

Педагогический проект
по образовательной области
«Здоровье»
на тему «Здоровое питание –
здоровый ребенок»

Старшая группа № 3.

Просмотр

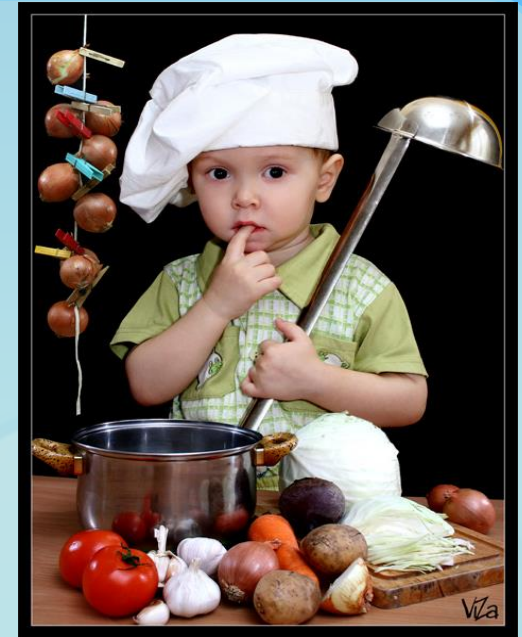
Воспитатели:
Ракутова А.Г.
Дербилова А.В.

2013 год.

- 🍊 **Тип проекта:** практико - ориентированный.
- 🍊 **Участники проекта:** дети, родители, педагоги.
- 🍊 **Срок реализации:** 11 февраля – 27 февраля 2013 г.

Актуальность

- Здоровый образ жизни немыслим без рационального разнообразного питания. Питание, как известно, является одним из факторов, обеспечивающих нормальное развитие ребёнка и достаточно высокий уровень сопротивляемости его организма к заболеваниям.
- Многие дети, особенно в весенний период склонны к различным болезням: часто болит голова, в глазах «звездочки», все тело вялое, плохое настроение, они капризны.
- Поэтому детям необходимо правильно питаться. Ведь здоровье – это то, что мы едим. Пища помогает ребёнку расти, даёт ему необходимую энергию. Поэтому еда должна быть не только вкусной, но и полезной.



🍊 Данный проект предназначен для детей старшего дошкольного возраста и ориентирован на изучение вопросов, связанных с сохранением здоровья человека.

🍊 **Работа над проектом направлена на:**

- систематизирование и расширение знаний детей о здоровой пище и правильном питании;
- ознакомление детей с витаминами, раскрытие их значения для здоровья человека;
- закрепление знаний о гигиене питания и бережном отношении к своему здоровью.

Программное содержание:

-  Расширение представления детей о полезных и вредных продуктах питания; развитие сенсорных навыков, речи.
-  Развитие познавательных и творческих способностей детей в процессе познавательно-исследовательской деятельности.

Задачи:

- 
1. Систематизировать и расширить знания детей об овощах и фруктах; формировать понятие «витамины», раскрыть их значение для человека.
 2. Развивать познавательные и творческие способности детей, речь.
 3. Воспитывать гигиену питания и бережное отношение к своему здоровью.

Предполагаемый результат:

-  - понимание детьми значения витаминов для сохранения и укрепления здоровья,
- понимание необходимости правильного питания,
- развитие познавательных и творческих способностей детей,
- обучение умению осуществлять поисково – исследовательскую деятельность,
- повышение речевой активности, активизация словаря по теме «Здоровое питание».

Методы работы:

- 🍊 наглядные,
- 🍊 словесные,
- 🍊 практические.



Приемы работы:



- чтение воспитателем стихотворений, сказок, рассказов;
- инсценировка стихотворения;
- рассматривание книжных иллюстраций, предметов, наглядного материала;
- проведение дидактических игр;
- сочинение сказок про полезные продукты;
- заучивание стихотворений детьми;
- беседы с элементами диалога, обобщающие рассказы воспитателя;
- ответы на вопросы педагога, детей;
- сообщение дополнительного материала воспитателем, родителями;
- загадывание загадок;
- чтение литературных произведений родителями;
- организация продуктивной деятельности;
- организация познавательно-исследовательской деятельности;
- приготовление родителями и детьми различных витаминных салатов;
- изготовление с детьми наглядных пособий для занятий;

Форма организации работы:

- 🍊 индивидуальная,
- 🍊 подгрупповая,
- 🍊 фронтальная.



Формы работы с детьми:

-  1. Рисование «Пирамида здорового питания», плакатов на тему «Полезные продукты», «Вредные продукты».
2. Лепка «Полезные и вредные продукты».
3. Аппликация «Корзинка с овощами и фруктами».
4. Д/игра «Фрукты», «Поваренок», «Собираем урожай», «Откуда берутся продукты питания».
5. С/р игра «Овощной магазин», «На даче», «Больница».
6. Беседа «Овощи, ягоды и фрукты - самые полезные продукты», «Витамины».
7. Заучивание загадок и стихотворений об овощах и фруктах.
8. Чтение стихотворений: И. Финк «Овощи и фрукты», Я. Аким «Яблонька», Е. Трутнева «Урожай, урожай!»; белорусская народная сказка «Пых», русские народные сказки «Мужик и медведь»; рассказ Л. Толстой «Старик сажал яблони...»
9. Пальчиковая гимнастика: «Капуста».
10. Разучивание частушек про здоровый образ жизни.
11. Работа в книжном уголке (рассматривание иллюстраций с изображением различных овощей и фруктов, книг о ЗОЖ).
12. Изучение книг о полезном питании, рассматривание книг о ЗОЖ.
13. Обмен знаниями с детьми из соседней группы.

Формы работы с родителями:

- 🍊 1. Консультация «Овощи и фрукты - самые витаминные продукты».
- 2. Анкетирование «Здоровое питание».
- 3. Сочинение вместе с детьми сказок про овощи и фрукты.
- 4. Подбор иллюстраций на тему «Полезные и вредные продукты».
- 5. Проведение интервью с родителями «Как надо питаться, чтобы быть здоровым?»
- 6. Изготовление атрибутов для сюжетно – ролевых игр «Овощной магазин», «Больница».



Виды деятельности:

- игровая,
- двигательная,
- познавательно-исследовательская,
- коммуникативная,
- продуктивная,
- музыкально-художественная,
- трудовая,
- чтение художественной литературы.



Здоровьесберегающие технологии:

-  Пальчиковая гимнастика «Капуста».
-  Пропаганда ЗОЖ: изучение книг о полезном питании, рассматривание книг и иллюстраций о ЗОЖ; беседы «Полезные и вредные продукты», «Витамины».
-  Рациональное питание, применение аскорбиновой кислоты;
-  Употребление в пищу продуктов, богатых фитонцидами – лука, чеснока.

Реализация Федеральных государственных требований:

- 🍊 Образовательная область: «здоровье».
- 🍊 Интеграция с образовательными областями: познание, коммуникация, чтение художественной литературы, музыка, социализация, труд, художественное творчество, безопасность.



**Спасибо за
внимание!**