковь, да в соседнем огороде. (украинская)

Съешь и морковку, коли яблочка нет.

Рожа - хоть репу сей, хоть морковь сажай.

Сей морковку в срок, будет и прок.

Держи хвост морковкой!

Пословицы и поговорки о редьке

Чеснок да редька, так и на животе крепко.

Гость на хрен, на редьку, дорогой гость.

Надоел, хуже горькой редьки.

Хрен да редька, лук да капуста - лихого не попустят.

В пост редьки хвост.

Редешна задача, да морковный вкус.

Здорово заговелись, на хрен, на редьку, на кислу капусту.

Пришла редька, да хрен, да книга Ефрем (великий пост).

Хрен редьки не слаще, уголь сажи не белей.

Семь перемен, а все одна редька: редька триха, редька ломтиха, редька с квасом, редька с маслом, редька в кусочках, редька в брускочках да редька целиком.

У нашего дяди все редька: триха редька, ломтиха редька, редька с маслом да редечка с квасом

С другом знатся – не редьку есть.

Не вся кому сказывай, что по деньге редька!

Редька хвалилась: «Я с медом хороша!»

Ефрем любит хрен, а Федька - редьку.

Пословицы и поговорки о хрене

Хрен да редька, лук да капуста - лихого не попустят.

Пришла редька, да хрен, да книга Ефрем (великий пост).

Гость на хрен, на редьку, дорогой гость.

Я тебя заставлю рылом хрен копать.

Семь лет червяк в хрене зимовал, а вкуса не познал (украинская).

Хрен редьки не слаще, уголь сажи не белей.

Ельник, березник чем не дрова? Хрен да капуста чем не еда?

Ешь хрен едуч и будешь живуч.

Не рад хрен терке, а по ней боками пляшет.

Здорово заговелись, на хрен, на редьку, на кислу капусту.

Привет за привет и любовь за любовь, а завистливому - хрену да перцу, и то не с нашего стола.

Та же щука, да под хреном.

Хрен дешев, да что толку в нем? (украинская.)

Хрен редьки не слаще, чёрт дьявола не легче.

Хрен да репка, да и то редко.

Что хрен, что горчица - невелика разница (украинская).

Ефрем любит хрен, а Федька - редьку.

На чужбине и сладкое в горчицу, а на родине и хрен за леденец.

Привет за привет и любовь за любовь, а завистливому - хрену да перцу, и то не с нашего стола.

Пословицы и поговорки о картошке

Картошка - хлебу присошка.

Картошку копать, не руками махать.

Где картошку не уважают, там доходы снижают.

Любовь не картошка – не выкинешь в окошко.

Любовь не картошка: в горшке не сваришь.

Картофель хлеб бережет.

Голодному и картошка лакомство.

Картошка - мать наша, а хлеб – кормилец.

Картофель - хлебу подспорье (подпора).

Клади картошку в окрошку, а любовь в дело.

Картошка да каша - еда наша.

У того картошка не родится, кто пахать ленился.

Пословицы и поговорки о репе

Репа продана, и воз накрыт.

Рожа - хоть репу сей, хоть морковь сажай.

Помяни репу, чтоб дали капусты!
Поел бы репки, да зубы редки.
Репой да брюквой не хвалятся.
Нам и репка за яблочко кажет.
Репу есть - невелика честь.
Горох да репа в поле - вдова да девка в людях.
Горох да репа животу не крепа.
Горох да репа - завидное дело: кто не идет, урвет.
Дешевле пареной репы (т.е. очень дешево).
Без заботы и репу не вырастишь.
Хороша (девка), как мытая репка!.

Репу да горох сеют для воров
Репа брюху не крепа.

Пошла свинья в огородники: на морковь, на репу, на белу капусту.

Репу да горох не сей подле дорог.

Голодному Федоту и репа в охоту

Проще пареной репы

Репа - мясо, режь да ешь.

Ешь хоть репу вместо ржи, а чужого не держи

Пословицы и поговорки о брюкве

Сколько брюкву не расти, а съесть придётся!

Репой да брюквой люди не хвалятся.

Парь брюкву молоду, а мозги - девкам-лебёдкам!

От капусты бежал, да на брюкву попал.

Съел одну брюкву из кучи - кобыле легче!

Пословицы и поговорки о горохе

Не чванься, горох, перед бобами, будешь сам под ногами.

Горох да репа в поле - вдова да девка в людях.

Горох да репа животу не крепа.

Семьею и горох молотят.

Завидны девка в доме, да горох в поле: кто ни пройдет, ущипнет.

Смелому горох хлебать, а несмелому и щей не видать.

Сват, не сват, а в горох не лезь.

Горох да репа - завидное дело: кто ни идет, урвет.

Шилом горох хлебает, да и то отряхивает.

Как в стену горох, не льнет.

Не смейся, горох, не лучше бобов: размокнешь, и сам лопнешь.

Как горохом об стену.

Этот горох не лучше грибов (бобов).

Кабы на горох не мороз, он бы через тын перерос.

Летом под межой не лежи и гороху не щипли. (не отлынивай, дела не ждут)

Пословицы и поговорки о бобах

Не чванься, горох, перед бобами, будешь сам под ногами.

Бобы не грибы, не посеешь - не взойдут.

Чужую беду на бобах разведу, а к своей и ума не приложу.

Не смейся, горох, не лучше бобов: размокнешь, и сам лопнешь.

Этот горох не лучше грибов (бобов).

Если бы, да кабы, да во рту росли бобы – был бы не рот, а огород.

Когда жареные бобы зацветут.

Пословицы и поговорки о бахчевых культурах

У кого какой вкус: кто любит дыню, а кто арбуз.

Тыква на арбуз похожа, да вкусом с ним не схожа.

Даровой огурец лучше купленной дыни

Пословицы и поговорки об огурцах

Дай волю осоту - и огурцов на белом свете не станет.

Чем не молодец, коли нос с огурец!

В море огурцы сажать (т.е.обманывать, преувеличивать)

Где огурцы, тут и пьяницы.

Даровой огурец лучше купленной дыни

Молодец, что огурец, а огурец, что молодец.

Огуречик в кадке, а морковь – на грядке.

Гриб да огурец в животе не жилец.

В погребе огурец не портится, а на солнце живо гниет

Щука с огурцами - кушать с молодцами.

Пословицы и поговорки о перце

Сердце с перцем, душа с чесноком (т.е. злой человек).

Привет за привет и любовь за любовь, а завистливому - хрену да перцу, и то не с нашего стола.

И без перца дойдёт до сердца

Мал перец, да сильно щиплет. (вьетнамская пословица)

Молодой перец сильнее жжет. (осетинская пословица)

Хрен с перцем сошелся.

Пословицы и поговорки о крапиве

Не садись под чужой забор, а хоть в крапивку, да под свой.

С ним водиться, что в крапиву садиться.

Злое семя крапивы: не сварить из него пива!

Кабы на крапиву не мороз, с нею б и ладов не было!

Хороша слобода, да крапивой поросла.

Пословицы и поговорки о других овощах

Не шевель чужой щавель, а свой набери, да как хошь шевели!

Плохие года, коли во ржи лебеда/

Беда на селе, коль лебеда на столе