

Муниципальное бюджетное дошкольное учреждение
«Детский сад №27 «Сэсэг» г.Улан-Удэ»
Республики Бурятия



Овощи и фрукты – полезные продукты!

Воспитатели: Павлова С.Я.
Шелкунова И.В.

Актуальность проекта

Актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. В питании ребенка непременно должны присутствовать витамины, а живые витамины содержатся именно в овощах, фруктах и ягодах. Важно донести до сознания ребенка пользу употребления в пищу овощей, фруктов и ягод, об их пользе для здоровья человека, т.е. привить детям основы здорового питания, приобщить детей к здоровому образу жизни.

О проекте



Тип проекта: познавательно-творческий, игровой, здоровьесберегающий

Участники проекта: дети старшей и подготовительной группы, родители воспитанников, воспитатели группы

Формы работы: игровая, познавательная, продуктивная, работа с родителями

Срок реализации: краткосрочный (1 неделя)

Цель:

- формирование у дошкольников представлений о правильном здоровом питании; о культуре питания; о здоровом образе жизни. Дать расширенное понятие о природных витаминах, необходимых для здоровья.
- развитие творческого мышления, исследовательских навыков в практической деятельности.
- включение родителей в единое образовательное пространство.

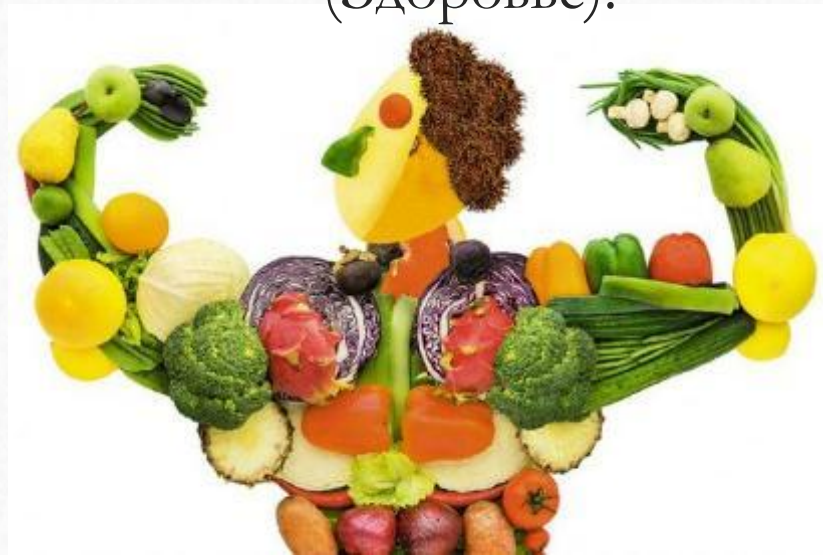


Задачи:

- развивать у детей познавательный интерес, желание наблюдать, исследовать мир природы
- формировать представление о натуральных витаминах, их пользе для здоровья человека;
- формировать представление о здоровом образе жизни. Влияние питания на здоровье человека;
- расширять представления об овощах, фруктах и ягодах: о многообразии их сортов, условиях и места произрастания, истории их появления в нашей стране. Способствовать поиску новой информации об уже известных овощах, фруктах и ягодах; о способах их хранения и приготовления салатов, соков, пюре из овощей, фруктов и ягод;
- формировать умение готовить сообщение по определенной теме в форме познавательного рассказа; развивать связную речь, обогащать и активизировать словарь детей;
- развивать коммуникативные способности детей;
- формировать интерес детей к художественным произведениям, в том числе к произведениям малой фольклорной формы (загадки, пословицы, поговорки); подбор литературы из истории витаминов;
- развивать творческие способности детей, художественно-эстетический вкус;
- развивать психические процессы детей, умение логически мыслить, устанавливать взаимосвязи, делать выводы;
- воспитание бережного отношения к своему здоровью, природе.
- обобщить социальный опыт ребенка об овощах, фруктах и ягодах, используя нетрадиционную форму работы «Готовим вместе с мамой (папой), бабушкой (дедушкой)».
- раскрытие ценности совместного творчества детей и родителей;
- способствовать установлению новых форм взаимодействия между детьми, родителями и педагогами.
- поддерживать детскую инициативу, самостоятельность и активность.

Интеграция образовательных областей:

Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие, Речевое развитие, Художественно-эстетическое развитие, Физическое развитие (Здоровье).



