

ПРОЕКТ «РАЗГОВОР О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ

Подготовительная группа № 14

Разработчики проекта:

Зубарева Любовь Константиновна

Воронина Ильфира Ривенеровна

ТИП ПРОЕКТА: ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ.

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ: ДВЕ НЕДЕЛИ.

ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ: ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА.

УЧАСТНИКИ ПРОЕКТА: ДЕТИ, ВОСПИТАТЕЛИ, РОДИТЕЛИ.

АКТУАЛЬНОСТЬ:

СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ЗА ПОСЛЕДНЕЕ ДЕСЯТИЛЕТИЕ УХУДШИЛОСЬ В СВЯЗИ С ИЗМЕНЕНИЯМИ УСЛОВИЙ ЖИЗНИ И С НАРУШЕНИЕМ ПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ.

РАЦИОНАЛЬНОЕ СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ ПРЕДУСМАТРИВАЕТ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕОБХОДИМОГО НАБОРА ПРОДУКТОВ, СОДЕРЖАЩИХ ВСЕ ПИЩЕВЫЕ КОМПОНЕНТЫ, ВИТАМИНЫ, МИКРОЭЛЕМЕНТЫ В СООТВЕТСТВИИ С ВОЗРАСТНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ РАСТУЩЕГО ОРГАНИЗМА.

ДЕТИ НЕ МОГУТ САМОСТОЯТЕЛЬНО ОЦЕНИТЬ ПОЛЕЗНОСТЬ ЗДОРОВОЙ ПИЩИ. В НАШЕ ВРЕМЯ, ВРЕМЯ НЕКОНТРОЛИРУЕМОГО ПОТОКА РЕКЛАМЫ, РЕКЛАМЫ ЧИПСОВ, КИРИЕШЕК, ЧУПА – ЧУПСОВ И Т.Д.

У ДЕТЕЙ ФОРМИРУЮТСЯ ИСКАЖЁННЫЕ ВЗГЛЯДЫ НА ПИТАНИЕ.

РОДИТЕЛИ ЗАЧАСТУЮ ТАК ЖЕ НЕ СПОСОБСТВУЮТ ФОРМИРОВАНИЮ СТЕРЕОТИПОВ ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ.

ПРОБЛЕМА: НЕДОСТАТОК У ДЕТЕЙ ЗНАНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ, ОТКАЗ ОТ ПОЛЕЗНЫХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ.

ЦЕЛЬ ПРОЕКТА: ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ СРЕДИ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ.

СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЗНАНИЙ ДЕТЕЙ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ О ПРАВИЛАХ ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ.

ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:

РАСШИРЯТЬ ЗНАНИЯ ДЕТЕЙ О ПРОДУКТАХ ЗДОРОВОГО И НЕЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ, ПРОПАГАНДИРОВАТЬ ТОЛЬКО ЗДОРОВЫЕ ПРОДУКТЫ;

ФОРМИРОВАТЬ У ДЕТЕЙ ИНТЕРЕС И ГОТОВНОСТЬ К СОБЛЮДЕНИЮ ПРАВИЛ РАЦИОНАЛЬНОГО И ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ;

ФОРМИРОВАТЬ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ, О ПРАВИЛАХ ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ, НЕОБХОДИМОСТЬ СОБЛЮДЕНИЯ ЭТИХ ПРАВИЛ, КАК ПРОЯВЛЕНИЕ УРОВНЯ КУЛЬТУРЫ ЧЕЛОВЕКА;

СПОСОБСТВОВАТЬ РАЗВИТИЮ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ, УМЕНИЕ РАБОТАТЬ СООБЩА, СОГЛАСОВЫВАЯ СВОИ ДЕЙСТВИЯ.

ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:

АКТИВИЗИРОВАТЬ ЗНАНИЯ РОДИТЕЛЕЙ О ЗДОРОВОМ ПИТАНИИ, ПОВЫСИТЬ ИХ САМООБРАЗОВАНИЕ ПО ТЕМЕ.

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:

ЧЕРЕЗ СИСТЕМУ РАЗНООБРАЗНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ СФОРМИРОВАТЬ ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ, ПОТРЕБНОСТЬ В ЗДОРОВОМ ПИТАНИИ И ОБРАЗЕ ЖИЗНИ, УМЕНИЕ ВЫБИРАТЬ ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ, ВОСПИТЫВАТЬ ЧУВСТВО ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА СВОЁ ЗДОРОВЬЕ.

ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ У РОДИТЕЛЕЙ, ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕРЕСА К ЗДОРОВОМУ ПИТАНИЮ В СЕМЬЯХ.

Этапы работы над проектом:

1 этап – подготовительный информационно – исследовательский

Уточнить представления детей о полезных продуктах, витаминах, их значении для жизни человека.

Подготовить методическое обеспечение проекта.

Подбор инсценировки «Спор овощей»

Изготовление масок овощей.



