**Информационно-творческий проект**

**" Здоровое питание – здоровый ребенок"**

**Актуальность.** В последние годы негативные процессы стали угрожать здоровью нации. Практически все показатели здоровья и социального благополучия претерпели резкое ухудшение. Особую тревогу вызывают физическое развитие и состояние здоровья подрастающего поколения. Свыше чем у 60% детей в возрасте 3-7 лет выявляется отклонения в состоянии здоровья.

Как помочь подрастающему ребенку реализовать свое право на здоровье и счастливую жизнь?

Одним из путей решения этой проблемы является организация работы по воспитанию сознательного отношения к своему здоровью. Здоровье и физическое воспитание – взаимосвязанные звенья одной цепи. Важно и необходимо обратиться к системе физического воспитания дошкольников, чтобы выявить основные задачи и методы воспитания здорового ребенка и то место, ту роль, которая отводилась самому дошкольнику в деле собственного оздоровления.

**Цели:**

* Пропаганда здорового образа жизни.
* Развитие потребности ребёнка в знаниях о правильном питании, о роли витаминах для нашего организма.
* Формировать представление детей о пользе и вреде продуктов питания.
* Устанавливать тесную взаимосвязь родителей и воспитателей в воспитании здорового образа жизни.

**Возраст детей, на которых рассчитан проект**: 5-6-й год жизни.

**Направленность** развитие детей, в рамках проводимого проекта прослеживается интеграция видов детской деятельности: коммуникативная, познавательно-исследовательская, чтение художественной литературы, музыкально-художественная, игровая, двигательная.

**Участники проекта:** дети, воспитатели группы, музыкальный руководитель, родители.

**Тип проекта:** информационно-творческий, групповой.

**Форма проведения:** занятия, беседы, самостоятельная деятельность детей, игровая деятельность детей, работа с родителями.

**Продолжительность**: 1 неделя.

**Результаты:**

* Выставка-дегустация: «Любимое овощное блюдо моей семьи»;
* музыкально-театрализованное развлечение;
* изготовление иллюстративного материала по данной теме;
* изготовление памятки «**Здоровое питание – здоровый ребенок**»;

**Распределение деятельности по этапам:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы проекта | Деятельность *педагога* | Деятельность *детей* |
| I этап  Выявление проблемы | 1.Вводит в игровую (Встреча с Айболитом) ситуацию.  2.Формулирует задачи: как помочь подрастающему ребенку реализовать свое право на здоровье и счастливую жизнь? | 1.Входят в проблему.  2.Вживаются в игровую ситуацию.  3.Принимают задачи проекта. |
| II этап  Организация работы над проектом | 1.Популяризирует полученную раннее информацию.  2. Помогает распределиться по группам.  3.Помогает спланировать деятельность  4. Решает задачу организации деятельности | 1.Систематизируют информацию.  2.Распределяются по группам.  3. Планируют совместную деятельность. |
| III этап  Практическая деятельность по решению проблемы | 1.Оказывает практическую помощь *(по необходимости)*  2.Направляет и контролирует осуществление проекта  3.Консультации, памятки, рекомендации.  4.Оформление копилки «Бабушкины рецепты».  5.Викторина «Спорт – это жизнь».  6.Фотоколлаж «Я учусь быть здоровым».  7.Индивидуальные презентации «Как я забочусь о здоровье своего ребенка». | 1.Блиц-опрос детей «Что я знаю об овощах?».  2.Беседы « Витамины на грядке», «Что вредно, что полезно», «Здоровая полноценная пища».  3. Театрализованное представление «В гости к дубу».  4.Выставка рисунков «Спорт и мы ».  5.Чтение художественной литературы, сказки с последующим обсуждением.  6.Оборудование для развития дыхания.  7. Непосредственно образовательная деятельность «Путешествие в страну Витаминов» |
| IV этап  Презентация продукта деятельности | Подготавливает презентацию. Проводит презентацию проекта « ». | Продукт деятельности: Спортивное развлечение «Кто спортом занимается, тот силы набирается».  Представляют зрителям или экспертам продукт деятельности |
| V этап  Обсуждение нового проекта, решение другой проблемы | Постановка новой проблемы: «Роль правильного питания в сохранении здоровья» | Определяют цель нового проекта: развитие познавательных и творческих способностей детей в процессе разработки витаминизированного меню |

**Ожидаемый результат.**

* Дети должны получить представления о роли овощей, витаминов в сохранении здоровья дошкольников.
* Различать понятие «вредные продукты» и «полезные продукты».
* Иметь простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья.