

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 297
Пушкинского района Санкт-Петербурга
(отделение дошкольного образования детей)

Чтобы фрукты были в радость

Воспитатель: Разуваева Екатерина Николаевна

2017 год

Фрукты – радость для ребят, их в садах для нас
растят.

Мы к с толу их подадим, фрукты свежими съедим.

- **АКТУАЛЬНОСТЬ:** Дети дошкольного возраста часто болеют и во многих случаях причиной заболевания является не соблюдение культурно-гигиенических правил. Некоторые заболевания так и называют «Болезнь грязных рук». Мы часто говорим детям: «Ешьте фрукты, они полезны». Дети должны знать каким фруктам отдать предпочтение, и если есть какие то противопоказания, соответствовать им. Иногда дети могут съесть понравившихся фруктов очень много, думая , что чем больше съедят, тем больше витаминов получат. И не задумываются, какой вред здоровью может принести переедание.
- **УЧАСТНИКИ:** Дети, воспитатели, родители.
- **ВИД ПРОЕКТА:** Групповой, краткосрочный.
- **ТИП ПРОЕКТА:** Познавательно – исследовательский.

- **ЦЕЛЬ:** Обеспечение основ безопасности жизнедеятельности детей при употреблении фруктов.

ЗАДАЧИ:

1. Закреплять культурно-гигиенические навыки и правила приёма пищи.
2. Учить детей бережно относиться к своему здоровью, заботиться о нём.
3. Воспитывать аккуратность во время приготовления и приёма пищи.
4. Формировать у детей представление о том, что фрукты бывают полезные и вредные для здоровья.
5. Развивать желание использовать полученные знания в повседневной жизни.
6. Привлекать родителей к созданию условий для сохранения здоровья детей, контроля за их питанием.

Предварительная работа с детьми:

Беседы на темы «Чистота-залог здоровья», «Микробы и вирусы», «Почему на коже сыпь?».

Опыты: «Лаборатория грязных рук», «Кто испортил яблоко?»



Планирование работы по этапам

1 этап: – Ознакомительный.

Были внесены в развивающую среду книжки, иллюстрации, натюрморты и муляжи различных фруктов. Чтение литературы о пользе фруктов.

2 этап:.. Организационно – подготовительный.

Заинтересовали детей проблемой, все ли фрукты полезны. Каким образом можно это выяснить. Что понадобится для решения вопроса о пользе и вреде фруктов.

3 этап: Исследовательский.

Были проведены различные опыты и эксперименты по теме

4 этап: Совместная деятельность.

Закрепления знаний по безопасности потребления фруктов на практике.

5 этап: Результативный.

Дети самостоятельно делали выводы. Для того, чтобы фрукты приносили только пользу, нужно соблюдать определённые правила.

6 этап: Оценочный.

Чистота – залог здоровья.

Чтобы фрукты были в радость, чтобы не болел живот
Моем фрукты чисто-чисто, прежде, чем положим в рот.



Микробы бывают разные, ужасные и опасные.
Не любят они яблоки чистые, а любят яблоки грязные.



Злой микроб увидет чтоб, нужны с лупой микроскоп.
Вот сейчас мы поглядим, много их, иль он один.



Мы особенно помоем дыни и арбузы,
даже можем кипяточном, ведь не будет хуже.



Ешьте дети на здоровье, спелый сладкий наш арбуз.
Мылся он водой проточной, толстощёкий карапуз.



Если ты с мячом играл, клеил или рисовал,
если ты копал песок, загрязнить ты руки мог.
То всегда перед едой, руки чисто с мылом мой.



Кажется, что руки были чистые, мы ведь только умылись.

А сравнив листы до и после, очень мы удивились.



Где родился, там и пригодился

Фрукты – радость для ребят, их в садах для нас
растят.

Из тех, что любят южный край ты лучше выбирай



Не страшна нам так прививка, как неделя без конфет.
Без любимых апельсинов, не случается чудес.



Организм человека настроен на те продукты,
которые растут в зоне его проживания.
А другие, может воспринимать, как вредные.



Меру нужно знать во всём

Фрукты, знают все ребята, витаминами богаты.
Съешь немного, ты – здоров, много съешь - зови
ДОКТОРОВ.



Знакомили детей с мерой и меркой.
Учили высчитывать норму, решая задачи
и примеры на фруктах.



Приготовление фруктового салата (совместная деятельность). «Маленькие повара»



Напомнили детям, что не зависимо от того, чем они занимались, перед едой нужно обязательно вымыть руки.



Объяснили детям: прежде, чем попасть к нам на стол
фрукты проходят большой путь от сбора, до фасовки.
К ним прикасается множество людей.



Предметы, которые соприкасаются с продуктами, тоже должны быть чистыми. Осмотрели разделочные доски, помыли их.



Все предметы, тоже моем, стол, дощечку и ножи
Чтобы всюду было чисто, куда фрукт не положи.



Рассказали, что фрукты, кожура с которых перед едой снимается, нужно тоже обязательно мыть кипячёной водой.



Наконец всё готово, кругом чистота.
Можно приступать к приготовлению фруктового салата.
Да, и поварята заждались.



А теперь друзья за дело, приступать мы можем смело.
Ведь ребёнок каждый рад, приготовить сам салат.



Вот и наш салат готов, ловко поработали.
Можно пробовать уже, поедим с охотою.



Напомнили детям, что не зависимо от того, чем они занимались, перед едой нужно обязательно вымыть руки.



Вот теперь можно и попробовать салат приготовленный
своими руками. Мы думаем,
что это самый вкусный салат в мире !



***Мы хотим вам
рассказать.
Чтоб здоровыми вам
быть,
Чтоб в музей с нами
ходить,
Руки мой перед едой.
Фрукты тоже лучше мой.
Ешьте фрукты
ежедневно.***

**Не забудьте непременно
Правила совсем
простые,
Но, для здоровья –
золотые:
Ешь, которые из сада.
И переедать не надо.**



Спасибо за внимание !

- Работа по безопасности потребления фруктов проводилась параллельно со знакомством с ними (Лексическая неделя). В основе которого преобладала опытно - экспериментальная и познавательная - исследовательская деятельность.

- Использованная литература:
«Беседы о здоровье»
Т.А. Шорыгина
«Ребёнок за столом»
под ред. И.С. Шиловских
«ОБЖ» разработки занятий,
составитель М.А. Фисенко
«Польза и вред фруктов» интернет ресурсы