



**РУКОВОДИТЕЛЬ
ПРОЕКТА:**

**ЕНИНА ИРИНА
ВИКТОРОВНА**

*Воспитатель первой
квалификационной
категории МБДОУ №103
г.Владимира*

ТЕМА ПРОЕКТА: ВИТАМИННЫЙ КАЛЕЙДОСКОП

Витамины - это вещества, которые организм обязательно должен получать с пищей. Слово «витамины» образовано от латинского слова «вита», что в переводе означает «жизнь».

ПРОБЛЕМА:

Недостаток витаминов в детском организме в зимне-весенний период



*ЦЕЛЬ ПРОЕКТА:
ДОПОЛНЕНИЕ И ЗАКРЕПЛЕНИЕ
ЗНАНИЙ ДЕТЕЙ
О ВИТАМИНАХ,
ИХ ПОЛЬЗЕ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ
ЧЕЛОВЕКА,
О СОДЕРЖАНИИ ТЕХ ИЛИ ИНЫХ
ВИТАМИНОВ
В ОВОЩАХ ИЛИ ФРУКТАХ.*

ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:

1. УГЛУБИТЬ ЗНАНИЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ О ЦЕННОСТЯХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ (ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ), О СПОСОБАХ ХРАНЕНИЯ И ПРИГОТОВЛЕНИЯ САЛАТОВ ИЗ ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ. НАУЧИТЬ ДЕТЕЙ ГОТОВИТЬ ПРОСТЕЙШИЕ САЛАТЫ, СЕРВИРОВАТЬ СТОЛ.

2. ОБОГАЩАТЬ И РАЗВИВАТЬ АКТИВНЫЙ СЛОВАРЬ ДЕТЕЙ.

3. ВЫЗЫВАТЬ У ДЕТЕЙ ПОЗНАВАТЕЛЬНУЮ АКТИВНОСТЬ ПО ТЕМЕ “ЧТО ПОЛЕЗНО И ЧТО ВРЕДНО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ” ПОСРЕДСТВОМ ИГРОВОЙ, ТРУДОВОЙ И ПРАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

4. ВОСПИТАНИЕ КГН И ЖЕЛАНИЕ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ.

МЕТОДЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Речевая
деятельность

Познавательная
деятельность

Оздоровительная
деятельность

Игровая
деятельность

Художественная
деятельность

Трудовая
деятельность



Витамины	Где содержатся	Для чего необходим
А	Молоко, масло, яйца, рыба, свежая зелень, морковь, абрикосы, персики.	Зрение, кожа, кости, рост.
В(несколько видов)	Хлеб ржаной, неочищенный рис, дрожжи, печень, соевые бобы, горох, мясо.	Помогает перерабатывать питательные вещества. Кровь, нервы, кожа.
С	Чёрная смородина, апельсины, лимоны, помидоры, картофель, свежая зелень.	Кровеносные сосуды. Заживление ран. Защита от простуды.
Д	Рыбий жир, молоко, яйца, масло и солнечные лучи.	Кости и зубы.
К	Свежая зелень, печень.	Свёртывание крови.

ВИТАМИН

С

*Земляничку ты сорвёшь -
В яголке меня найдёшь.*

*Я в смородине, в капусте,
В яблоке живу и в луке,*

*Я в фасоли и в картошке,
В помидоре и горошке!*

*От простуды и ангины
Помогают апельсины.*

*Ну, а лучше есть лимон,
Хоть и очень кислый он.*

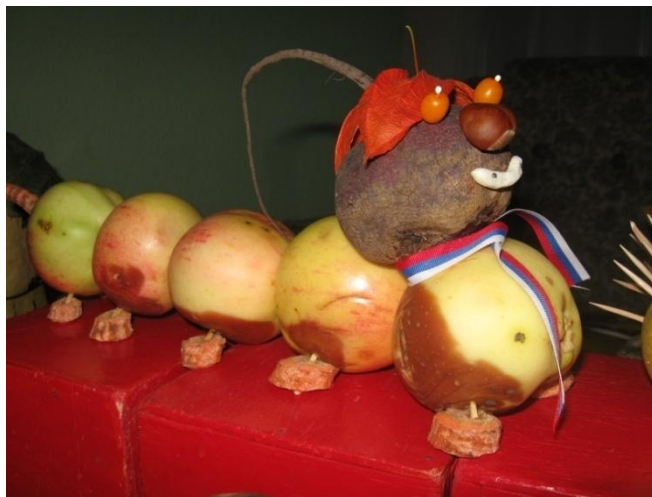


Пирамида здорового питания



Выставка

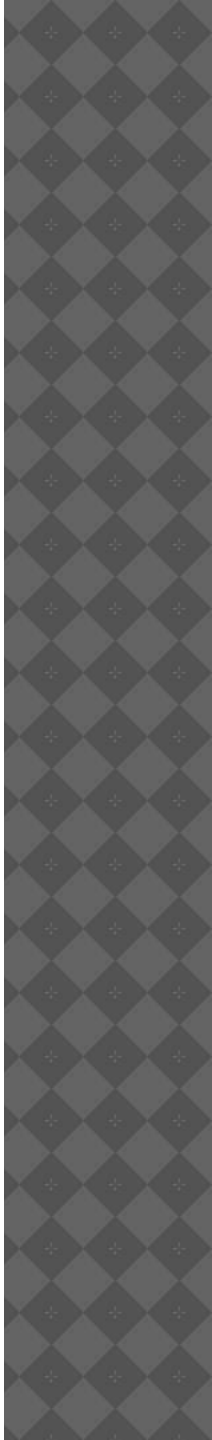
«Витамины каждый год нам приносит огород»





ДОМИНО «ОВОЩИ И ФРУКТЫ» СЮЖЕТНО-РОЛЕВАЯ ИГРА «ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ»





**НЕОБЫЧНЫЙ ЭТОТ ДОМ:
ПОКУПАЕМ В ДОМЕ ТОМ
ПОМИДОРЫ И КАПУСТУ,
ЛУК И ПЕРЕЦ ОЧЕНЬ ВКУСНЫЙ,
ФРУКТЫ, ЯГОДЫ, САЛАТ –
ВСЁ ПОЛЕЗНО ДЛЯ РЕБЯТ!**



а Ты ешь витаминны?

