Проект ВИТАМИНЫ-ЭТО ЗДОРОВЬЕ

Актуальность:

Данный проект направлен на обогащение знаний детей о витаминах. Питание в дошкольном детстве имеет особое значение для здоровья ребенка, так как оно должно не только покрывать расходуемую им энергию, но и обеспечить материал, необходимый для роста и развития всех органов и систем организма.

Правильное питание-залог хорошего самочувствия, работоспособности, активной деятельности, отличного настроения, важнейшее и непременное условие нашего здоровья и долголетия.

Цель:

-Расширение у детей представлений о продуктах, приносящих пользу организму, об организации правильного, здорового питания.

-Формировать у детей представление о правильном питании и здоровом образе жизни.

Задачи:

1.Познакомить детей с понятием «витамины»

2.Формировать знания о необходимости наличия витаминов в организме человека

3.Формировать знания о полезных продуктах, в которых содержатся витамины

4. Расширять знания детей о питании, его значимости, взаимосвязи здоровья и питания.

5.Создавать условия для участия родителей в образовательном процессе (привлечь к сбору информации)

6.Способствовать развитию творческих способностей детей, умение работать сообща, согласовывая свои действия

7.Развивать наблюдательность мышления, питания

8.Расширять словарный запас.

Прогнозируемый результат:

Обогащение знаний детей о витаминах

Имеют представление о здоровье как ценности, о котором необходимо заботиться, научились беречь свое здоровье и заботиться о нем

Знают о питании, его значимости и о взаимосвязи здоровья и питания

Знают о пользе витаминов для здоровья человека, о содержании витаминов в овощах, фруктах, ягодах

Оценивают значение витаминов для человека

Стали лучше есть овощи и фрукты

Участники проекта: воспитатели, дети, родители, логопед.

