

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №34»

*Групповой проект
«Полезные продукты питания»
в средней группе*

Подготовили:
Воспитатели Бочарова А. А., Евсева В. А.;
Воспитанники средней группы №9

2022

Цель проекта:

Сформировать у детей основы здорового образа жизни, добиваться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

Задачи:

- Продолжать формировать у детей позиции признания ценности здоровья, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.
- Расширять знания и навыки по гигиенической культуре. Воспитывать привычку сохранять правильную осанку.
- Закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания.
- Расширять знания о влиянии закаливания на здоровье человека.
- Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.

Вид, тип проекта: ролево-игровой, информационно-практико-ориентированный.

Продолжительность проекта: 1 неделя (краткосрочный).

Участники проекта: воспитатели, воспитанники группы «Солнышко» и их родители.

Возраст детей: 4 – 5 лет.

Образовательные области: познавательная, речевая, физическая.

Актуальность проекта. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Методы проекта:

- игровые: дидактические игры; настольные игры; сюжетно – ролевые игры;
- словесные: чтение и рассказывание стихов, загадок; разговор, беседа; рассматривание картинок;
- наглядные: показ презентаций, использование иллюстраций, картин, фотографий.

Ожидаемые результаты по проекту:

- дети узнают много интересного об опасностях пользе витаминов;
- дети смогут объяснить зачем нужны витамины;

- обогащение воспитанников яркими впечатлениями, способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками, новыми знаниями;
- повышение компетентности родителей в области здорового питания детей.
- развитие физических качеств, укрепление здоровья детей.
- создание условий для познавательной и двигательной деятельности детей на прогулке, эмоциональной сферы, решение интеллектуальных и личностных задач, адекватных возрасту.

Этапы проекта:

1. Подготовительный этап

- Разработка перспективного плана;
- Подготовка цикла тематических мероприятий;

2. Основной этап.

- Проведение цикла тематических мероприятий;
- Организация целенаправленной просветительской консультативной деятельности с родителями по вопросам развития у детей познавательных способностей;

3. Заключительный этап.

- Проведение спортивного – развлекательного мероприятия «Наше здоровье»
- Оформление выставки плакатов: «Девочка чумазая», «Зубная щётка – лучший друг всех зубов», «Магазин расчёсок», «Правила, которые мы не будем забывать»;

Реализация проекта

1. «Ситуативный диалог.

Создание игровых, обучающих ситуаций.

Цель: формировать первичные представления о средствах сохранения и укрепления здоровья.

Материал: иллюстрации с изображением, презентация полезных и вредных продуктов, книги с загадками, атрибуты к обучающим ситуациям.

- Просмотр презентации вредная еда.
- Отгадывание загадок о овощах.
- Рассматривание иллюстраций с изображением ситуаций.
- Обучающие ситуации «Мы нашли грибы».
- Беседы: «Зачем чистить зубы», «Если не мыться, что будет», «Как нужно чистить зубы правильно».

2. «Мойдодыр»

Цель: Формирование у детей представлений о правилах личной гигиены;

Дать детям элементарные представления об инфекционных заболеваниях и их возбудителях (микробы и вирусы);

Продолжение просветительской консультативной деятельности с родителями по вопросам развития у детей интереса к ведению здорового образа жизни (спорт – его неотъемлемая часть);

Материал: иллюстрации, методические пособия по правилам поведения в опасных ситуациях, книги, настольные игры.

- Беседа «Микробы и вирусы»
- Дидактическая игра «Предметы личной гигиены»;
- Чтение: «Потешки, стихи, загадки на заданную тему»
- Пальчиковая гимнастика «Моем руки чисто – чисто»;
- Продуктивная деятельность:
- Подвижные игры: «Поймай хвостик». «Поймай комара», «Прятки»;

3. «Здоровое питание. Витамины».

Цель: Расширять и уточнять знания детей о наличии витаминов во фруктах и овощах; создать условия для формирования у детей представлений о полезных продуктах на нашем столе; способствовать созданию мотивации у детей и родителей на формирование здорового образа жизни

Материал: иллюстрации светофоров, атрибуты для спортивного развлечения.

