

**Краткосрочный проект
по познавательному и речевому развитию**

Тема: Наши друзья – витамины»

Срок реализации проекта: 3 недели

**Участники проекта: дети старшей группы, воспитатель,
родители**

Воспитатель: Резван Лариса Ивановна

2015г

Краткосрочный проект

«Наши друзья - витамины»

Тип проекта: познавательно-творческий.

Участники проекта: дети старшей группы, педагоги, родители.

Срок реализации проекта: 3 недели

Актуальность темы.

Здоровье - это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности.

Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. В.А.Сухомлинский писал: "Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье ребенка - это важнейший труд воспитателя". Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни.

Здоровый образ жизни - это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закаливающий и, в то же время, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье. И особенно важно уметь правильно организовывать свое питание. Именно в детстве закладываются основы здоровой организации жизни ребенка на будущее. Важно, чтобы у ребенка сформировалось представление об устойчивой взаимосвязи благополучия организма и питания (причем разнообразного).. Поэтому так важно дать детям представления о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах и фруктах. Не менее важно дать детям знания о культуре питания, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.

Цель: Сформировать понятия о здоровой пище, помочь детям узнать о влиянии правильного питания на здоровье

Задачи:

- Формировать у воспитанников потребность в здоровом образе жизни, стремление к сохранению и укреплению своего здоровья.
- Расширять знания детей о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах, фруктах и ягодах
- Способствовать созданию активной позиции родителей в желании употреблять в пищу полезные продукты.

Проблема: незнание родителями о количестве, качестве, разнообразии продуктов, своевременности и регулярности приема – важном факторе сохранения и укрепления

здоровья детей.

Ожидаемые результаты:

- Знание детьми о значении правильного питания и значимости влияния витаминов на здоровье.
- Повышение знаний родителей о разнообразии рациона продуктов в детском меню дома
- Сформированность сознательного отношения взрослых к проблеме правильного питания.

I этап. Организационный.

подбор методической и художественной литературы, изготовление дидактических игр и атрибутов по выбранной тематике проекта;.

подбор необходимого оборудования и пособий для практического обогащения проекта, целенаправленности, систематизации воспитательно-образовательного процесса.

планирование деятельности.

II этап. Реализация проекта

Направления работы	Работа с детьми
Беседы	«Где живут витамины» «Роль витаминов в жизни человека» «Как витамины вирус победили» «Что растет на огороде» «О пользе овощей и фруктов» «О пользе еды» «Питание и здоровье»
Чтение художественный литературы	Я.Аким «Жадина» Б.Заходер «Про сома» М.Волошин «Осенью» Е.Носов «Тридцать зерен» А.Ремизов «Хлебный голос»

	<p>К.Паустовский «Теплый хлеб»</p> <p>Н.Носов «Бобик в гостях у Барбоса»</p> <p>С.Топелиус «Три ржаных колоса»</p> <p>Н.Гернет, Д.Хармс «Очень-очень вкусный пирог»</p> <p>Загадки об овощах и фруктах</p> <p>«Витаминные частушки»</p> <p>Стихотворения об овощах и фруктах.</p> <p>«Огородные сказки» (“Как вырос огурец”, “Почему помидор красный”)</p>
НОД	<p>«Здоровая пища»</p> <p>«Витамины и полезные продукты»</p> <p>«Овощи, ягоды, фрукты – самые витаминные продукты»</p>
Дидактические игры	<p>«Самые полезные продукты»</p> <p>«Фруктовое домино»</p> <p>«С какого дерева упало»</p> <p>«Вершки и корешки»</p> <p>«Овощи и фрукты»</p> <p>«Узнай на вкус»</p> <p>«Собери овощи в корзину»</p> <p>«Что где растет»</p>
Сюжетно-ролевые игры	<p>«Магазин»</p> <p>«Овощной магазин»</p>
Подвижные игры	<p>«Во саду ли в огороде»</p> <p>«Ловишки – убежим от вируса»</p>

	«Собери витамины»
Продуктивная деятельность	Рисование «Натюрморт» Аппликация «Фаза с фруктами» Лепка «Овощи, фрукты на блюде»
Наглядная информация	Оформление альбомов : «Фрукты», «Овощи», «Продукты»
Развлечения:	«Осенние дары» «Витамины круглый год»

Работа с родителями

Консультации	«Правильное питание – важный фактор сохранения здоровья» «Формирование здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста»
Беседы	«О пользе овощей и фруктов» «О пользе витаминов»
Круглый стол	«Детское меню в детском саду и дома»
Наглядная информация	Оформление папок – передвижек: «Азбука здоровья», «Овощи и фрукты на вашем столе» «Витамины в рационе ребенка» «О пользе овощей»

Совместная деятельность родителей и детей

Придумывание загадок, сказок на тему «Волшебный витамин»
Оформление книги-рецептов «Волшебный салат»

III Заключительный:

Анализ проделанной работы.

Разработка циклов игр-заний на основе приобретенного опыта.