Этапы реализации проекта:

- I этап – подготовительный
- II этап – основной (практический)
- III этап- заключительный



I этап – подготовительный

- – постановка проблемы:
 - обсуждение темы проекта с детьми и родителями;
 - беседа для уточнения имеющихся знаний у детей о витаминах;
 - подбор методической, научной и художественной литературы о витаминах, овощах, фруктах и ягодах: чтение энциклопедий, рассматривание иллюстраций, чтение художественной литературы, в том числе произведений малой фольклорной формы (загадки, пословицы, поговорки);
- продуктивная деятельность: выставка детско-родительских работ «Овощных дел мастер» – овощная экспозиция;
 - выбор овощей, фруктов и ягод по желанию детей для сбора информации для познавательного сообщения;

II этап – основной (практический)

Внедрение в воспитательно – образовательный процесс эффективных методов и приёмов по расширению знаний дошкольников о овощах и фруктах, как об основных источниках витаминов

III этап – заключительный

- Подведение итогов;
- Оформление результата проекта в виде презентации «Овощи и фрукты – полезные продукты»

Ожидаемый результат

- понимание детьми значения витаминов, содержащихся в овощах, фруктах и ягодах для укрепления здоровья;
- осознание детьми необходимости употребления в пищу овощей, фруктов и ягод;
- развитие у детей познавательной активности, любознательности, творческих способностей, коммуникативных навыков;
- повышение заинтересованности и мотивации детей к занятиям;
- развитие связной речи, пополнение словарного запаса;
- повысить заинтересованность детей совместно с родителями в заботе о растениях, а главное о здоровье детей и взрослых: в правильном здоровом питании и здоровом образе жизни;
- заинтересовать и вовлечь родителей в проектную деятельность;
- участия родителей в творчестве детей;

Содержание работы в процессе реализации проекта

«Познавательное развитие»

Беседы:

«Что такое витамины?»

«Овощи, их значение в жизни человека»,

«Что посеешь, то и пожнешь»,

«Где растут фрукты, их польза для человека»,

«Витамины я люблю – быть здоровым я хочу»,

«Овощи, ягоды и фрукты нам здоровье сэберегут!»

Рассматривание иллюстраций:

Просмотр презентации «Овощи и фрукты – полезные продукты»

Социально-коммуникативное развитие:

- Дидактические игры:

«Назови ласково»;

«Узнай на ощупь»;

«Четвертый лишний»;

«Что где растёт?»;

«Объясни, как собирают овощи»;

«Доскажи словечко»,

«Поварёнок»;

«Вершки, корешки»

«Какой сок?»;

«Какое варенье?»;

«Из чего – какой?», «Узнай блюдо»;

«Что изменилось?»;

«Сад, огород», «Что сначала, что потом»,

«Отгадай овощ (фрукт, ягоду) по описанию»,

Пазлы, разрезные картинки

- Сюжетно-ролевые игры:

«Магазин «Овощи-Фрукты»,

Магазин «Дары леса»,

«Плодовоовощная база»,

«Кафе»,

«Больница»,

«Семья».

Театрализованная деятельность:

Инсценировка «Спор овощей»

«Речевое развитие»

- Разучивание пословиц, поговорок, скороговорок, считалок, стихов, загадок.
 - Разгадывание ребусов и кроссвордов по теме: «Овощи», «Фрукты», «Ягоды», «Витамины»
-
- О. Григорьев «Варенье» ;
 - Л. Зильберг «Полезные продукты»
 - Ю. П. Климович рассказ «Фрукты – Овощи» (учимся правильно питаться)
 - Даниил Хармс - рассказ «Очень вкусный пирог»
 - Русские народные сказки: «Вершки-корешки»;
 - Маршак С «Синьор Помидор».;
 - Н. Носов «Огурцы», «Огородники»,
 - Сапгир Г.; «Загадки с грядки»
 - Фартутдинова Е «Сказка о том, почему помидор стал красным».;
 - Я. Тайц «По ягоды»

«Художественно-эстетическое развитие»:

- – Лепка: «Натюрморты из овощей и фруктов»,
- -Плоскостная лепка «Овощи или фрукты»
- – Рисование: « В саду созрели яблоки», «Фруктовый / овощной платочек»
- – Аппликация: «Осенняя корзинка»

«Физическое развитие»

- Пальчиковая гимнастика:

«Овощи», «Капуста», «У Лариски – две редиски», «Апельсин», «Яблоня», «Лесные подарки».

- Разучивание и проведение физкультминуток:

– «Капуста». «Картошка», «Огород», «Яблоня»

- Подвижные игры: «Собери все овощи, фрукты»

– «Выбери овощ (фрукт) для салата»

– «Свари компот (суп)»

– «Назови овощ» (фрукт, ягоду)»

– «Съедобное – несъедобное»

Взаимодействие с родителями :

- Создание родителями книжки – передвижки «Овощи и фрукты – полезные продукты»
- Наглядная информация: Оформление стенда с работами детей.
- «Готовим вместе с мамой» - книга рецептов

Приложение

















