

**БДОУ «Тарногский детский сад комбинированного вида №2 «Солнышко»**

# **«ПОЛЬЗА ВИТАМИНОВ!»**

**Подготовили воспитатели: Силинская Е.Н., Мельникова Т.Ф.**

**2018 – 2019 учебный год.**



**Вид проекта:** групповой, познавательно-творческий.

**Продолжительность проекта:** 1 неделя.

**Участники проекта:** Дети средней группы, родители и воспитатель.

**Планируемый результат проектной деятельности:**

- Понимание детьми значения витаминов для сохранения и укрепления здоровья.
- Понимание необходимости правильного питания.
- Развитие познавательных и творческих способностей детей.
- Повышение речевой активности, активизация словаря .



**Проблемная ситуация:** отсутствие в группе достаточной информации о разнообразных продуктах питания, создание семейного проекта «Полезность витаминов»

**Запланированный результат:** защита (презентация) детьми своих проектов.



## **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.

Правильное питание – залог здоровья, но не все это воспринимают серьезно.

С самого раннего детства у ребенка формируются вкусовые пристрастия и привычки. В их формировании важнейшую роль играет семья. 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.

Без преувеличения можно сказать, что правильное питание – это залог хорошего самочувствия, работоспособности, активной деятельности, отличного настроения, важнейшее и неперемное условие нашего здоровья и долголетия.

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 проекта:** формирование 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;
- способствовать развитию творческих способностей детей, умения работать сообща, согласовывая свои действия;
- воспитывать стремление к здоровому образу жизни.



## **Основные этапы реализации проекта:**

### **Подготовительный:**

#### ***Деятельность педагога:***

- Беседа для уточнения имеющихся знаний у детей о правильном питании (витаминах).
- Создание развивающей среды: «Магазин «Овощи-фрукты»; дидактических игра (лото) «Фрукты и овощи», «Раздели продукты питания по группам», загадки о продуктах питания.
- Чтение статей о продуктах питания в энциклопедиях
- Рекомендации для родителей «О пользе витаминов для детского организма»;
- Памятка «Овощи и фрукты – источник здоровья».

#### ***Совместная деятельность педагога с детьми:***

- Создание наглядного пособия «Где живут витамины? »( «А», «В», «С», «D».)
- Изобразительная деятельность: «Какой витамин любишь ты!»,  
Аппликация: «Что полезно, а что нет!»
- Проведение НОД « «Витамины и полезные продукты для питания»



## ***Совместная деятельность родителей и детей:***

-Чтение и обсуждение консультаций «О пользе витаминов для детского организма!»,»»,

-Помощь детям в создании и оформлении проектов, подготовка детей к защите проекта.

**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.



## 4 этап. Подготовка к презентации. Презентация.

### Деятельность педагога

Организация и презентация книжки «Витамины – наши друзья».

-Организация защиты (презентации) детских проектов.

Выставка для родителей в раздевалке: «Витамины всем нужны!»

Оформление семейного проекта «Полезьа витаминов!»

### Совместная деятельность педагога с детьми.

Рассказ детей о своих витаминах для книжки.

-Защита (презентации) детских проектов.

### Совместная деятельность родителей и детей.

Помощь родителей в изготовлении книжки «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. Мы задумались над тем, какие факторы влияют на здоровье детей? 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.

## **Результаты краткосрочного проекта «Полезность витаминов»**

- Расширение знаний о продуктах питания у детей средней группы.
  - Формирование навыков питания у детей в проектной деятельности (развитие устной связной монологической и диалогической речи)
- Участие 23 детей в презентации своих семейных проектов на тему «Полезность витаминов»

# Изобразительная деятельность: «Какой витамин любишь ты!»



Аппликация: «Что полезно, а что нет!»  
Создание наглядного пособия «Где живут витамины?»  
(«А», «В», «С», «D».)



# Защита (презентации) детских проектов.



# Выставка для родителей в раздевалке: «Витамины всем нужны!»



# Изготовление книжки «Витамины-наши друзья!»»»

