

Здоровьесберегающие технологии в детском саду.

# Проект «Витаминки на грядке и на дереве»

Тема проекта: «Здоровое питание»

Группа №3 «Гномики»

Возраст: 3-4 года (вторая младшая группа)

Провели воспитатели:

Полякова Е.Г. и Гурулева И.А.

Срок реализации: 1 неделя.


**Цель :** закрепить знания детей о полезных свойствах овощей, фруктов, фруктовых деревьев.

**Задачи:**

1. Познакомить детей с плодами овощных и злаковых культур, фруктовых деревьев.
2. Дать представление о витаминах и их наличии в плодах.
3. Показать необходимость употребления в пищу овощей, фруктов.
4. Формировать бережное отношение к труду людей.
5. Развивать детское творчество.
6. Привлекать родителей к активному участию в жизни детского сада.

**Актуальность:** во время приема пищи дети отказываются есть фрукты и овощи.





# Интеграция образовательных областей на основе проекта «Витаминки на грядке и на дереве»

## Социально-коммуникативное развитие

1. Сюжетно-ролевые игры «Идем в магазин», «Кукла Катя заболела», «Семья»
2. Беседы о микробах, о бережном отношении к своему здоровью, культурно-гигиенических навыках, об осторожном обращении со столовыми приборами.
3. Помощь помощнику воспитателя в накрывании второго завтрака, обеда.



# Сюжетно-ролевая игра «Идем в магазин»

Оборудование: Овощи, фрукты, сумки, кошельки, весы, костюм продавца.



## **ЦЕЛИ:**

Побуждение детей творчески воспроизводить в игре магазин умения действовать в коллективе

## **Задачи:**

Развивающие: Развивать умения творчески использовать в играх представление об окружающей жизни;

Воспитательные: Формировать положительные взаимоотношения между детьми.

Обучающие: Учить детей готовить обстановку для игры, подбирать предметы-заместители и атрибуты



## ● Познавательное развитие

1. Закрепление понятий об овощах и фруктах.
2. Рассматривание картинок и беседы по ним: «Правила гигиены», «Здоровое питание».
3. Дидактические игры: вкладыши «Овощи и фрукты», пазлы «овощное лото», «Парочки», «Разрезные картинки»,
4. Игры на внимание «Найди непохожий», «Найди пару», «Вершки-корешки», «Чего не хватает?» «Что лишнее».
5. Игры, направленные на развитие ощущений : «Определи на вкус», «Чудесный мешочек», «Распредели плоды по форме»
6. Разрешение проблемных ситуаций.
7. Посадка и выращивание петрушки, укропа, болгарского перца и помидора.

# Посадка укропа и петрушки.

## Задачи:

### *Развивающие:*

- развивать познавательные и творческие способности детей;
- формировать осознанно-правильное отношение к природным явлениям и объектам.

### *Образовательные:*

- учить детей ухаживать за растениями в комнатных условиях;
- обобщать представление детей о необходимости света, тепла, влаги почвы для роста растений.

### *Воспитательные:*

воспитывать бережное отношение к своему труду, любовь к растениям.



## Дидактическая игра «Четвертый лишний»

### *Цель игры:*

Развитие мышления и внимания дошкольников.

Развивать умение детей классифицировать предметы по одному признаку

### *Ход игры:*

Можно играть как с одним ребенком, так и с группой детей.

Распечатать предлагаемые дидактические карточки, на которых находятся 4 разных изображения (живые и неживые предметы).

Ребенку предлагается любая из карточек. Он должен посмотреть и выделить среди рисунков карточки, три из которых классифицируются по одному признаку, один лишний предмет, который не подходит под единую классификацию.

Ребенок должен объяснить свой выбор.



## Дидактическая задача: упражнять детей в определении вкуса и запаха овощей и фруктов.

- Активизировать речь детей;

- Развивать память, сосредоточенность, выдержку.

Игровые правила. Не глядя на овощ (*завязать глаза*), определять его **вкус**, по **запаху**; правильно называть **вкус словом**, отгадать по **запаху** что за овощ и фрукт терпеливо ждать, когда будет дан овощ и фрукт для пробы. Остальные дети терпеливо молчат, не подсказывают.

Игровые действия. Завязать глаза, не подглядывать, не торопиться с ответом, тщательно определить на **запах** затем на **вкус** и дать тогда уже ответ. Тому, кто ошибется, дают возможность попробовать другой овощ или фрукт. Найти целый овощ или фрукт на столе.





## ● Речевое развитие

1. Занятие по развитию речи: «Витамины на грядке и на дереве»
2. Ситуативные разговоры.
3. Заучивание потешек, стихотворений.
4. Пальчиковая гимнастика (см.картотеку)
5. Чтение русских народных сказок «Колобок», «Тых», «Петушок и бобовое зернышко», «Репка», «Каша из топора».
6. Чтение художественных произведений:
  - С.Маршак «Юля плохо кушает»
  - С.Кузьмин «Что растет на грядке»
  - Н.Аникина «Овощной спор»
  - Ю.Тувим «Овощи»
1. Отгадывание загадок про фрукты и овощи.