- «Беседа» Витамины и полезные продукты»;
- Разучивание стихов, загадок, потешек ;
- Дидактическая игра «»Полезная и вредная еда»;

4. «Со спортом дружим мы всегда»

Цель: Формировать устойчивую привычку к режиму двигательной активности, интереса и потребности к физическому самосовершенствованию; воспитывать желание добиваться успехов в спортивных состязаниях, различных соревнованиях; познакомить родителей с итогами прошедшей недели здоровья (стенгазета о событиях недели здоровья).

Материал: атрибуты для спортивного развлечения,

- Рассмотрение иллюстраций о различных видах спорта;

- Продуктивная деятельность: Изготовление альбома о различных видах спорта;
- Спортивное развлечение «Наше здоровье в наших руках»
- Сюжетно – ролевая игра «Физкультурное занятие»;
- Работа с родителями: Беседа: «Значение ЗОЖ для здоровья человека»

Результат реализации проекта:

1. Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.
2. Получение детьми знаний о ЗОЖ.
3. Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;
4. Сформированность гигиенической культуры;
Улучшение соматических показателей здоровья;
5. Моральное удовлетворение.

Сценарий спортивно – развлекательного мероприятия: «Мы здоровье бережём»

Цель:

Совершенствовать изученные навыки основных движений в игровой деятельности;

Задачи:

- Способствовать формированию основ здорового образа жизни, воспитывать чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья;
- Доставить детям радость от участия в подвижных играх;
- Учить детей взаимодействию со сверстниками, способствовать сплочению детского коллектива;
- Развивать координацию движений, ловкость, быстроту реакции, выносливость.

Оборудование и материал:

Атрибуты для подвижных игр, оборудование для заданий и упражнений, дидактические игры, демонстрационный материал;

Ход спортивно – развлекательного мероприятия:

Воспитатель: «Дети, вы хотите быть смелыми, ловкими, умелыми, всегда, выигрывать и побеждать? Тогда приступим к тренировке. Налево, шагом марш! Дети шагают в обход по залу под рифмовку «Здоровье нужно очень»

всем», перестраиваются в круг, и делают под песню в исполнении Железновых, самомассаж».

Самомассаж «У жирафа пятна, пятнышки везде».

Воспитатель: «Ой, ребята, посмотрите, дальше нам нужно пройти по этой ровненькой дорожке, а она такая узкая. Идём дальше осторожно, не сходя с дорожки!

Дети проходят по ребристой доске, стараясь сохранить равновесие.

Воспитатель: «Молодцы, все прошли, никто не оступился. Идём дальше. Но нам преградил путь этот толстый, ленивый кот. И никак нам его не обойти. Как вы думаете, почему он такой толстый? (ответы детей – много ест, мало двигается, не делает зарядку, не занимается спортом,...) Так как - же нам быть? (предложения детей). Все коты любят играть, думаю и этот не откажется, давайте, давайте, поиграем?»

Игра «Кот и мыши»

Воспитатель: «Вот видите, мы сделали двойную пользу, сами побегали, и кота расшевелили, думаю, это ему очень полезно для здоровья, спросите у него, понравилось ему играть, прибавилось у него ловкости? (дети беседуют с котом).

Кот предлагает детям за полученное удовольствие и пользу познакомиться с новой игрой «Цветные автомобили»

Подвижная игра «Цветные автомобили»

Воспитатель: «Слышите, дети, кто – то стучится к нам в дверь. (воспитатель выходит за дверь и возвращаясь, заносит шапочки для подвижной игры и красиво оформленный пакет с яблоками). Это нам принесли угощение. А на прощание мы с вами поиграем в игру, которую сами придумали, помните? Давайте вспомним слова песенки микробов!»

Игра «От микроба убегай» - (часть детей надевают шапочки микробов, они по команде ловят других детей и уводят в своё «Больное царство», кого не поймают, тот считается самым ловким. Слова микробов, придуманные детьми:

«Мы злые, злые, злые,

Микробы мы плохие,

Кто кашу не ест

И не моет руки,

Не делает зарядку,

Мы переловим всех по - порядку»

Воспитатель: «Вот и закончилась наша тренировка. Мы с вами убедились, что мы все сильные, ловкие, смелые, умелые!».