



Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад №435»

**«Правильно питайся-здоровья
набирайся»**

Автор: воспитатель Алексейчева Т.В.
(Средняя)



Паспорт проекта

- **Тип проекта:** познавательно-исследовательский
- **По количеству участников:** групповой
- **По характеру контактов:** в контакте с семьей
- **По времени:** краткосрочный





Цель проекта:

Расширить и уточнить представление у детей о продуктах, приносящих пользу организму, об организации правильного здорового питания.

Задачи проекта:

- Сформировать у детей общее представление о здоровье как ценности, о котором необходимо заботиться;
- Уточнить и обогатить знания детей о витаминах, об их пользе для здоровья человека, учить детей различать витаминосодержащие продукты;
- Помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания-еда должна быть не только вкусной, но и полезной;
- Развивать способности к исследовательской деятельности;
- Продолжать учить детей использовать ранее полученные знания при решении познавательных и практических задач;
- Способствовать созданию активной позиции родителей в желании употреблять в пищу полезные продукты.



1этап Подготовительный

Все началось с того, что у нас в группе появился необычный предмет. Как потом выяснилось-это оказалась «Пищевая пирамида». Мы с ребятами стали выяснять, что же это такое?



Мы проводили беседы о полезных продуктах



Выяснили, что существуют продукты «полезные» и «редко употребляемые» и на пирамиде это хорошо видно.

Поиграли в игру «Умный светофор», где выяснили, какие продукты можно «часто употреблять», «употреблять редко» и «употреблять с осторожностью»



2 этап Практический

Сначала мы рассматривали иллюстрации с полезными продуктами



Смотрели мультфильмы и презентации

Презентация «Полезность молочных продуктов»



Мультфильм «Азбука здоровья»



Играли в дидактические игры



«Гигиена рта»

«Будь, здоров»



«Свари кашу»





Ходили на экскурсию на кухню



*А от повара мы узнали, в каких продуктах содержатся
витамины и как их правильно хранить*





Затем мы лепили разные овощи, делали аппликацию «Каша на тарелке», рисовали «Живые витамины»





А вот и наши витамины, которые
мы сами вырастили



**Рассказывали гостю Хрюше, что такое витамины,
для чего они полезны, отгадывали загадки.**





Пальчиковая гимнастика



Оформление группы, родительского уголка



Работа с родителями

Книжки-малышки «Живые витамины»



Выставка рисунков «Здоровье глазами детей»



3 этап Оценка результатов проекта

- Создана предметно- развивающая среда для знакомства детей с правильным питанием, витаминами и продуктами, в которых они содержатся.
- Сформированы устойчивые знания и интерес к своему здоровью
- Значительно повысилась самостоятельная активность детей
- Улучшился микроклимат в группе, сближение детей в результате коллективного сотрудничества всех участников образовательного процесса
- Установились партнерские взаимоотношения между детьми и родителями



Благодарим за внимание

