

	Добрый день, уважаемые коллеги! Предлагаю вашему вниманию проект на тему: «Питание и здоровье»
	На сегодняшний день одной из важных проблем в воспитании детей дошкольного возраста является вопрос сохранения и укрепления здоровья ребенка. Федеральный закон «Об образовании» определяет «Образовательное учреждение создает условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья воспитанников». Особое внимание уделяется правильному питанию, ведь именно оно одна из главных составляющих здорового образа жизни. Известно, что навыки здорового питания формируются с детства. Первые детские годы – то самое время, когда у ребенка вырабатываются базовые предпочтения в еде, создается основа для его гармоничного развития. Питание представляет собой один из ключевых факторов, определяющих условия роста и развития ребенка. Сегодня существует проблема правильного питания в семье. Родители зачастую не способствуют формированию стереотипов правильного питания, а дети самостоятельно не могут оценить полезность пищи. Поэтому нужно вести активную совместную работу педагогов с родителями по приобщению детей к здоровому и правильному образу жизни.
	Был выбран тип проекта: познавательно-игровой. Вид проекта - краткосрочный Длительность проекта – с 27 июня по 17 июля 2022 г. Участники проекта - дети младшей группы №8, родители, воспитатель
	Цель проекта: формирование представлений детей о здоровой пище, о вредных и полезных продуктах питания. Задачи: - ознакомление детей с понятием «правильное питание», «витамины»; - формирование представлений детей об овощах и фруктах, их вкусовых качествах и значимости для организма человека; - формирование у детей культурно-гигиенических навыков, полезных привычек; - развитие положительных эмоций у детей в процессе приема пищи.

	-воспитание у детей и родителей правильного отношения к питанию.						
Планируемые результаты: -расширение знаний детей о питании и его значимости через различные виды деятельности, формирование представлений детей о здоровом образе жизни; -обогащение активного словаря, развитие связной речи; -воспитатели в процессе реализации проекта расширят свои знания о правильном питании; -пополнить знания родителей о правильном питании и его значении в укреплении здоровья детей.	Планируемые результаты: -расширение знаний детей о питании и его значимости через различные виды деятельности, формирование представлений детей о здоровом образе жизни; -обогащение активного словаря, развитие связной речи; -воспитатели в процессе реализации проекта расширят свои знания о правильном питании; -пополнить знания родителей о правильном питании и его значении в укреплении здоровья детей.						
Этапы проекта <table><tr><td>Информационно-аналитический:</td><td>Практический:</td><td>Обобщающий и завершающий:</td></tr><tr><td>Сбор и анализ литературы по данной теме, подборка дидактических игр, пособий, иллюстративного материала, художественной литературы, памятки.</td><td>Работа с детьми: беседы, чтение художественной литературы, дидактические игры, сюжетно-ролевые игры, хороводные игры, продуктивная деятельность. Работа с родителями: анкетирование, консультации, памятки.</td><td>Достиженные результаты, презентация проекта.</td></tr></table>	Информационно-аналитический:	Практический:	Обобщающий и завершающий:	Сбор и анализ литературы по данной теме, подборка дидактических игр, пособий, иллюстративного материала, художественной литературы, памятки.	Работа с детьми: беседы, чтение художественной литературы, дидактические игры, сюжетно-ролевые игры, хороводные игры, продуктивная деятельность. Работа с родителями: анкетирование, консультации, памятки.	Достиженные результаты, презентация проекта.	Проект проходил в три этапа: Информационно-аналитический: Сбор и анализ литературы по данной теме, подборка дидактических игр, пособий; иллюстративного материала, художественной литературы, пальчиковых игр. Практический: Работа с детьми: беседы, чтение художественной литературы, дидактические игры, сюжетно-ролевые игры, хороводные игры, продуктивная деятельность. Работа с родителями: анкетирование, консультации, памятки. Обобщающий и завершающий: Достиженные результаты; презентация проекта
Информационно-аналитический:	Практический:	Обобщающий и завершающий:					
Сбор и анализ литературы по данной теме, подборка дидактических игр, пособий, иллюстративного материала, художественной литературы, памятки.	Работа с детьми: беседы, чтение художественной литературы, дидактические игры, сюжетно-ролевые игры, хороводные игры, продуктивная деятельность. Работа с родителями: анкетирование, консультации, памятки.	Достиженные результаты, презентация проекта.					
Информационно-аналитический: Консультации для родителей	На первом этапе проводилась работа по сбору и анализу литературы по данной теме, подбор дидактических игр, сюжетно-ролевых игр, иллюстративного материала и художественной литературы.						

