

«Овощи и фрукты – полезные продукты» Педагогический проект

Тип проекта: познавательный – исследовательский.

Участники проекта: воспитатели, дети младшей группы и их родители, музыкальный руководитель.

Продолжительность проекта: краткосрочный-1 месяц.

Актуальность проекта:

В современном обществе человек имеет больше возможностей заботиться о здоровье

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.

Некоторые дети осенью склонны к болезням. Потому что, не все люди закаленные; одеваются не по сезону. У слабых детей часто ухудшается здоровье: болит голова, 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. А полезная еда - это, прежде всего свежие овощи, фрукты и ягоды.

Данный проект предназначен для детей младшей группы ДОУ и ориентирован на изучение вопросов, связанных с сохранением здоровья человека. Работа над проектом направлена на систематизирование и расширение знаний детей об овощах и фруктах; ознакомление детей с витаминами, раскрытие их значение для здоровья человека; на закрепление знаний о гигиене питания и бережном отношении к своему здоровью. Проект объединит воспитателей, родителей и детей в общей творческой работе.

Программное содержание: Расширение представления детей об овощах и фруктах, их полезных свойствах; развитие сенсорных навыков, познавательного интереса, речи.

Цель: Развитие познавательных и творческих способностей детей в процессе познавательно-исследовательской деятельности.

Задачи проекта:

-для детей:

1. Систематизирование и обобщение представление детей об овощах и фруктах.

2. Обогащение активного словаря за счет существительных, обозначающих овощи и фрукты, прилагательных, обозначающих признаки и свойство предмета.

3. Знакомство с понятием витамины. Сформировать у детей представление о том, что витамины, содержащиеся в овощах и фруктах, полезны для здоровья человека.

4. Развитие логического мышления, внимания, любознательности, бережного отношения к природе.

5. Развитие умения исследовательских действий.

-для педагогов:

1) установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах здорового образа жизни;

2) создать атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки в процессе общения с родителями;

3) активизировать и обогащать воспитательные умения родителей, поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях.

-для родителей:

1) дать представление родителям о полезной и вредной пище, о соблюдении навыков гигиены и т.д.;

2) заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье

. **Проблема:** Овощи, фрукты - полезные и вкусные продукты?

Предполагаемый результат:

- дети знают и называют овощи и фрукты по внешнему виду (цвету, вкусу)
- дети понимают, что фрукты растут в саду, а овощи в огороде
- у детей сформированы представления о пользе витаминов
- развитие познавательно исследовательских и творческих способностей детей
- повышение речевой активности, активизация словаря по теме «Овощи», «Фрукты», «Витамины».

Методы: наглядный, словесный, практический.

Приемы:

- чтение воспитателем стихов, сказок, рассказов;
- наблюдение;
- инсценировка сказки «Репка»;

- рассматривание книжных иллюстраций, муляжей, наглядного материала;
- проведение дидактических игр;
- заучивание стихотворений детьми;
- ответы на вопросы педагога, детей;
- сообщение дополнительного материала воспитателем, родителями;
- загадывание загадок;
- чтение литературных произведений.
- организация продуктивной деятельности;
- организация познавательной-исследовательской деятельности;
- приготовление родителями и детьми различных витаминных салатов, поделок из овощей и фруктов;
- проведение итогового мероприятия.

Предварительная работа: Рассматривание плакатов с изображением овощей и фруктов; муляжей овощей и фруктов; свежих овощей и фруктов; вареных для салата, кухонной посуды; беседа о здоровье; беседа о пользе овощей и фруктов; чтение и заучивание стихов, загадок про овощи и фрукты.

Реализация проекта.

Образовательные области	Формы и методы работы
1	2
<p>Познавательное развитие</p>	<p>НОД «Овощи и фрукты – полезные продукты» Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу» • «Где живут витамины»; • «Полезная и вредная еда» <p>Исследования, эксперименты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • посадка лука <p>Дидактические игры и упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Подбери по размеру», «Найди пару», «Собери овощи из частей», «Чего не стало», «Угадай на вкус», «Угадай на ощупь», «Что где растет» <p>Игры на развитие мелкой моторики:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Овощи - вкладыши», «Еж и фрукты» (шнуровка), «Сложи фрукты и овощи»(мозаика)
<p>Речевое развитие</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Разучивание стихов о фруктах и овощах; • Загадывание загадок <p>Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Дары осени»»; • «Чудесная корзинка»; • «Что растет на грядке»»

	<p>Рассматривание картинок, плакатов:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Овощи» и «Фрукты» • «Собираем урожай» <p>Дидактические игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Вершки – корешки», «Найди овощи и фрукты на картинке», «Покажи и назови» <p>Чтение художественной литературы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Р.н.с. «Репка», «Пых», Ю. Тувим «Овощи», Е. Трутнева «Урожай», Я.Аким «Яблонька», Л.Толстой «Сажал старик яблони...», потешка «Огуречик.», «Катилось яблочко по огороду...», «Сказки про овощи и фрукты»
Социально-коммуникативное развитие	<p>Сюжетно-ролевые игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Мама готовит обед», «Бабушкин огород», «Овощной магазин», игра-ситуация «Кто из нас, из овощей...»; <p>Безопасность:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рассматривание книг и иллюстраций о ЗОЖ, беседы «Овощи, ягоды, фрукты - самые полезные продукты», «Витамины», использования фитонцидов – лука, чеснока.
Физическое развитие	<p>Подвижные игры:</p> <p>«Соберем в корзинку овощи», «Поезд» (на дачу), «Есть у нас огород», «Кто быстрее?»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Физкультминутки: «А в лесу растет черника...», <p>Пальчиковая гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Апельсин», «Что растет на нашей грядке», «Капуста», «Компот», «Овощи»,
Художественно-эстетическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Разучивание песен «Урожай собирай», «Антошка», «Есть у нас огород» • Развлечение «Овощи и фрукты - полезные продукты» • НОД Аппликация «Большие и маленькие яблоки на тарелке», «Ягоды и яблоки в банки»; • НОД Лепка «Угостим петушка вкусным горошком»; • НОД Рисование овощами «Вишенки и яблоки на тарелочке» (нетрадиционное)
Взаимодействие с родителями	<p>Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Здоровое питание – здоровый ребенок», <p>Консультации:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Правильное питание детей дошкольного возраста» • «Витамины в овощах и фруктах» • Памятка для родителей «Лук, чеснок нам помогают»»

- | | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none">• Папка-раскладушка: «Витаминная семейка»• Оформление книжек сказок про овощи и фрукты• Выставка поделок из овощей и фруктов «Дары осени» |
|--|---|

Результаты проекта:

- Познавательный досуг «Овощи и фрукты – полезные продукты»;
- Оформление тематической папки «Витаминные семейки»;
- Оформление плакатов на тему «Полезные продукты», «Вредные продукты»;
- Оформление книжек сказок про полезные продукты.
- Выставка поделок из овощей и фруктов.

Считаем, что в процессе работы над проектом поставленные задачи были успешно решены. Доказали, что овощи, фрукты - полезные и вкусные продукты! Дети и родители активно участвовали в оформлении книжек, а также в выставке поделок из фруктов и овощей. Совместно с детьми и родителями принято решение - организовать огород на подоконнике. Вырастить лук и чеснок, для употребления в пищу.