2 этап - основной

Познание

Культура поведения за столом.

Правила питания.

Из чего состоит наша пища?

ИКТ Презентация «Витамины»

Д.и. «Полезное и вредное», «Вершки и корешки»

НОД «Аскорбинка и её друзья», «Пирамида здоровья», «Валеология или здоровый малыш. Кожа. Питание. Сон».

Презентация.

«Полезные и вредные продукты».

Социализация

С.р.игра «Продуктовый магазин», «Кафе»

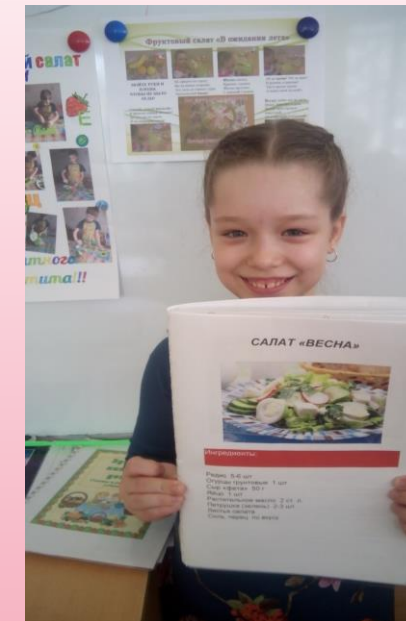
Тренинговая игра «Случай во время обеда».

Сервировка стола.

Вредные советы.

Театрализованное представление.

Конкурс: «Самый аккуратный стол».



Коммуникация

Общение «Для чего мы едим?».
Общение «Что ты ел вчера на ужин. Полезно это или нет?»
Рассуждалка «Что такое здоровое питание?»
Д.и. «Правильно, правильно, совершенно верно» листы, «Да – нет»

Музыка

Театрализованная постановка « Спор овощей»
Н.Семёнова.
Песня «Коль не будет овощей».

Чтение художественной литературы

Подбор: пословицы и поговорки о продуктах, еде, гостеприимстве.
«Витаминная сказка» авторская сказка И.А.Крупновой
Загадки о продуктах питания.
«Никогда не унываю»(о витаминах) конспект занятия.
«Капризка», «Французский суп бурдэ» Воробьёв В.И.
«Людоед и этикет» А. Усачёв



Художественное творчество

ИЗО: «Мой обед»
«Эти полезные фрукты»
АППЛИКАЦИЯ: «Коллаж из продуктов правильного и неправильного питания»
«Чудо –дерево»(садовники здоровья)
ЛЕПКА: Лепка «моё любимое блюдо»

Безопасность

Правила поведения за столом.
Правильное обращение со столовыми предметами.

Здоровье

Физкультминутка «Зарядка», «А в лесу растёт черника», «Точим нож», «Подрастает зёрнышко» - картотека.
Утренняя гимнастика на воздухе.



Физкультура.	П.и «У медведя во бору» Подвижные игры «Собери урожай» (эстафета) ; «Баба сеяла горох»; П.и. «Полезно – вредно» «Съедобно – не съедобно».
Труд	Дежурство по столовой (сервировка стола). Сервировка стола для кукол.



Создание условий для самостоятельной деятельности:

1. Познание: альбом «Витаминные салаты», «Рекомендации родителям о правильном питании»
2. Социализация: с.р.игра «Магазин», «Кафе».
3. Художественное творчество: листы, краски, карандаши, пластилин, дощечки для пластилина, салфетки, одноразовые тарелки, раскраски «Овощи и фрукты», обводки «Овощи и фрукты».
4. Физкультурный уголок: маски овощей и фруктов, набор продуктов овощей и фруктов, корзинки, обручи, мяч большой.
5. Театральный уголок: маски –ободки овощей, костюм доктора.

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ :
КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
«ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ЗДОРОВОГО
ПИТАНИЯ» - РАСШИРИТЬ ЗНАНИЯ
РОДИТЕЛЕЙ О ЗДОРОВОМ ПИТАНИИ.
ОФОРМЛЕНИЕ КНИГИ «РЕЦЕПТЫ
ВИТАМИННЫХ САЛАТОВ».
СОСТАВЛЕНИЕ БРОШЮРЫ
«ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ» .
ПОМОЩЬ В ОСНАЩЕНИИ
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА.
ИЗГОТОВЛЕНИЕ КОСТЮМОВ И МАСОК
К ТЕАТРАЛИЗОВАННОМУ
ПРЕДСТАВЛЕНИЮ «СПОР ОВОЩЕЙ»
3ЭТАП –ОБОБЩЕНИЕ ОПЫТА ПО
ОЗДОРОВЛЕНИЮ ДЕТЕЙ ЧЕРЕЗ
ТЕАТРАЛИЗОВАННУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
«СПОР ОВОЩЕЙ»





ВСЁ