Практический этап: Беседа с детьми на тему: «Дай сил нам всегда витаминная еда» Чтение художественной литературы: Витамины для Винни-Пуха, сказка про еду, Маша и фруктовый сад, Как петух заболел ангиной, С.Маршак «Юля плохо кушает», стихи про овощи и фрукты, сказки. 	На втором этапе с детьми проводились беседы на тему: «Даёт силы нам всегда витаминная еда» «Поговорим о правильном питании», «Вкусно, здорово, полезно». Цель бесед: расширение знаний детей, о том на сколько полезны многие продукты, и как важно правильно питаться. Чтение художественной литературы: Витамины для Винни Пуха, сказка про еду, Маша и фруктовый сад, Как петух заболел ангиной, С.Маршак «Юля плохо кушает», стихи про овощи и фрукты, сказки.
Рассматривание иллюстраций «Полезные овощи» 	Дети рассматривали наглядный материал по данной теме: «Овощи, фрукты, ягоды», «Во саду ли в огороде». В ходе рассматривания материала, дети задавали вопросы, запоминали названия овощей, фруктов, ягод; обогащали и пополняли свои словарный запас новыми словами, дети формировали умение вести диалог с воспитателем.
Дидактическая игра «Вредная и полезная еда» Дидактическая игра «Варим суп и компот» Дидактическая игра «Собери корзинку» 	В ходе проекта была оснащена предметно-пространственная среда дидактическими играми, в которые с удовольствием играли дети: «Вредная и полезная еда», «Варим суп и компот», «Собери корзинку». Цель данных игр: развитие представлений детей о вкусной и полезной пище, закрепление знаний об овощах и фруктах.

Изобразительная деятельность – раскрашивание овощей. 	В ходе проекта была организована изобразительная деятельность: дети раскрашивали овощи, совместно с родителями рисовали «Блюда дня».
Прием пищи с использованием художественных слов и персонажей. 	Во время приема пищи в гости к детям приходила лисичка, воспитатель применял художественное слово. Проводилась пальчиковая гимнастика: «Капуста, апельсин»
Сюжетно-ролевые игры: «В гости к бабушке», «Поход в магазин». 	Дети играли в сюжетно-ролевые игры: «В гостях у бабушки», «Поход в магазин» в ходе игр дети расширяли свои игровые умения на основе знаний, полученных при восприятии окружающего мира, развивали творческую активность, воображение, память.
Работа с родителями. Анкетирование. 	В рамках проекта проводилась работа с родителями: анкетирование на тему: «Здоровое питание-здоровый ребенок». В анкетировании принимало 15 семей. Анализ анкетирования показал, что 80 процентов родителей стараются придерживаться дома основ правильного питания, воспитывают культуру поведения за столом. Остальные 20 процентов родителей не всегда придерживаются в выборе правильных блюд для своих детей и позволяют их побаловать вредной и нездоровой едой. Родителям были предложены для ознакомления консультации: «Как приучить есть ребенка овощи и фрукты», «Воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольников», «Чистые руки-залог здоровья», памятки «питание и здоровье», «В каких продуктах живут витамины», «Что делать если ребенок не хочет кушать?»

Обобщающий и завершающий этап:  По итогам проекта у детей сформировано представление о необходимости заботы о своем здоровье, представления о том, какие еда вредная, а какая полезная для здоровья, а как vitamins влияют на организм человека. У родителей сформировано представление об основных принципах регулярного питания, о наиболее полезных блюдах для дошкольников. Родители обратили внимание на рацион своих детей, сделали его более витаминизированным и полезным. С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу в данном направлении через совместные мероприятия педагогов с родителями.		По итогу проекта у детей сформировано представление о необходимости заботы о своем здоровье, представлении о том, какая еда вредная, а какая полезная для здоровья, и как витамины влияют на организм человека. У родителей сформировано представление об основных принципах регулярного питания, о наиболее подходящих блюдах для дошкольников. Родители обратили внимание на рацион своих детей, сделав его более витаминизированным и полезным. С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу в данном направлении через совместные мероприятия педагогов с родителями.
«Человеку нужно есть, Чтобы встать и чтобы сесть, Чтобы прыгать, кувыркаться, Песни петь, дружить смеяться, Чтоб расти и развиваться, И при этом не болеть. Нужно правильно питаться, С самых юных лет уметь.» 		«Человеку нужно есть, Чтобы встать и чтобы сесть, Чтобы прыгать, кувыркаться, Песни петь, дружить смеяться, Чтоб расти и развиваться, И при этом не болеть. Нужно правильно питаться, С самых юных лет уметь.»
Спасибо за внимание! 		Спасибо за внимание!