

Проект
«Витамины — наши друзья»

разработала

Воспитатель Мурзаева Г.В.

2018г

Тема: «Витамины – наши друзья»

Вид, тип проекта: краткосрочный, творческий.

Сроки проведения: 1 неделя

Участники проекта: дети дошкольного возраста; родители; педагоги.

Возраст детей: 4 – 7 лет.

Актуальность

Питание в дошкольном детстве имеет особое значение для здоровья ребенка, так как оно должно не только покрывать расходуемую им энергию, но и обеспечивать материал, необходимый для роста и развития всех органов и систем организма.

Ухудшение качества питания, недостаток в пище витаминов и микроэлементов отрицательно сказываются на физическом развитии детей.

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 нашего проекта.

Цель проекта: формировать у детей представления о правильном питании и здоровом образе жизни.

Задачи: познакомить с понятием «витамины», их роли в жизни человека;
закреплять понятия «овощи», «фрукты», «ягоды», пользе их употребления;
учить детей совместно с родителями изготавливать книжки-малышки;
способствовать развитию творческих способностей детей, умения работать сообща, согласовывая свои действия;
воспитывать стремление к здоровому образу жизни.

Этапы реализации проекта:

1 этап. Организационный. Уточнение представлений детей о полезных продуктах, витаминах, их значении для жизни, т. е. личный опыт, на который может опереться педагог.

Деятельность педагога

Беседа для уточнения имеющихся знаний у детей о правильном питании (витаминах) .

Создание развивающей среды: уголка для сюжетно-ролевых игр «Фруктовое кафе»; «Магазин «Овощи-фрукты»; дидактических игр.

Рекомендации для родителей «Витаминные заблуждения»;

памятка «Овощи и фрукты – источник здоровья».

Совместная деятельность педагога с детьми.

Подбор материала для сюжетно-ролевых игр «Магазин «Овощи-фрукты»; «Фруктовое кафе».

Изготовление карточек с изображением растений для оформления фитобара.

Совместная деятельность родителей и детей.

Чтение и обсуждение консультаций «Витаминные заблуждения»,

«Овощи и фрукты – источник здоровья».

2 этап. Теоретический. Подбор и изучение педагогической и справочной литературы, иллюстративного материала в соответствии с темой проекта и с учётом возрастных особенностей детей, разработка проекта.

3 этап. Практический. Расширение детских представлений, накопление и закрепление полученных знаний о витаминах, о правильном питании через разнообразные виды совместной деятельности педагога с детьми и родителями.

Деятельность педагога

НОД. Тема: «Витамины укрепляют организм».

Рисование «Фруктовая сказка»;

Лепка «Что созрело в саду и огороде? »;

Аппликация «Овощи на тарелке», «Ваза с фруктами»

Беседа «Здоровая пища».

Чтение: Ю. Тувим «Овощи». Загадывание загадок об овощах, фруктах, ягодах.

Дидактические игры и упражнения:

«Мы считаем»;

«Угадай-ка»;

«Веселый повар»;

«Угадай на вкус»;

«Вершки – корешки»;

Развивающие игры:

«Зеленый друг» (ботаническое лото) ;

«Во саду ли, в огороде»;

«Поваренок».

Подвижные игры «Собери урожай» (эстафета) ; «Баба сеяла горох»;

хоровод «Кабачок».

Сюжетно-ролевые игры «Магазин «Овощи-фрукты», «Фруктовое кафе».

Индивидуальные беседы с родителями «Как изготовить книжку-малышку»

Совместная деятельность педагога с детьми.

НОД. Тема: «Витамины укрепляют организм»

Рисование натюрмортов, лепка, аппликация, конструирование из бросового материала.

Беседа «Здоровая пища».

Чтение стихотворения, загадывание загадок.

Проведение дидактических игр и упражнений.

Проведение подвижных игр.

Проведение сюжетно-ролевых игр.

Совместная деятельность родителей и детей.

Поиск информации о пользе овощей, фруктов и ягод.

Чтение и заучивание загадок об овощах и фруктах, ягодах.

4 этап. Подготовка к презентации. Презентация.

Деятельность педагога

презентация «Витамины – наши друзья».

Совместная деятельность педагога с детьми.

Помощь детей в размещении книжек-малышек.

Совместная деятельность родителей и детей.

Посещение выставки «Витамины – наши друзья»

Итог.

Выбор темы проекта оказался не случайным. После проведенной работы и родители, и дети пришли к выводу о том, что только здоровая семья может быть по-настоящему счастливой, воспитать достойных граждан своей страны. Мы задумались над тем, какие факторы влияют на здоровье семьи? В результате все пришли к выводу о том, что главными факторами, влияющими на здоровье семьи, является:

душевное благополучие, благоприятный психологический климат в семье;

физическое здоровье; правильное и здоровое питание.