

Исследовательский проект

*С витаминами дружу- я
здоровьем
дорожу!*

*Авторы:
дети старшей группы, родители,
Воспитатели: Брюханова Е.С, Галаган О.И.*



Цель исследования

формирование убеждений и привычек здорового образа жизни в условиях дошкольного образовательного учреждения, развитие познавательных и интеллектуальных способностей детей дошкольного возраста.

Задачи проекта:

- 1. Дать детям общее представление о здоровье как ценности, о котором необходимо постоянно заботиться, научить беречь свое здоровье и заботиться о нем.*
- 2. Продолжать формирование убеждений и привычек здорового образа жизни в условиях дошкольного образовательного учреждения.*
- 3. Расширять знания дошкольников о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.*
- 4. Дать детям знания о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании витаминов в овощах, фруктах и ягодах.*
- 5. Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.*

Ожидаемый результат:

- 1. Обогащение детей знаниями о пользе витаминов для нашего организма.*
- 2. Развитие коммуникативных качеств личности ребенка, как активного участника проекта.*
- 3. Создание благоприятных условий для саморазвития ребенка, проявления его творческой деятельности.*
- 4. Активное участие родителей в жизни детского сада и в оздоровлении своей семьи.*

Формы реализации:

- ОД и беседы по познавательной и экспериментальной деятельности.*
- Беседы с детьми и родителями.*
- Игровая деятельность.*
- Выполнение плаката.*



Этапы реализации проекта:

I этап. Аналитический

- анализ проблемы;
- определение целей и задач проекта,
- подбор методической, справочной, энциклопедической и художественной литературы по выбранной теме проекта.

II этап. Организационный

(Планирование реализации проекта).

- составление и обсуждение со всеми участниками проекта поэтапного плана работы;
- подбор необходимого оборудования и пособий для практического обогащения проекта, целенаправленности, систематизации - воспитательно-образовательного процесса.

III этап.

Реализация проекта. Сохранение здоровья требует от каждого человека большого труда. Хорошее здоровье – это правильное питание плюс занятия физической культурой.

Проблемные вопросы:

- Где прячутся витамины?
- Какое влияние оказывают витамины на здоровье человека?
- Какие витамины нужны человеку?
- К чему приводит недостаток витаминов в организме человека?
- Как сохранить витамины в процессе хранения и кулинарной обработки овощей? (для родителей).

Коммуникация

- **Беседы с воспитателем:**
Как витамины вирус победили. Как Вася закалялся от болезней Где живут витамины. Что растет на огороде. Полезная и вредная еда. Что растет в саду. Питание и здоровье.
- **Беседы с мед.сестрой детского сада: Роль витаминов в жизни человека. О пользе овощей и фруктов.**



Познание:

*- Наблюдения в огороде «Вот веселый огород, что здесь только не растет»
Витамины, которые мы вырастили на огороде детского сада.*



Опытно-экспериментальная работа

*«Узнай на вкус и расскажи»,
«Краска из продуктов»,
Сортировка крупы,
«Коллекция ароматов»*



Взаимодействие с родителями

*Родительские встречи по интересам
«Витамины в нашей жизни».*

Как сохранить витамины на зиму?

*Домашний фото-репортаж наших юных
корреспондентов.*



Физкультурно-оздоровительная работа

- Ежедневная физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня, направленная на тему проекта
- Подвижные игры: «Во саду ли в огороде», «Принеси названный предмет», «Ловишки» – убежим от вируса, «Собери витамины»



Игровая деятельность :

Дидактические игры

Вершки и корешки, Овощи и фрукты, Угадай, какой овощ, Волшебный мешочек, Что, где растет, Опиши овощи, фрукты, Найди пару, Что знаешь кислое, сладкое, горькое



Продуктивная деятельность

- Лепка «Чудо-фрукт»
- Создание плаката «Полезные и вредные продукты».



IV. Заключительный этап:

Анализ проделанной работы:

*Выставка детско-родительских рисунков :
«Мое любимое полезное блюдо»*



После проведенной работы:

–Дети получили представление о здоровье, о способах заботы о нем, узнали пользу овощей и фруктов.

–Расширили свои представления о правильном питании, о взаимосвязи здоровья и питания.

Дети пришли к выводу : «Если я буду хорошо и правильно питаться, то буду здоров...».

Дети в детском саду и дома в меню стали отдавать предпочтения овощным блюдам, понимая пользу данных видов продуктов.

–Родители заинтересовались проблемой сохранения здоровья своих детей посредством правильного питания и укрепления здорового образа жизни в своей семье.

–Педагоги продолжили формировать у детей положительные качества личности, нравственного и культурного поведения на более высоком уровне. А самое главное- эта проектная деятельность объединила детей, родителей и педагогов для новых достижений.

а Ты ешь витаминны?

