

Витаминный калейдоскоп



**Проект группы компенсирующей
направленности №1 «Солнышко»
(5-6 лет)**

МБДОУ «Детский сад № 21»

**Вид: познавательно-творческий
краткосрочный**

**Разработали: учитель-дефектолог
Шкалдова Е.Ю.**

**Воспитатели: Хрущева Л.Г.
Мышанова З.С.**

Актуальность проблемы:

Все жизненные процессы протекают в организме при непосредственном участии витаминов. Они способствуют поддержанию защитных сил организма, повышают его устойчивость к действию различных факторов окружающей среды, помогают приспособливаться к все ухудшающейся экологической обстановке. Витамины играют важнейшую роль в поддержании иммунитета, т.е. они делают наш организм более устойчивым к болезням.

Все, вероятно, знают, что витамины – это необходимая часть пищи. Часто говорят: «Эта пища полезная, в ней много витаминов». Но немногим точно известно, что такое витамины, откуда они берутся, в каких продуктах содержатся, какое значение имеют для нашего здоровья, как и когда нужно принимать витамины и в каком количестве.

Участники проекта: воспитанники группы, родители воспитанников, учитель-дефектолог, воспитатели, старшая медицинская сестра дошкольного учреждения.

Проблема: роль натуральных витаминов в сохранении и укреплении здоровья.

Цель проекта: развитие познавательных и творческих способностей детей дошкольного возраста устойчивого интереса к своему здоровью.

Задачи проекта:

- Сформировать у детей общее представление о здоровье как ценности, о котором необходимо постоянно заботиться;
- уточнить и обогатить знания детей о витаминах, об их пользе для здоровья человека, учить детей различать витаминсодержащие продукты;
- помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания - еда должна быть не только вкусной, но и полезно;
- развивать способности к исследовательской деятельности:
 - - определение задач, исходя из поставленной проблемы;
 - планирование этапов своих действий в соответствии поставленными задачами;
 - умение выбрать материал и способ действия;
 - умение аргументировать свой выбор.
- 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.



Предварительная работа:

- Беседа о пользе продуктов: какие продукты полезные, какие вредные для организма;
- Знакомство с понятием - витамины;
- Обобщение знаний об овощах и фруктах;
- Выполнение домашних заданий в виде рисунков, практических заданий (приготовление салатов);



Ожидаемые результаты:

- развитие познавательно – исследовательской деятельности детей: способности к определению задач на основе поставленной проблемы, умения планировать этапы своих действий, аргументировать свой выбор;
- формирование представлений о здоровье и как его сберечь;
- формирование представлений о витаминах, в чем они содержатся и как влияют на здоровье;
- создание благоприятных условий для саморазвития ребенка, проявления его творческой деятельности.

Этапы реализации проекта



I. Этап. Разработка проекта.

- Донести до участников проекта важность данной темы
- определение и обсуждение со всеми участниками проекта поэтапного плана работы;
- анализ проблемы: что уже есть, что нужно сделать, к кому обратится за помощью, в каких источниках можно найти информацию;
- создание банка идей и предложений;
- подбор методической, справочной, энциклопедической и художественной литературы по выбранной тематике проекта;
- подбор необходимого оборудования и пособий для практического обогащения проекта, целенаправленности, систематизации образовательного процесса.

II. Этап. Реализация проекта.

№	Образовательная обл.	Формы организации детской деятельности	Задачи
1.	здоровье	Познавательное занятие «Что такое здоровье» Беседа: «Вита – значит, жизнь» Экскурсия на кухню Детского сада: «И вкусно и полезно!» Беседа медсестры: «Витамины для здоровья»	1. Систематизировать знания детей о составляющих понятия «здоровье» 2. Формировать знания о полезных и не очень полезных продуктах. 1 Познакомить детей с происхождением слова «витамин». 2 .Дать понятия об основных витаминах («А», «В», «С», «Д», «Е», «Р») 1 . Закреплять представления детей о значимости сбалансированного питания 2. Воспитывать осознанное отношение к результатам труда других людей. 3. Формировать знания о том, как правильно сохранять витамины в продуктах. 1 Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью.

2.	Физическая культура	<p>Подвижные игры: «Ловишки» - убежим от вируса «Собери витамины» Физкультурное занятие.</p> <p>«Путешествие к гномам за секретами здоровья»</p>	<p>Содействовать гармоничному физическому развитию детей.</p> <p>Накапливать и обогащать двигательный опыт, добиваясь осознанного, активного С должным мышечным напряжением</p> <p>Выполнения всех видов упражнений.</p>
3.	Безопасность	Беседа: «Как пользоваться столовыми приборами».	Научить детей правильно и безопасно пользоваться вилкой и ножом.

