**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области**

**основная общеобразовательная школа №6 имени Героя Советского Союза А.В. Новикова**

**города Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск Самарской области.**

**Структурное подразделение "Детский сад "Бабочка"**

**Проект (краткосрочный) во второй младшей группе «Ландыш»**

**на тему «Здоровое питание – наше процветание»**

Разработали: воспитатели

Бычкова Е. А.

Рудакова А. П.

Новокуйбышевск, 2023 год

Вид деятельности: познавательно-исследовательская деятельность

Интеграция образовательных областей:

«Речевое развитие»

«Познавательное развитие»

«Социально-коммуникативное развитие»

«Художественно-эстетическое развитие»

Тип проекта: познавательно-развивающий.

Вид проекта: творческий.

Продолжительность проектной деятельности: краткосрочный.

Участники проекта: дети, родители, воспитатели ГБОУ ООШ №6 СП «Детский сад "Бабочка"

Подготовили: Бычкова Е. А., Рудакова А. П.

Актуальность проекта: ни для кого не секрет, что влияние питания на состояние здоровья человека очень велико. Пища является одним из важнейших факторов окружающей среды. С самого рождения ребенок является исследователем мира, который его окружает, формируются вкусовые пристрастия и привычки. И самую главную роль в формировании здорового образа жизни играет семья. Именно в младшем возрасте важно дать представление о здоровом питании, подвести маленького человека к тому, что здоровое питание должно являться неотъемлемой частью повседневной жизни. Правильное питание - это залог отличного самочувствия, отличного настроения, работоспособности и нашего здоровья.

Одним из самых эффективных средств развития и воспитания ребенка в младшем дошкольном возрасте является игровая деятельность. Через игру до сознания ребенка можно донести различную информацию. В этом возрасте еще дети не понимают, почему конфеты и газированная вода очень вредны. А творог, фрукты, молоко очень полезные. Важно, чтобы дети сами понимали, почему нельзя есть много сладостей, жевать жвачки. Многие родители сами не осознают, какой вред наносят детскому организму своим халатным отношением к питанию своих чад. Поэтому вопрос о полезных и неполезных продуктах питания сейчас стоит очень остро. Закладывая фундамент здорового питания в младшем возрасте, мы способствуем развитию гармонично развитого и здорового человека.

Проблема: Недостаточно знаний у детей о правилах здорового питания, отказ от полезных продуктов питания в детском саду.

Цель: формирование у детей привычки здорового питания, приобщение к здоровому и правильному питанию.

Задачи:

Образовательные – формировать знания о здоровом питании, формирование полезных привычек и гигиенических навыков.

Воспитательные – воспитывать положительные эмоции у детей в процессе приема пищи

Развивающие – развивать речь, воображение и мышление.

План реализации проекта:  
1. Подготовительный этап- сбор и анализ литературы по данной теме;

- подборка информационного материала для родителей по данной теме;  
- разработка конспектов занятий для детей;  
- подборка стихотворений, загадок по данной теме;

- подборка дидактических игр и пособий;

- выбор сюжетно-ролевых игр.

2. Основной этап

- беседы с детьми о здоровье (полезная и вредная пища, о здоровье и чистоте, польза овощей и фруктов, польза витаминов);

- реализация проекта через разные виды деятельности: проведение бесед с детьми, рассматривание пособий, художественно – творческая деятельность, проведение дидактических и настольных игр, разучивание коротких стихотворений, отгадывание загадок по данной теме.

3. Заключительный этап  
- оформление консультаций для родителей «Основные принципы здорового питания дошкольника»;  
- проведение дидактических игр;

- коллективная работа на тему «Овощи и фрукты – наши лучшие друзья».

Участники проекта:

- воспитатели группы «Ландыш»;

- дети группы;

- родители воспитанников.

Ожидаемый результат:

- дети должны научиться отличать полезные продукты питания от вредных;

- закрепить культурно-гигиенические навыки перед приемом пищи, во время еды и после приема пищи.

Ход проекта:

Дидактическая игра «Варим борщ и компот»

Цель:

- развивать и обобщать у детей представления о полезных продуктах питания;

- учить отличать продукты питания друг от друга;

- развивать словесную деятельность, мышление и воображение.

Материал:

Две картинки с изображением кастрюль «Борщ» и «Компот», карточки с изображением продуктов питания, которые нужны для приготовления борща и компота.

Ход игры:

Воспитатель раскладывает перед детьми две карточки «Борщ» и «Компот», и просит детей разложить картинки овощей и фруктов.

Беседы:

Цель: рассматривание и описание предметов.   
1. Тема: «Витамины – наши лучшие друзья»;  
2. Тема: чтение стихотворений о правильном питании;  
3. Тема: отгадывание загадок про овощи и фрукты.

Художественное творчество:  
Цель:

- рассматривание продуктов питания;

- участие в беседе о цвете и форме. Выполнение задания по образцу.

- развитие мелкой и крупной моторики рук.

Тема: «Овощи и фрукты» (раскрашивание карандашами по предложенному образцу). Раскраска по выбору детей;  
2. Тема: «Полезные продукты питания» (лепка из пластилина).

 





