

# «Витамины- наши друзья»



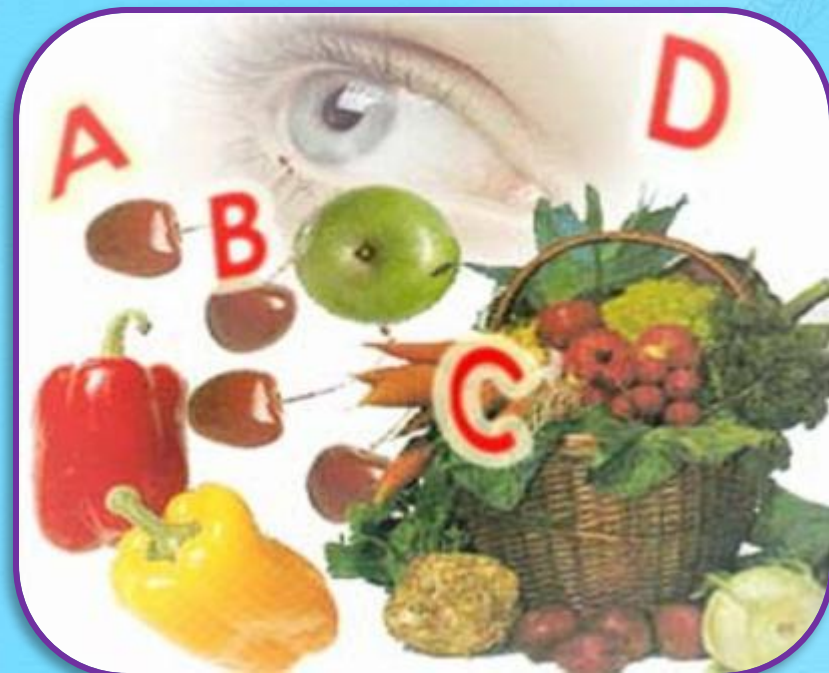
Югорск- 2015 г.

# Актуальность

Здоровье – это богатство, которое нельзя купить за деньги или получить в подарок. Люди сами укрепляют или разрушают то, что дано природой. Одним из важных элементов является питание. К незаменимым, жизненно важным его компонентам относятся и витамины. Поэтому уже в дошкольном возрасте необходимо сформировать у детей правильное представление о здоровом питании.

# Проблема

Роль натуральных витаминов в сохранении и укреплении здоровья в зимний период.



# Цель:

Формирование и закрепление у детей представлений о правильном питании и здоровом образе жизни.



# Задачи:

- Закрепить понятие витамины, их роль в жизни человека.
- Напомнить о пользе употребления фруктов, овощей и ягод в пищу.
- Учить детей различать витаминосодержащие продукты.
- Воспитывать стремление к здоровому образу жизни.



**Тип:** познавательно - творческий  
(здоровье)

**Вид:** краткосрочный

**По количеству:** групповой



# Этапы:

**1. Организационный**-уточнение представлений о полезных продуктах, понятия «Витамины» и их значении в жизни. Подбор иллюстративного и дидактического материала для сюжетно- ролевых и дидактических игр. Беседы : «Что такое здоровье?», «Твое питание- твоё здоровье». , встреча с медицинским работником.

**2. Основной (практический)**- Сюжетно- ролевые и дидактические игры на развитие внимания, памяти, сообразительности, для обогащения знаний детей о пользе витаминов. Подбор иллюстраций картинок журналов для создания альбома «Витамины в нашей жизни». Изготовление альбома. Чтение и заучивание стихотворений. Разработка консультаций для родителей по теме. Открытое занятие «А здоровье начинается с улыбки».

**3. Заключительный.** Подводим итоги. Презентация проекта.

# Итог:

Выбор темы проекта оказался не случайным. После проведенной работы и родители, и дети пришли к выводу о том, что только здоровая семья может быть по-настоящему счастливой.



Спасибо за внимание

