Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 545 «Рябинка»
620135, город Екатеринбург, улица Фрезеровщиков, 30 А тел. (343) 306-12-29
e-mail: mdou545@eduekb.ru
(МБДОУ детский сад № 545 «Рябинка»)

Проект
«Полезные продукты питания»
в средней группе

Тип проекта: познавательный, творческий
Длительность проекта: краткосрочный (2 недели)
Срок реализации проекта:
Участники проекта: Дети, воспитатель, родители.
Цель проекта: расширение знаний детей 4-5 лет о продуктах питания (описание продукта, его полезные свойства, способ или место его добывания, приготовление блюд из него).
Задачи:
Образовательные: - формировать знания о правилах здорового питания; - формировать у детей интерес и готовность к соблюдению правил рационального здорового питания; - познакомить с группами витаминов ; - учить самостоятельно добывать информацию из разных источников;
Развивающие: - развивать творческие способности у детей и умение работать сообща. ***Воспитательные:*** - формировать у детей эмоционально – доброжелательное отношение к творческой инициативе взрослых и детей.
Проблема проекта:
Недостаточно знаний у детей о правилах здорового питания, отказ от полезных продуктов, питания в детском саду.
Актуальность проблемы:
- Рациональное питание является одним из факторов внешней среды, определяющих нормальное развитие ребёнка. Оно оказывает самое непосредственное влияние на жизнедеятельность, рост, состояние здоровья. - Правильное сбалансированное питание, отвечающее физиологическим потребностям растущего организма, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям. - Наиболее важно соблюдение принципов рационального питания детей дошкольного возраста. Именно в этом возрасте дети не могут самостоятельно оценить полезность здоровой пищи, в наше время, время рекламы чипсов, кириешек, чупа-чупсов, газводы и т. д. У детей формируется искаженные взгляды на питание. - Родители зачастую также не способствуют формированию взглядов на правильное питание. Во многих семьях привыкли кушать солёное, жареное, жирное, острое, сладкое. Многие кормят детей однотипно. В лучшем случае котлеты, картошка, в худшем — сосиски, макароны, пельмени. Из-за этого дети, не привыкшие к здоровой пищи, отказываются от овощных блюд, рыбы, кисломолочной продукции, запеканок.
Содержание проекта
Методы работы:
-словесный;
-практический;
-наглядный.
Реализация проекта предполагает:
-взаимодействие воспитателя с детьми;
-взаимодействие воспитателя с родителями;
-совместную деятельность родителей и детей;

-взаимодействие всех субъектов образовательного процесса: педагоги-дети-родители.

Формы реализации проекта:

-беседы;
-непосредственно образовательная деятельность;
-дидактические игры;
-чтение художественной литературы, отгадывание загадок;
-продуктивная деятельность.

Этапы реализации проекта:

1. Подготовительный этап - Изучение литературы и других информационных источников о здоровом питании. - Подбор информационного материала для родителей. - Разработка конспектов занятий для детей. ***2. Основной этап*** - Внедрение в воспитательно-образовательный процесс эффективных методов и приемов по формированию знаний дошкольников о здоровом питании. Реализация проекта через разные виды деятельности: проведение бесед с детьми, рассматривание пособий, художественно – творческая деятельность, проведение дидактических и настольных игр, разучивание стихов, потешек, отгадывание загадок по теме. ***3. Заключительный*** Обобщение опыта по оздоровлению детей через организацию: - Выставки детско – родительских работ по теме «Здоровое питание». - Оформление консультаций для родителей «Основные принципы здорового питания дошкольника». - Коллективную работу «Овощи и фрукты – витаминные продукты». - Участие в творческом конкурсе «Грани детства».

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 свое здоровье, бережное отношение к народным традициям питания. -*для детей*: -коллективная работа «Овощи и фрукты – витаминные продукты»; -выставка детских работ по теме «Каша – здоровье наше». -*для родителей*: -информационная папка. -*для педагога*: -консультация для родителей «Здоровое питание дошкольника»; -подбор конспектов совместной деятельности.

