

муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида № 19»
п. Новый Надеждинского района

Проект «Здоровое питание» В подготовительно группе №5

Воспитатель: Тюкляева Е.А.



Паспорт проекта

- **Участники:** воспитатели, родители и дети подготовительной группы.
- **Срок реализации проекта:** краткосрочный (1 неделя)
- **Вид проекта:** познавательно – исследовательский.





Цель:

Воспитывать осознанное отношение к здоровому питанию.



Задачи:

1

Сформировать представления о полезности пищи;

2

Установить взаимосвязь, что здоровье зависит от правильного питания (еда должна быть не только вкусной, но и полезной);

3

Уточнить и обогатить знание детей и родителей о пользе витаминов, о том, как витамины влияют на организм человека;

4

Способствовать созданию активной позиции родителей



Актуальность

Тема питания детей всегда была актуальной: известно, что фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, а, следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно начать развивать именно в этот период.

В этом же возрасте закладываются и основы здорового образа жизни. В их формировании важнейшую роль играет семья.

Современные дети под воздействием рекламы часто предпочитают продукты, которые не только не приносят пользы, но и наносят вред их здоровью.

Мы стали замечать, что дети начали приносить утром в группу жвачки, сухарики, чупа-чупсы.

Беседы с родителями и с детьми не всегда давали желаемый результат.

В связи с этим был разработан проект «Здоровое питание», целью которого стало формирование у родителей ответственного отношения к организации правильного здорового питания детей.



Формы работы

- Беседы
- ОД
- Работа с родителями
- Оснащение предметно-пространственной среды
- Игры
- Наблюдения
- Рассматривания
- Продуктивная деятельность



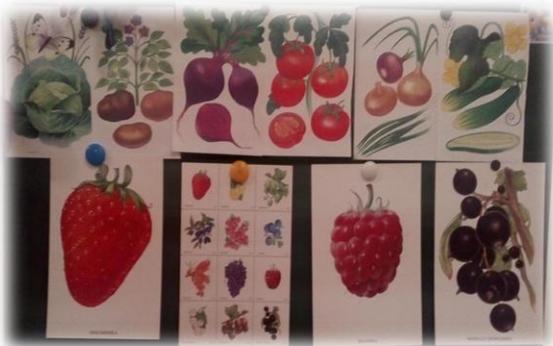
Ожидаемый результат:

- Через систему разнообразных мероприятий будут сформированы основные понятия рационального питания, потребность в здоровом питании и образе жизни, умение выбирать полезные продукты, воспитывать чувство ответственности за своё здоровье, бережное отношение к народным традициям питания.
- Повышение уровня знаний, умений и навыков у родителей, снижение уровня заболеваемости детей, формирование интереса к здоровому питанию в семьях



1 этап - Подготовительный.

1. Подбор детской художественной литературы для чтения детям;
2. Подбор сюжетных картинок и иллюстраций;
3. Подбор материала для проведения опытов и экспериментов;
4. Работа с методическим материалом, литературой по данной теме;
5. Анкетирование родителей о правильном питании;
6. Беседа с родителями;
7. Составление плана работы.



Модель трех вопросов

ЧТО МЫ ЗНАЕМ?

1. ПОЛЕЗНЫ ФРУКТЫ И ОВОЩИ. (БОГДАН)
2. НЕЛЬЗЯ ЕСТЬ ЧИПСЫ (НАДЯ)
3. КОКА-КОЛА ВРЕДНАЯ (АНЯ)

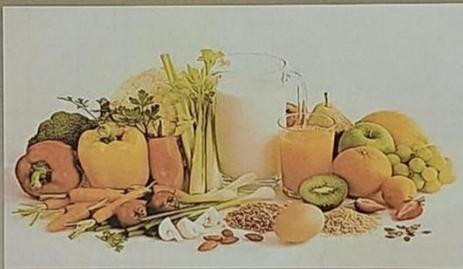
ЧТО ХОТИМ УЗНАТЬ?

1. ЧТО МОЖНО, ЧТО НЕЛЬЗЯ (АРТЕМ)
2. ВИТАМИНЫ В ФРУКТАХ И ОВОЩАХ (АНЯ)
3. В ЧЕМ ВРЕД ГАЗИРОВАННЫХ НАПИТКОВ (АРИША)

ГДЕ УЗНАЕМ?

1. ИНТЕРНЕТ
2. КНИГА
3. МАМЫ, ДАДЫ
4. ВОСПИТАТЕЛЯ

Здоровое питание



2 этап - Основной

Беседа:

- «Правильное питание- залог здоровья», «Вкусный и полезный сок?»»,

Игровая деятельность:

- С/р игра «Продуктовый магазин», «Кафе».
- Д/игры « Волшебное блюдо», «Посмотри и назови

НОД

- «Страна волшебная здоровье»
- «Продукты питания»
- «Как правильно вести себя за столом»»,

Экспериментальная деятельность

- «Кока кола и чипсы», «Кока кола и конфеты»,

Просмотр видеофильмов

- «Пейте, дети, молоко - будете здоровы», «Продукты питания»,

Продуктивная деятельность:

- Лепка «Готовим полезный салат»
- Аппликация «Овощи и фрукты - полезные продукты»
- Рисование «Натюрморт»