Время осуществления: среднесрочный.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапы | НОД | Совместная деятельность | Работа с родителями |
| 1.Подготовительный | Изучение познавательной и методической литературы  Подбор аудиозаписей  Подбор литературы об витаминах  Создание развивающей среды:уголка для с.р.игр «Фруктовое кафе»;магазин «Овощи-фрукты» | Изучение познавательной литературы  Подбор аудиозаписей  Подбор литературы для детей о витаминах  Беседа для уточнения имеющихся знаний детей о правильном питании (витаминах)  Создание наглядного пособия «Где живут витамины?»  Изготовление карточек с изображением растений для оформления «фитобара»  Подбор материала для с.р.игр | Привлечь родителей к сбор иллюстраций о витаминах |
| 2. Основной | РПС-«Витамины я люблю-быть здоровым я хочу!»  Рассматривание картины «Убирают урожай», «Что такое сад и огород» | Драматизация  «О чем разговаривают овощи (фрукты) в магазине. |  |
|  | РСР «Что такое витамины?»-рассуждение  Составление описательных рассказов (овощи,фрукты, ягоды)  О чем может рассказать яблоко и помидор и т.д.  Составление загадок об овощах, фруктах, ягодах.  «Старик сажал яблони» Л.Н.Толстой  Пересказ по вопросам. | Д/и «Полезно-неполезно»  -Найди по тени  -Топай, хлопай  -Найди лишнее  -Найди свою группу  -Раздели на группы  -Угадай на ощупь, на вкус, по запаху.  -Вершки-корешки  -Магазин полезных продуктов  -Лото «Во саду ли в огороде»  -«Зеленый друг» |  |
|  | РЭМП  Соотношение числа и количества счет, цвет, форма, размер (овощи, фрукты, ягоды)  Взвешивание овощей, фруктов и ягод «на руку» и на чашечных весах.  Ориентировка в пространстве и на листе бумаги (сад, огород) | Д\и «Найди такой же формы»  «Мы считаем» Взвешиваем овощи, фрукты, ягоды | Привлечь родителей к созданию чашечных весов |
|  | Рисование  «Наши витамины»  Портрет витамина (овоща, фрукта с натуры)  Ягодный узор по мотивам хохломы | Выставка в группе «Что на даче мы собирали» | Привлечь родителей к сбору материала для организации выставки «Что на даче мы собирали» |
|  | Аппликация  «Яблоня», «груша»-коллективно  Витаминный узор (овощной, фруктовый, ягодный узор) в квадрате симметрично  «Овощи в тарелке»  «Ваза с фруктами» | Рассматривание работ по ИЗО |  |
|  | Лепка  «Кладовая здоровья» (овощи, фрукты, ягоды) соленое тесто,  Витаминный натюрморт-коллективно |  | Порекомендовать родителям сделать дома соленое тесто. Дать рецепт |
|  | Конструирование  «Овощехранилище»-схема  «Дома для овощей и фруктов»  «Корзинка»(для фруктов, овощей, ягод) оригами  «Аптека Витамины»  ЧХЛ  Ю.Тувим «Овощи» Сутеев «Яблоко»  Чтение загадок об овощах, фруктах, ягодах  Чтение русско-народных сказок «Мешок яблок», «Вершки и корешки»  О витаминах |  |  |
|  | Витаминизированное меню для растущего организма  Создание фотоальбома «Где живут витамины» |  | Предложить родителям оформить сборник рецептов «Витамизированное меню для растущего организма»  Привлечь родителей к сбору фотографий |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Подвижные игры  «Собери урожай» эстафета  «Баба сеяла горох»  «Репка» | Художественное творчество  Рисование «Наши витамины»  Портрет (овощи,фрукты) с натуры  Ягодный узор по мотивам хохломы  «Овощи,фрукты на тарелке» | Аппликация  «Яблоня», «Груша»-коллективно  «Ягодный узор»- в квадрате |
| Лепка  «Кладовая здоровья» (овощи, фрукты, ягоды)- соленое тесто  «Урожайный натюрморт»  Искусство  В сентябре картины:  И. Петров-Водкин «Яблоко и вишня»  Франс Снейдерс Фруктовая лавка  Тропинин «Девочка с яблоком» | ВИТАМИНЫ- ЭТО ЗДОРОВЬЕ | РСР  «Что такое витамины?»-рассуждение  Составление описательных рассказов (овощи, фрукты, ягоды) по вопросам и алгоритму.  «О чем может рассказать» (яблоко, помидор и т.д.)  Пересказ «Старик сажал яблони».  Составление загадок об овощах, фруктах, ягодах |
| Игры (ролевые): «Магазин» (овощи, фрукты, ягоды)  «Овощебаза»  «Фруктовое кафе» | ЧХЛ  Тувим «Овощи»  Сутеев «Яблоко» | Р.нс.к  «Мешок яблок»  «Вершки и корешки»  Чтение загадок об овощах, фруктах и ягодах. |
| Работа с родителями  -Сбор фотографий  -Оформление выставки-«Что на даче мы собрали»  -Подбор рецептов для сборника рецептов- «Витаминизированное меню для растущего организма» | РЭМП  Счет, форма, цвет, размер (овощи, фрукты, ягоды)  Взвешивание «на руку» и на чашечных весах  Ориентировка в пространстве и на листе бумаги (сад, огород) | Конструирование  «Овощехранилище»-схема  «Дома» для овощей, фруктов, ягод |
| Коррекционная работа  Игры на развитие дыхания  (подуй на..)  Пальчиковая гимнастика «Салат»  Игры на развитие мелкой моторики (собери бусы из ягод) | Драматизация  «О чем овощи, фрукты, ягоды говорят ночью в магазине» | Д/и  «Узнай на вкус»  «Узнай по запаху»  «Вершки-корешки»  «Полезно-неполезно»  «Найди по тени»  «Хлопай-топай»  «Найди свою группу»  «Найди лишнее" |
| Встреча детей  Пароль (витамины)  Значок ребенку (витамины)  Кукла Марина Заболейкина  Наглядное пособие в группе «Где живут витамины»  Ритмическая витаминная физзарядк | Витаминизированный завтрак | В группе организована фотовыставка «Путешествие в страну здоровья»  Беседа «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу!»  Д/и «Полезно-неполезно»  С.р.игра «Магазин», «Аптека»  «Овощи-фрукты» |
| Прогулка-это здоровье | День здоровья  Витаминки для Маринки | Витаминизированный обед с овощами |
| -Полезный сон  -Бодрящая витаминная гимнастика | Витаминизированный полдник с фруктами | Просмотр мультфильма «Мешок яблок»  Отгадывание загадок  Пальчиковая игра «Салат»  Рекомендации родителям:  <http://sva-mama.ru/childsfood/78>  –рецепты витаминных блюд и соков для детей http://www.gastronom.ru/recipe/group/2232/vitaminnye-salaty  -витаминные салатики  <http://mamaexpert.ru/article/vitaminnoe-menyu-dlya-rebenka> - витаминное меню для ребенка |