План мероприятий по осуществлению проекта

1.Подготовительный этап

1 день

Деятельность педагога: формулировка вопроса «Какие продукты питания мы знаем?» перед детьми 4-5 лет, постановка проблемы, беседа на тему «Где можно найти необходимую информацию о продуктах питания? (источники); рассматривание продуктов питания на плакате и в детских энциклопедиях. Деятельность детей: ответы на поставленный вопрос, вхождение в проблемную ситуацию, участие в беседе, участие в рассматривание плаката и детских энциклопедий.

Деятельность родителей: помощь детям в создании и оформлении проектов, подготовка детей к защите проектов.

2 день.

Деятельность педагога: дидактическая игра (лото) «Фрукты и овощи».

Деятельность детей: участие в дидактической игре.

Деятельность родителей: помощь детям в создании и оформлении проектов, подготовка детей к защите проектов.

3 день.

Деятельность педагога: чтение статей о продуктах питания в энциклопедии, беседа на тему «Мои любимые продукты питания и блюда».

Деятельность детей: слушание статей, рассказы о своих любимых продуктах питания и блюдах.

Деятельность родителей: помощь детям в создании и оформлении проектов, подготовка детей к защите проектов.

4 день.

Деятельность педагога: дидактическая игра «Раздели продукты питания по группам» (фрукты, овощи, мясо, рыба, хлеб и другое), загадки о продуктах питания.

Деятельность детей: участие в дидактической игре, отгадывание загадок.

Деятельность родителей: помощь детям в создании и оформлении проектов, подготовка детей к защите проектов.

5 день.

Деятельность педагога: организация защиты (презентации) детских проектов «Полезные продукты питания», помощь детям при защите проектов.

Деятельность детей: защита (презентация) своих проектов.

Деятельность родителей: помощь детям в создании и оформлении проектов, подготовка детей к защите проектов.

Результаты краткосрочного проекта «Полезные продукты питания»

• Расширение знаний о продуктах питания у детей средней группы

• Формирование навыков и умений детей средней группы в проектной деятельности (развитие устной связной монологической и диалогической речи, развитие умения выступать перед сверстниками и слушать выступающих);

• Участие 17 детей в презентации своих семейных проектов на тему «Полезные продукты питания» (17 проектов).

Ход проекта. НОД. Познание. Цель: Закреплять умение рассматривать, описывать и сравнивать продукты питания. Сформировать знания о витаминах, их пользе для человека. Воспитывать чувство ответственности за свое здоровье, бережное отношение к народным традициям питания.

1. Тема: «Витамины».
2. Тема: презентация «Здоровое питание».
3. Тема: «Полезные и вредные продукты».

Общение. Цель: Рассматривание, сравнение и описание предметов. Формулирование высказываний и самостоятельных суждений, составление предложений. Эмоционально реагировать на рассказ, задавать вопросы. 1. Тема: беседа «Каша – здоровье наше». 2. Тема: чтение стихотворений о правильном питании. 3. Тема: отгадывание загадок про овощи и фрукты. 4. Тема: разучивание стихотворения с использованием мнемотехники «Хозяйка однажды с базара пришла».

Художественное творчество. Цель: Рассматривание продуктов питания. Участие в беседе о цвете и форме. Выполнение задания по образцу. Самостоятельный выбор цвета продукта питания. Развитие мелкой и крупной моторики рук.

1. Тема: «Овощи и фрукты» (раскрашивание карандашами по предложенному образцу). Раскраска по выбору детей.
2. Тема: «Полезные продукты питания» (лепка из соленого теста, с последующим окрашиванием продуктов гуашью).
3. Тема: «Горшочек каши»» (аппликация с использованием крупы).

Развивающие игры. Цель: обогащать словарь детей. Развивать связную речь, внимание, мышление. Закрепить знания о здоровом питании.

1. Дидактические игры «Полезно – вредно», «О чем я говорю?», «Верно – неверно»

2. Сюж. –рол. игра «Продуктовый магазин»

3. Настольно – печатные игры