Работа с родителями

- Консультации:
- «Что нам мешает быть здоровыми»
- «Еда без вреда»



Чистота-залог здоровья



Лепка «Готовим полезный салат»



Рисование «Натюрморт»



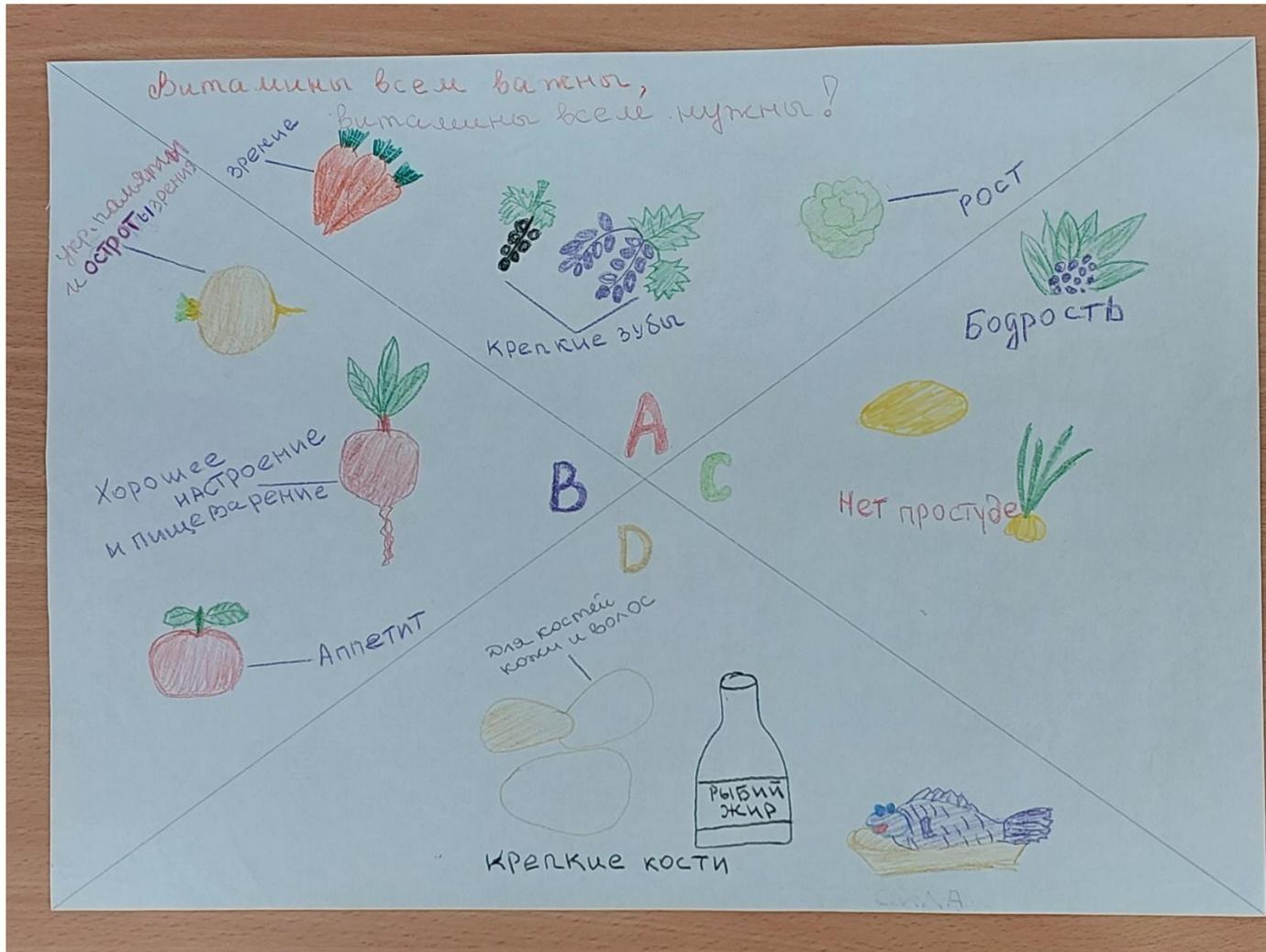
Аппликация «Овощи и фрукты – полезные продукты»



«Чем полезен сок?»



Совместное творчество детей и родителей



3 этап - Заключительный

- Оформление выставки «Здоровое питание»
- Проведение открытого итогового занятия на тему «Здорово жить здорово!»



Экспериментальная деятельность



Итоговое занятие «Здоровым быть здорово!»



Результат проектной деятельности

В результате работы с детьми, при реализации данного проекта, были достигнуты следующие задачи: у детей расширились знания о разнообразии продуктов здорового питания, о полезных свойствах овощей и фруктов, о полезных и вредных продуктах, о пользе молочных продуктов и злаков.

Дети научились узнавать овощи и фрукты при помощи анализаторов (на вкус и запах).

Дети умеют применять элементарные правила сервировки стола во время дежурства.

Совместные творческие задания для детей и родителей способствовали укреплению взаимоотношений в семьях.

Таким образом, мы можем сделать вывод, что работа по данному направлению была успешной.





Спасибо за внимание!