4.	Социализация	<p>Сюжетно-ролевые Игры</p> <p>«Продуктовый магазин»</p> <p>«Аптека»</p> <p>«Кафе»</p> <p>«Приходите в гости к нам»</p> <p>«Какой витамин спрятался в этих продуктах»</p> <p>«Вредно-полезно»</p> <p>«Витаминные семейки»</p> <p>«Волшебный мешочек»</p> <p>Лото</p> <p>«Овощи и фрукты»</p> <p>«Узнай на вкус»</p> <p>«Поваренок»</p>	<p>Закрепить знание названий продуктов и витаминов, которые в них содержатся;</p> <p>Закрепить знание правила поведения в магазине , профессиональных действий продавца.</p> <p>Закреплять представления о работе аптеки.</p> <p>Воспитывать уважение к представителям данной профессии.</p> <p>Развитие потребности в полезной пищи.</p> <p>Воспитание навыков культуры поведения</p> <p>Обогатить знания детей о пользе витаминов, о том, как витамины влияют на организм человека.</p> <p>Формировать представление о значении Правильного питания.</p> <p>Закреплять знания детей о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах и фруктах.</p> <p>Учить узнавать предметы на ощупь.</p> <p>Учить группировать предметы по существенным признакам</p> <p>Развивать умение узнавать продукты на вкус.</p> <p>Учимся определять состав блюда и поэтапное приготовление.</p>
----	--------------	--	---

5.	Познание	<p>Опытно-экспериментальная работа: огород на подоконнике</p> <p>Создание коллекции Семян</p> <p>Экскурсия в библиотеку : «Овощи и фрукты главный источник витаминов»</p> <p>(задание для родителей)</p>	<p>Расширить представления детей о системе потребностей живых организмов в оптимальной температуре, свете, влаге.</p> <p>Развивать познавательную активность детей в процессе создания коллекции</p> <p>обобщить представления об основных фазах жизненного цикла овощей.</p> <p>Расширять кругозор детей о витаминах.</p>
6.	Чтение художественной литературы	<p>Ю. Тувим «Овощи»</p> <p>Э.Хогарт «Мафин и его знаменитый кабачок»</p> <p>Н. Носов «Огурцы»</p> <p>Т. Чижевская «Тишкин огород»</p>	<p>Поддерживать у детей интерес к литературе, воспитывать любовь к книге.</p> <p>Учить выражать свое понимание содержания и смысла поведения, описанных в нем событий.</p>

7.	Коммуникация	<p>Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> *Роль витаминов в жизни человека *Где живут витамины *О пользе овощей и фруктов * О пользе еды *Как витамины вирус победили <p>Развитие речи. Тема: «Загадки на грядке»</p> <p>Познавательная беседа. Тема: «Что необходимо для роста и зрения»</p> <p>Театрализация «Спор овощей»</p>	<p>Обогащение представлений детей о витаминах, их роли в жизни человека. Закреплять представления детей о значимости правильного питания.</p> <p>Учить детей понимать образный смысл загадок. Продолжать учить детей полно и точно отвечать на вопрос, строя предложения из 3-4 слов. Развивать навыки составления рассказа из опыта детей.</p> <p>Познакомить детей с витамином «А». Дать представление о том, в каких продуктах его содержание наиболее высоко, и как он положительно влияет на организм.</p> <p>Активизировать и расширять словарь, умение вести диалог, учить передавать эмоции в диалоге.</p>
----	--------------	--	--

8.	Труд	«Готовим салаты из овощей» «Вкусные истории в стране витаминов»	Формировать навыки коллективного труда, организаторские способности. Развивать умения применять знания в новых условиях. Воспитывать творческие способности.
9.	Музыка	Пение, движение – «Урожай собирай» Муз. А Филиппенко, Сл. Т. Волгиной «Песенка об овощах» Муз. и сл. Н. Зарецкой В. Шаинский «Антошка»	Развивать певческие умения детей. Стимулировать самостоятельную деятельность детей по импровизации сцен, танцев. Развивать умение сотрудничать в коллективной музыкальной деятельности.

Взаимодействие с родителями:

- Совместное с детьми создание альбомов «**Витамины в рационе нашей семьи**»
- Оформление папки – передвижки «**О пользе витаминов**»
- Консультация: «**Советуем посадить дома**»

Презентация проекта:

- Альбомы «Витамины в рационе нашей семьи»
- Книга - самоделка “Вкусные истории в стране витаминов”
- Книга рецептов «Волшебный салат»
- Коллекция семян
- Создание детской оздоровительной газеты «Здоровье дошкольника»
- Презентация блюд



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 партнёрские взаимоотношения между детьми и родителями, благодаря совместной деятельности в ходе организации и проведения совместных мероприятий

Источники:

1. «Букварь здоровья». Л.В.Баль, В.В.Ветрова . АОЗТ
Издательство :«ЭКСМО», 1995
2. Расти здоровым. Детская энциклопедия здоровья.
Р.Ротенберг . Издательство :« Физкультура и спорт,
1992
3. <https://www.google.ru/>
4. <https://yandex.ru/>

**спасибо за
внимание!**

