

Проект

Витамины и полезные продукты



Разработчик: Ганина Надежда
Воспитатель группы «Слонята»

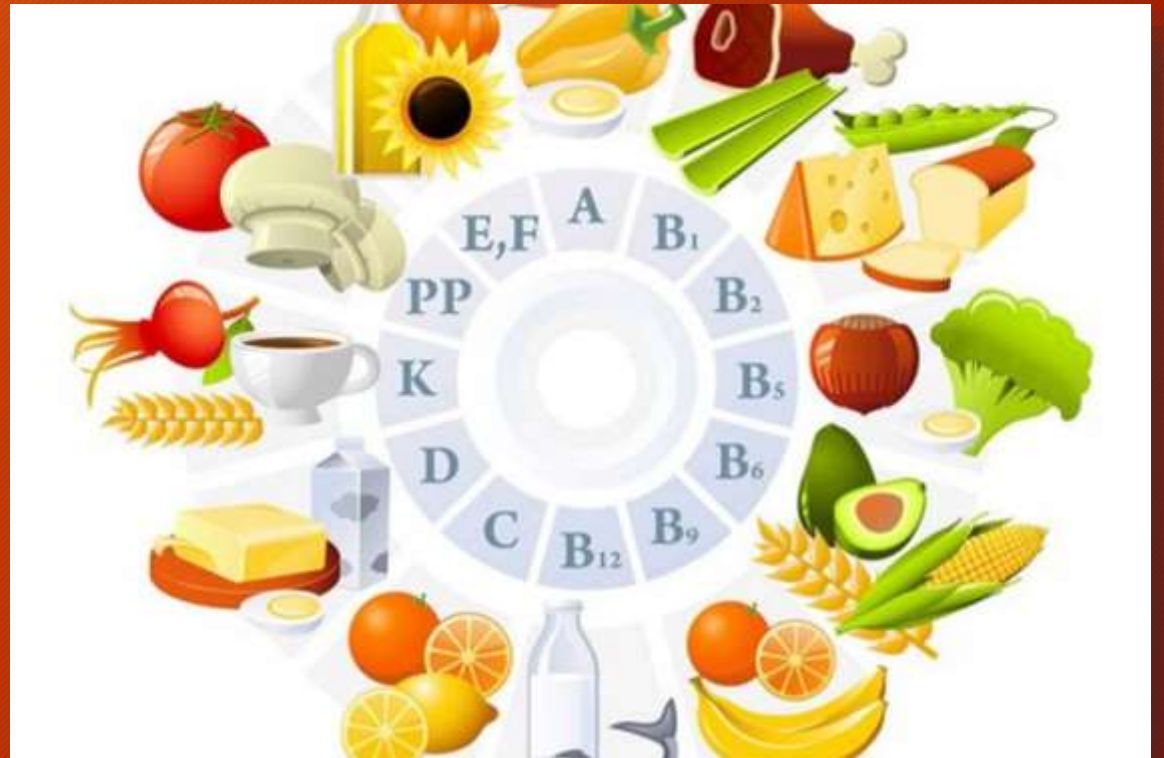
Актуальность

С самого раннего детства у ребенка формируются вкусовые пристрастия и привычки. Именно в дошкольном возрасте важно сформировать у детей правильное представление о здоровом питании, способствовать пониманию того, что здоровое питание должно являться неотъемлемой частью повседневной жизни. Мы постоянно ищем все новые и новые способы позаботиться о своем здоровье, и в этом поиске забываем о самых простых и естественных вещах: необходимость обратить пристальное внимание детей и родителей на свое питание. Пересмотреть некоторые взгляды в этом направлении явилась основной причиной создания проекта.



Цель

Формирование у детей старшего дошкольного возраста представлений о полезных продуктах, витаминах и правильном питании.



Задачи



- создание условий для формирования знаний детей о полезных продуктах, витаминах и правильном питании;
- повышение педагогической компетенции по вопросам проекта;
- вовлечение родителей в реализацию проекта.



- рассказать детям о пользе витаминов и их значении для здоровья человека;
- объяснить детям, как витамины влияют на организм человека;
- воспитывать желание заботиться о своем здоровье.



- активизировать знания родителей о здоровом питании;
- стимулировать желание родителей к сотрудничеству.

Планируемые результаты



- повысится педагогическая компетенция по вопросам о правильном питании;
- будут созданы условия для формирования знаний детей о полезных продуктах, витаминах и правильном питании: беседы, занятия, дид. игры



- дети осознают необходимость употребления в пищу овощей, фруктов для укрепления своего здоровья, что здоровье зависит от правильного питания - еда должна быть не только вкусной, но и полезной.



- родители грамотно и творчески подойдут к вопросам правильного питания и воспитания здорового образа жизни у своих детей;
- у родителей сформируется интерес к здоровому питанию в семье.

Этапы реализации проекта



Организационны й

Уточнение представлений детей о полезных продуктах, витаминах, их значении для жизни человека. (Беседы с детьми, наблюдения в совместной деятельности)

Подбор методической и художественной литературы, иллюстраций.

Разработка проекта

Знакомство родителей с проектом и привлечение их к участию в его реализации

Практический этап

- ОД « Польза витаминов для организма».
- Художественное творчество - рисование « Консервируем овощи и фрукты»; лепка « Что созрело в огороде?»; аппликация « Овощи в тарелке».
- Беседа « Здоровая пища».
- Интервью « Витамины и полезная пища»
- Дидактические игры: домино « Фрукты», « Витаминные домики», « Вершки корешки», Зеленый луг»
- Индивидуальные беседы с родителями « Конкурс поделок из овощей и фруктов»,
- Изготовление поделок из овощей и фруктов.
- Чтение стихотворений , загадывание загадок.
- Поиск информации о пользе овощей, фруктов и ягод.
- Совместная деятельность родителей и детей.
- Конкурс творческих работ детей и родителей по теме: «Овощные и фруктовые фантазии».
- Музыкальная инсценировка «Гости ходят в огород».
- Оформление фотоальбома «Красиво, вкусно, полезно» (фото любимого блюда).

Практический этап



Практический этап



Практический этап



Заключительный этап

- Итоговое мероприятие « Все о витаминах».
- Презентация проекта « Витамины и здоровье».
- Публикация проекта на сайте ДООУ

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

- В ходе реализации проекта « Витаминны и здоровье» , дети узнали много нового о витаминах, об их пользе для здоровья человека, и правильном питании. У них изменилось отношение к чипсам, шоколадкам, ход – догам, дети стали есть правильную пищу (каши, супы, мясо и т.д.) гораздо охотнее.
- Реализация проекта не только способствовала укреплению здоровья дошкольников, но и повысила их интерес к познанию окружающего мира, речевую активность, умение делать выводы.