# Занятие по развитию речи «Витамины на грядке и на дереве»

Цель: Цель:

- Формировать представления о **фруктах и овощах у детей**;

Задачи:

- Закрепить знания **детей** о характерных признаках **овощей и фруктов**: цвет, форма, вкус, где растет, что можно приготовить;
- **Развивать сенсорные ощущения детей**;
- Побуждать к высказыванию полных предложений;
- Воспитывать желание следить за своим здоровьем;
- Воспитывать отзывчивость, доброжелательность;
- Закрепить знания о том, где растут **овощи и фрукты**.





## ● Художественно-эстетическое развитие.

1. Рисование «Полезный натюрморт» Коллективная работа.
2. Ракрашивание рисунков по контуру, штриховки.
3. Аппликация «Овощи и фрукты в банке»
4. Слушание музыкальных произведений.
5. Слушание и обыгрывание русских народных песенок «Огородная-хороводная», «Ладушки».

Утренняя гимнастика.

Прослушивание детских песенок : «Антошка»( муз.В.Шаинского. Сл. Ю. Этнина), «В траве сидел Кузнечик» (муз.В. Шаинского, сл.Н.Носова) и других песен с диска «Детские золотые песни».

## Коллективное рисование «Полезный натюрморт»

**Цель:** Формирование умений изображать предметы по памяти.

### **Задачи:**

1. Дать представление правильно располагать рисунок на листе бумаги; учить передавать форму и цвета предметов; умение последовательно выполнять рисунок.
2. Корректировать наблюдательность, пространственное мышление, зрительную память.
3. Воспитывать интерес к изобразительному искусству и рисования по представлению.



## Аппликация «Овощи и фрукты в банке»

### Задачи:

- обобщить элементарные знания об овощах; цвете овощей;
- закрепить знания о месте произрастания овощей;
- учить отгадывать загадки об овощах;
- развивать чувство коллективизма;
- закрепить представления детей о заготовке овощей на зиму;
- формировать умение наклеивать готовые формы овощей.





## ● Физическое развитие

1. Подвижные игры «Огуречик-огуречик», «Пробеги и не сбей», «Найди себе пару», «У медведя во бору»
2. Игры малой подвижности «Найди, где спрятано», «Зайка серый умывается», «Грушка».
3. Физкультминутки.
4. Утренняя гимнастика.

# Подвижная игра «Огуречик, огуречик».

*Цель:* упражнять детей выполнять бег врассыпную, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, использовать все пространство зала.





# Работа с родителями

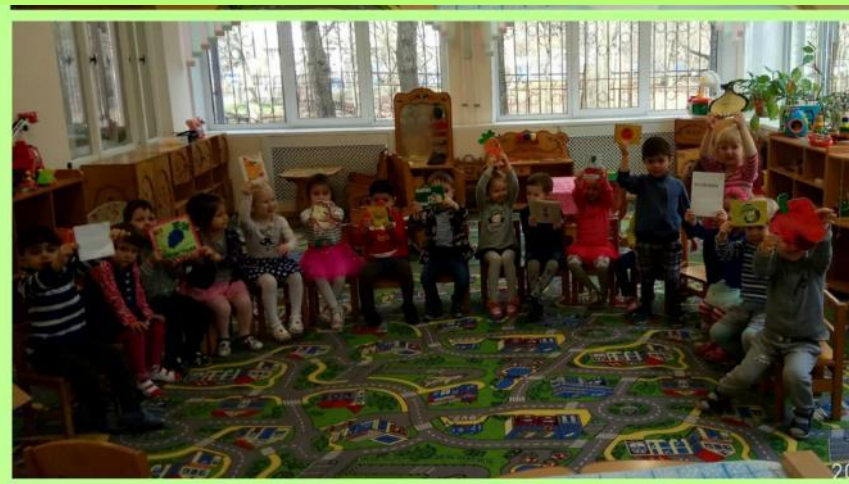
1. Ознакомление с темой проекта.
2. Консультации для родителей.
3. Привлечение родителей к обогащению предметно-развивающей среды в группе.
4. Изготовление родителями совместно с детьми развивающих книжек-малышек об овощах и фруктах.

## Задачи:

1. Повышать компетентность родителей в сфере здорового питания.
2. Развивать интерес к жизни детей в детском саду.

## Итог проекта:

Рассматривание книжек-малышек об овощах и фруктах, беседа об их пользе для человека, а также о необходимости обязательного их мытья перед едой, во избежание болезней.





# Использованная литература

1. Николаева Е.В. **Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада. Мет. пос. (ФГОС), Детство –Пресс, 2015 г.**
2. Алябьева Е.А. **Читаем детям 3-7 лет.-М.:ТЦ Сфера,2009.**
3. Артемова Л.В. **Окружающий мир в дидактических играх дош.кольников: Кн. для воспитателей дет.сада и родителей.-М.:Просвещение, 1992 г.**
4. Бондаренко А.К. **Дидактические игры в детском саду:Кн.для воспитателей дет.ада.-М.:Просвещение,1991 г.**
5. Гусарова Н.Н. **Беседы по картинке:Времена года/ худ. И.Ф. Дукк.-СПб.: ООО «Издательство Детство-Пресс», 1998 г.**
6. Нищева Н.В. **Картотека подвижных игр,упражнений,физкультурной и пальчиковой гимнастики.- СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011 г.**
7. **1000 загадок:Популярное пособие для родителей и педагогов (сост. Н.В. Елкина, Т.И. Тарабарина).-Ярославль: Академия развития,2008.**

# Спасибо за внимание



Г.Санкт-Петербург

2018 г.