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 литературыПодбор аудиозаписейПодбор литературы об витаминахСоздание развивающей среды:уголка для с.р.игр «Фруктовое кафе»;магазин «Овощи-фрукты» | Изучение познавательной литературыПодбор аудиозаписейПодбор литературы для детей о витаминахБеседа 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?»-рассуждениеСоставление 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.ТолстойПересказ 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» |  |
|  | РЭМПСоотношение 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»-коллективноВитаминный 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»ЧХЛЮ.Тувим «Овощи» Сутеев «Яблоко»Чтение загадок об овощах, фруктах, ягодахЧтение русско-народных сказок «Мешок яблок», «Вершки и корешки»О витаминах |  |  |
|  | Витаминизированное меню для растущего организмаСоздание 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 творчествоРисование «Наши витамины»Портрет (овощи,фрукты) с натурыЯгодный 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»ИскусствоВ сентябре картины:И. Петров-Водкин «Яблоко и вишня»Франс Снейдерс Фруктовая лавкаТропинин «Девочка с яблоком» | ВИТАМИНЫ- ЭТО ЗДОРОВЬЕ | РСР«Что такое витамины?»-рассуждениеСоставление 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» | ЧХЛТувим «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» | РЭМПСчет, форма, цвет, размер (овощи, фрукты, ягоды)Взвешивание «на руку» и на чашечных весахОриентировка в пространстве и на листе бумаги (сад, огород) | Конструирование«Овощехранилище»-схема«Дома» для овощей, фруктов, ягод |
| Коррекционная работаИгры 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 детейПароль (витамины)Значок ребенку (витамины)Кукла Марина ЗаболейкинаНаглядное 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 здоровьяВитаминки для Маринки | Витаминизированный обед с овощами |
| -Полезный сон-Бодрящая витаминная гимнастика | Витаминизированный полдник с фруктами | Просмотр мультфильма «Мешок яблок»Отгадывание загадокПальчиковая 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 |