

# Познавательный проект для детей старшего дошкольного возраста «Что я ем?»



Разработали:

Павлова Е.А -воспитатель старшей группы «Почемучки»

Атаманова К.Ю. -воспитатель подготовительной группы «Гномики»

МАДОУ детский сад № 14

г. Екатеринбург, 2018 г.

**Вид проекта:** познавательно-творческий.

**Участники проекта:** дети старшей и подготовительных групп, воспитатели, родители.

**Продолжительность проекта:** 8 месяцев

**Охватываемые образовательные области:** «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Физическое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие».

**Проблема:** незаинтересованность родителей в организации правильного питания детей.

#### **Актуальность темы проекта.**

Мы постоянно ищем все новые и новые способы позаботиться о своем здоровье, и в этом поиске забываем о самых простых и естественных вещах: необходимость обратить пристальное внимание детей и родителей на свое питание. Пересмотреть некоторые взгляды в этом направлении явилась основной причиной создания данного проекта.

**Цель проекта:** внедрение метода детских проектов в работу воспитателя, детей и родителей с целью формирования у детей представлений о правильном питании и здоровом образе жизни.

#### **Задачи:**

1. Дать детям общее представление о здоровье как ценности, о котором необходимо постоянно заботиться, научить беречь свое здоровье и заботиться о нем.
2. Расширять знания дошкольников о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.
3. Дать детям знания о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах, фруктах и ягодах.
4. Расширить знания у детей о значении хлеба в жизни человека;
5. Воспитывать гигиену питания и бережное отношение к своему здоровью.
6. Создать условия для участия родителей в образовательном процессе
7. Формировать у детей познавательный интерес к окружающему миру, родной природе;

#### **Формы реализации:**

1. Занятия по познавательной деятельности.
2. Беседы с детьми и родителями.
3. Игровая деятельность.
4. Театральная деятельность
5. Экспериментальная деятельность.
6. Выполнение работ по изобразительной деятельности и ручному труду.
7. Выпуск стен газеты.
8. Выставка детского творчества.
9. Изготовление Лэпбука «Здоровое питание»
10. Проведение развлечений.

#### **Основные средства:**

1. Информирование родителей о задачах и содержании проекта.
  2. Вовлечение родителей в совместную работу над проектом, создавая радостную атмосферу совместного с ребёнком творчества.
  3. Подготовка оборудования, материалов и инструментов.
  4. Обогащение предметно-развивающей среды.
  5. Включение детских работ в эстетически развивающую среду, окружающую детей.
  6. Проведение выставок детского и взрослого творчества.
- Форма организации детей: индивидуальная, подгрупповая.

#### **Содержание проекта:**

1. Цикл мероприятий по теме «Хлеб всему голова».
2. Цикл мероприятий по теме «Осень - кладовая витаминов».
3. Цикл мероприятий по теме «Производство продуктов питания».
4. Цикл мероприятий по теме «Всё, что мы положим в рот, попадает к нам в живот».
5. Цикл мероприятий по теме «Что я ем»
6. Цикл мероприятий по теме «Правила здорового питания».
7. Цикл мероприятий по теме «Книга здоровой пищи».

#### **Ожидаемый результат:**

- понимание детьми значения витаминов для сохранения и укрепления здоровья,
- понимание детьми значения полезных веществ находящихся в пище,
- понимание необходимости правильного питания,
- развитие познавательных и творческих способностей детей,
- обучение умению осуществлять поисково - исследовательскую деятельность,
- повышение речевой активности, активизация словаря по данной теме.

#### **Ресурсное обеспечение проекта:**

1. «Разговор о правильном питании» М.М. Безруких, Т.А Филиппова, (М., 2010).
2. «Две недели в лагере здоровья» М.М. Безруких, Т.А Филиппова, А.Г. Макеева (М., 2010).
3. Методическое пособие «Ознакомление дошкольников с окружающим и социальной действительностью» Н.В.Алёшина. (М.2005)

#### **Заключительный этап.**

- Показ открытой НОД «Здоровое питание»
- Презентация проекта.
- Реализация проекта.



## Структура проекта

Тема цикла	Месяц реализации	цикла Содержание			Развлечения
		НОД	Совместная деятельность воспитателя и детей	Работа с родителями	
1 Хлеб всему голова	Октябрь	НОД «Как выращивают хлеб»	Конструирование из бумаги "Колосок" (оригами). Разучивание пословиц и поговорок о хлебе	Консультация для родителей  «Какой хлеб есть. Какой хлеб полезней»  Родительское собрание совместно с детьми «Хлеб всему голова»	Театральное представление родителями сказки «Колосок»
2. «Осень - кладовая витаминов».	Ноябрь	НОД «О Витаминах с Незнайкой»	Разучивание пальчиковой игры «Капуста», «Апельсин»; Конструирование из бумаги «Ваза с фруктами» (квиллинг)	Консультация: «Что рассказать детям о витаминах»	Театрализованная деятельность детей сказка «Под грибочком». Развлечение «Музыкальный праздник осени».

3. «Производство продуктов питания»	Декабрь	НОД «Труд взрослых. Производство продуктов питания»;	Беседа: «За столом», «Иду в гости»; разучивание приветствия и девиза проекта	Беседа с родителями о привлечении детей к приготовлению овощных поделок.	«Выставка поделок овощей и фруктов» сделанная совместно с родителями.
4.«Всё, что мы поло-жим в рот, попа-дает к нам в живот».	Январь	НОД «Строение человека. Пищеварительная система»;	Лепка «Пластилиновый человечек».  Д/и «Путешествие яблочка»;	Консультация для родителей «Витамины зимой»; Привлечение родителей к изготовлению стен газеты «Юный поварёнок»;	Театрали-зованная деятельность детей сказка «Под грибком»;
5. «Что я ем»	Февраль	НОД «Что я ем»;	Рисование «Польза на тарелке»; аппликация «Наша каша»: Беседа «Как Вася закалялся от болезней»	Консультация для родителей «Как объяснить ребёнку о пользе пищи»;	Вечер загадок «Овощи и фрукты».
6. «Правила здорового питания».	Март	Беседа «О правилах питания»;	Лепка из пластилина «Овощи и фрукты, ягоды», Изготовление д/и «Витаминное солнышко» посадка и оформление огорода на окне.	Папка-передвижка «Правильное питание»	Познавательный досуг: «Овощи и фрукты полезные продукты»

7. Лэпбук «Здоровое питание»	Апрель	НОД «Здоровое питание».	Изготовление Лэпбука «Здоровое питание»  Приготовление витаминовых салатов.	Привлечь родителей к изготовлению совместно с детьми книжек- малышек «Здоровье сберегающие рецепты»	Организовать выставку Лэпбука «Здоровое питание»
---------------------------------------	--------	----------------------------	---	---	---