

Проект
«Витамины»



Паспорт проекта

- *Продолжительность:* краткосрочный
- *Тип проекта:* познавательно-творческий
- *Участники проекта:* дети средней группы, родители



Актуальность проекта

Здоровый образ жизни — образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья. В психолого-педагогическом направлении «здоровый образ жизни» рассматривается с точки зрения сознания, психологии человека, мотивации. А у детей дошкольного возраста практически отсутствует мотивы и понятия о сохранении собственного здоровья, поэтому в настоящее время эта проблема особенно актуальна. Важно вовремя объяснить ребёнку, что благополучие организма напрямую связано с образом жизни человека. В первую очередь, детям необходимо привить привычку к правильному питанию. Поэтому так важно дать представления о витаминах, об их пользе, о продуктах, где они содержатся. И при этом формировать культуру питания, рассказывать о взаимосвязи здоровья и питания.



Проблема:

Недостаточная сформированность представлений о здоровом образе жизни и укреплении здоровья с помощью правильного питания.



Цель проекта:

Привить детям привычки здорового образа жизни и правильного питания.



Задачи:

- знакомить детей с правилами здорового образа жизни;
- формировать привычку правильного питания;
- уточнять представления о витаминах и полезных продуктах;
- формировать интерес к окружающему миру;
- развивать познавательную активность;
- развивать творчество;
- расширять словарный запас детей по данной теме;
- воспитывать нравственные качества детей.



Ожидаемый результат:

- обогащение знаний детей о полезных продуктах и содержащихся в них витаминах;
- появление у детей интереса к своему здоровью, желания вести здоровый образ жизни.



Этапы проекта



1 этап. Организационный.

1. Выявление проблемы.
2. Изучение литературы по данной теме.
3. Составление плана работы.



2 этап.
Реализация проекта.



Социально – коммуникативное развитие

Сюжетно-ролевая
игра

«Овощной магазин»



Дидактические игры:

- «Лото»;
- «Домино»;
- «Варим суп для Мишки»;
- «Съедобное – несъедобное»;
- «Вершки и корешки»;
- «Сложи овощи на тарелку»;
- «Полезно или вредно»;
- «Что где растёт?».



Ди «Четвёртый лишний»



Игра «Узнай на вкус»



Д/и «Чудесный мешочек»



Рассказы о витаминах во время еды



Рассматривание овощей и фруктов



Познавательное развитие.

Экскурсия на кухню



Посадка лука и петрушки



НОД «Витамины и полезные продукты»

Проведена совместно
со 2 мл. группой



Художественно-эстетическое развитие.

НОД «Тарелка каши»



НОД «Долька арбуза»



Физическое развитие.

- Физкультминутка «Витамины»;
- П/и «Убежим от болезни»;
- утренняя гимнастика с фруктами;
- закаливающая гимнастика после сна.



П/и «Собери овощи и фрукты»



Речевое развитие.

Беседы:

- «Зачем нам нужны витамины?»
- «О пользе еды»
- «Витамины, которые мы получаем каждый день»
- «Витамины побеждают вирус»
- «О «вредных» продуктах»
- «Больше витаминов – больше силы!»



Рассматривание иллюстраций, составление описательных рассказов



Чтение художественной литературы

- Г.Остер »Хорошо спрятанная котлета»;
- Д.Мамин-Сибиряк «Притча о Молочке, овсяной Кашке и сером котишке Мурке»;
- К.Чуковский «Федорино горе», «Тараканище»;
- русские-народные сказки «Репка», «Мужик и медведь»;
- стихотворения об овощах, фруктах и витаминах;
- потешки о здоровье.



Итоговый продукт деятельности – фотовыставка «Мы любим витамины»



3 этап. Заключительный.

1. Анализ проделанной работы.
2. Разработка игр на основе полученной в ходе данной работы информации .



Список литературы и интернет-ресурсов:

1. Васильева Н. Проектная деятельность: участвуем вместе. // Дошкольное воспитание N 10, 2011.
2. Николаева С.Н. Юный эколог М.: Мозаика-Синтез, 2004 год, 128 стр.
3. Горькова, Л.Г. Сценарии занятий по экологическому воспитанию дошкольников / Л.Г. Горькова, А.В. Кочергина, Л.А. Обухова. - М.: ВАКО, 2005. – 240 с. - (Дошкольники: учим, развиваем, воспитываем).
4. <http://www.moi-detsad.ru/>
5. <http://www.maaam.ru/>
6. <http://detsad-kitty.ru/>

