

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области

**основная общеобразовательная школа № 23
города Сызрани городского округа Сызрань Самарской области**

(ГБОУ ООШ № 23)

**структурное подразделение «Детский сад №70»,
реализующее общеобразовательные программы дошкольного образования**

ПРОЕКТ ВО II МЛАДШЕЙ ГРУППЕ

на тему:

«АЗБУКА ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

Автор проекта:
Сластнова Наталья Николаевна,
воспитатель
СП ГБОУ ООШ № 23 «Детский сад №70»
г. Сызрань, Самарской области

Сызрань 2017 г

Проект «Азбука правильного питания»

Вид проекта: групповой, творческий.

Продолжительность проекта: краткосрочный

Участники проекта: дети младшей группы, воспитатель, родители.

Актуальность: В детском возрасте закладываются типологические особенности взрослого человека, формируется пищевой стереотип. Рациональное питание детей является одним из основных факторов внешней среды, определяющих нормальное развитие ребенка. Оно оказывает самое непосредственное влияние на жизнедеятельность, рост, состояние здоровья ребенка, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям. Для того, чтобы сформировать у ребенка представления о здоровом образе жизни и здоровом питании, создать устойчивую мотивацию, направленную на сохранение своего собственного здоровья и здоровья окружающих, необходимо организовать соответствующим образом социальную педагогическую среду. Как показал практический опыт, одной из самых эффективных форм образовательной работы является проектная деятельность, осуществляемая педагогами совместно с родителями и воспитанниками детского сада.

Проблема: На сегодняшний день одной из важнейших проблем в воспитании детей дошкольного возраста является вопрос сохранения и укрепления здоровья ребенка.

Цель проекта: Сформировать представления у детей и родителей о здоровой пище, о вредных и полезных продуктах питания, помочь им узнать о влиянии правильного питания на здоровье.

Задачи проекта:

«Познавательное развитие»: 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.

«Социально-коммуникативное развитие»: Формировать представления детей, о правилах поведения за столом во время еды, необходимость соблюдения этих правил, как проявление уровня культуры человека.

«Речевое развитие»: развивать диалогическую форму речи, вовлекать детей в разговор во время рассматривания картин; формировать умение вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него.

«Художественно-эстетическое развитие»: Продолжать знакомство с нетрадиционной техникой рисования.

«Физическое развитие»: Организовывать подвижные игры с правилами. Укреплять здоровье детей, осуществлять закаливающие процедуры, приобщать детей к здоровому образу жизни.

Формы организации проекта:

- Беседы
- Чтение х/л
- Сюжетно - ролевые, подвижные и дидактические игры.
- Самостоятельная изобразительная творческая деятельность детей.
- Экспериментирование
- Наблюдение
- Трудовые поручения
- Выставки

Оборудование:

- компьютер и презентации
- магнитофон и аудиозаписи
- телевизор, видеоманитофон
- диски с мультфильмами
 - стихи
 - загадки
 - салфетки

- краски
- кисти
- клей
- баночки с водой
- Картины и иллюстрации
- раскраски

Этапы реализации проекта:

I этап – подготовительный:

- Подобрать методическую литературу по теме.
- Подобрать художественную литературу для чтения детям.
- Подобрать дидактический материал, наглядные пособия (альбомы для рассматривания, картины, настольные игры)
- Составить перспективный план.

II этап – основной (практический):

- Внедрение в воспитательно-образовательный процесс эффективных методов и приемов по расширению знаний дошкольников о правилах правильного питания.
- Оформление родительского уголка: консультации для родителей, папки-передвижки.
- Разработка и накопление методических материалов.
- Чтение художественной литературы
- беседы
- ОД
- наблюдения
- рисование
- аппликация
- лепка
- дидактические игры
- пальчиковые игры
- подвижные игры

III этап — заключительный:

- Обработка результатов по реализации проекта
- Проведение опроса родителей по вопросам их отношения к организации питания в детском саду, о режиме питания в семье, обсуждение вопросов детского рациона в семье и детском саду.
- Планирование работы по данному направлению в следующем году с учетом полученных результатов.

Взаимодействие с родителями

- Ознакомление родителей с целями и задачами проекта – объявление.
- Консультация для родителей «Основные принципы здорового питания» - расширить знания родителей о здоровом питании.
- Помощь в оснащении развивающей среды

Ожидаемые результаты.

- расширение знаний детей о продуктах здорового и нездорового питания, пропаганда и реклама только здоровых продуктов;
- формировать у детей интерес и готовность к соблюдению правил рационального и здорового питания;

- установить взаимосвязь, что здоровье зависит от правильного питания (еда должна быть не только вкусной, но и полезной);
- обогатить знание детей о пользе витаминов, о том, как витамины влияют на организм человека;
- обогатить знания детей о разнообразии продуктов, обогащать словарный запас;
- воспитывать у детей правильное отношение к питанию как составной части сохранения и укрепления своего здоровья.

Схема проекта

Образовательные области	Формы, методы и средства реализации проекта
Познавательное развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Презентация «Азбука здорового питания», «Витамины» • «Валеология или здоровый малыш. Кожа. Питание. Сон» • Дидактические игры: «Полезное и вредное», «Съедобное-несъедобное», «Правильно, правильно, совершенно верно», «Да – нет», «Что где растет» • Настольно-печатные игры: «Найди себе пару», «Аскорбинка и её друзья». • Беседы: «Правила питания», «Из чего состоит наша пища?», «Культура поведения за столом», «Могут ли овощи навредить нашему здоровью?»
Социально-коммуникативное развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Чтение сказки «Витаминки», Сказка о молоке, йогурте и кефире, «Колобок», «Красная Шапочка», «Репка» • Отгадывание загадок про витамины. • Чтение пословиц. • С.р.игра «Продуктовый магазин», «Кухня». • Игровая ситуация: «Накормим куклу Таню» • Конкурс: «Самая чистая тарелка». • Рассматривание альбома «Страна здоровья», упаковок от продуктов, книги «Вкусные истории» • ОД «Путешествие в молочную страну»
Речевое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Рассуждение «Что такое здоровое питание?» • Игры: «Узнай по описанию», «Волшебная кастрюля» • Просмотр и обсуждение отрывка из мультфильма «Малыш и Карлсон», «Бобик в гостях у Барбоса». • ОД по развитию речи: «Каша - здоровье наше»
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Подвижные игры: «Соберем урожай», «Воробьи прыгают», «Перепрыгни через льдинки», «Самолеты», «Поймай комара». • Игровые упражнения «Прыжки до ладони», «Не

	<p>звенья».</p> <ul style="list-style-type: none"> • Физкультминутки «Покупаем продукты», «Вверх рука, вниз рука», «Карусели». • Дыхательные игры: «К нам залетел теплый ветерок», «На нас подул холодный зимний ветер», «К нам в окно влетела пчела», «Щенок хочет с нами поиграть». • Музыкальная гимнастика «Прыг-попрыгаем»
<p>Художественно-эстетическое развитие</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Работа с раскрасками • Лепка из пластилина на темы: «Угощение для мамочки», «Яички на тарелочке», «Яблоки», «Грибы» • Рисование в нетрадиционной технике «Рыбки», «Корзина с яблоками», «Виноградная гроздь» • Рисование по трафаретам «Овощи и фрукты» • Аппликация из круп, макарон • Хороводные игры: «Каравай», «Зайцы и лиса». • Разучивание песни «Про витамины» • Разучивание танцевальных движений «Помощники»