муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение

«Детский сад № 25 «Сибирячок» комбинированного вида»

662610, Красноярский край, г. Минусинск, пр. Сафьяновых, 20 тел. 2-68-29

ds25sibiryachok@yandex.ru

КРАТКОСРОЧНЫЙ ПРОЕКТ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

«ПОЛЕЗНЫЕ И ВРЕДНЫЕ ПРОДУКТЫ»

Выполнила: воспитатель

Кононенко Т.А.

Минусинск, 2022 г.

Проект «Полезные и вредные продукты» (подготовительная группа)

**Тип проекта**: творческо-информационный

**Возрастная группа**: подготовительная группа

**Продолжительность проекта**: краткосрочный (28.11-02.12)

**Вид проекта:** Информационно-исследовательский

**Форма проекта**: совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность

**Проблема:** побуждение детей употреблять правильные продукты.

**Цель**: формирование знаний о важности правильного питания и влияние вредных привычек на развитие ребенка.

**Задачи:**

Закрепить представления детей о том, какие продукты вредны для нашего организма

Уточнить знания о здоровом питании, о пользе витаминов

Формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровым

Воспитывать осознанное отношение к выполнению правил здорового питания

**Методы работы**: беседы, подборка литературы, интернет, презентация.

**Форма работы**: игровая, познавательная, продуктивная, работа с родителями

**Основные формы реализации проекта**:

Беседы «О пользе овощей и фруктов», «Полезная и вредная пища», «Обязательно нужно мыть овощи и фрукты», «Польза и вред жевательной резинки», «Что вредно для роста зубов?», «Чем похожи апельсин и чеснок»

**Предполагаемый результат проекта**:

Повысить интерес детей к правильному питанию и здоровому образу жизни детей.

Повышение уровня знаний, умений и навыков у родителей, снижение уровня заболеваемости детей, формирование интереса к здоровому питанию в семьях

**Этапы реализации проекта**:

1. **Подготовительный:**
* Подбор и изучение педагогической литературы
* Подбор детской художественной литературы для чтения детям
* Подбор сюжетных картинок и иллюстраций
* Подбор материала для проведения опытов и экспериментов
* Работа с родителями: Анкетирование родителей о правильном питании, оформление стенда для родителей, беседа с родителями.

Домашнее задание: дети вместе с родителями подбирают «полезные рецепты», творческая работа «Витаминный салат»

* Составление плана работы
1. **Реализация проекта**
* Непосредственно-образовательная и совместная деятельность на темы:

 «Пересказ рассказа в. Сухомлинского «Яблоко и рассвет», «Полезные и вредные продукты», «Продукты питания», «О вредных и полезных продуктах», «Овощи и фрукты — полезные продукты»

* Художественно-творческая деятельность: Рисование «Полезные и вредные продукты», аппликация «Яичница на сковороде», коллективное рисование «Вредный фаст-фуд»
* Дидактические игры: «Отгадай загадку», «Что изменилось?», «Разложи продукты на полках в магазине», «Что полезно для зубов?», «Угадай на ощупь»
* Художественная литература: сказка «Каша из топора», М.Пришвин «Лисичкин хлеб», РНС «Горшочек каши», В.Медведев. “Калорийные” ботинки
* Просмотр видеофильмов, мультфильмов: «Смешарики» — «Исправительное питание», «Фиксики» — «Витамины», «Жила-была Царевна» — «Про еду», Советский мультфильм — «Зайчонок и муха»,
* Опыты и эксперименты: Эксперимент «Орган вкуса», «Масло в чипсах и сухариках», «Красители в сладостях»
* Продуктивная деятельность: плакат «Полезная и вредная еда», Лепка «Готовим полезный салат», Приготовление витаминного салата.
* Сюжетно-ролевые игры: «Семья», «Магазин», «Пикник», «Семья готовит праздничный пирог», «Столовая»
1. **Заключительный:**
* Доклад от семьи Зардаковых «Любимые национальные блюда нашей семьи», Папка-передвижка «Как приучить ребёнка есть овощи и фрукты?»

**Результат проектной деятельности.**

При реализации 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; сформировалось понимание необходимости заботиться о своем здоровье.

У родителей сформировано представление об основных принципах здорового питания, о необходимости и важности регулярного питания, о наиболее подходящих блюдах для дошкольников.

Родители обратили внимание на рацион своих детей, изменили их меню, сделав его более витаминизированным и полезным.

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.

**Список используемой литературы**:

1. Здоровое питание в школе и дома: Учебно-методическое пособие. –Ярославль: МОУ Городской Центр психолого-медико-социального сопровождения, 2011
2. М. М. БЕЗРУКИХ, А. Г. МАКЕЕВА, Т. А. ФИЛИППОВА. РАЗГОВОР О ЗДОРОВЬЕ И ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ
3. Методическая разработка на тему «Здоровое питание – залог здоровья»
4. Дрязгунова «Дидактические игры для ознакомления дошкольников с растениями»
5. Змоновский Ю.Ф.» К здоровью без лекарств
6. Ротенберг Я.В. «Расти здоровым». Энциклопедия