**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Солгонский детский сад»**

**ПРОЕКТ**

**«Здоровое питание»**

**Во второй младшей группе «Пчелки»**

**Тип проекта: : познавательно – творческий,**

**Сроки проекта: краткосрочный (05 апреля- 12 апреля).**

**Составитель:**

**воспитатель:**

**Коконова М.Н.**

2021г.

с.Солгон.

**Актуальность:**

- Рациональное питание является одним из факторов внешней среды, определяющих нормальное развитие ребёнка. Оно оказывает самое непосредственное влияние на жизнедеятельность, рост, состояние здоровья.   
- Правильное сбалансированное питание, отвечающее физиологическим потребностям растущего организма, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям.

- Наиболее важно соблюдение принципов рационального питания детей дошкольного возраста. Именно в этом возрасте дети не могут самостоятельно оценить полезность здоровой пищи, в наше время, время рекламы чипсов, кириешек, чупа-чупсов, газированные воды и т. д. У детей формируется искаженные взгляды на питание.

**Участники:** Воспитатели , дети.

**Тип проекта:** познавательно-исследовательский, творческий, краткосрочный.

**Срок реализации проекта*:*** 1 неделя

**Проблема:**

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

**Цель проекта:**

создание условий для формирования знаний детей и их родителей о правилах здорового питания. Расширить и уточнить представление у детей о продуктах, приносящих пользу организму, об организации правильного здорового питания.

**Задачи:**

- формировать знания о правилах здорового питания;

- формировать у детей интерес и готовность к соблюдению правил рационального здорового питания;

- познакомить с группами витаминов .

- развивать творческие способности у детей и умение работать сообща.

**Ожидаемый результат:**

-Детиприобретут первичные представления о полезности витаминов, пищи, о том, что вредно и что полезно для здоровья.

- Пополнить словарный запас детей, как активного, так и пассивного словаря;

- Развить творческие способности у детей.

**Этапы проектной деятельности:**

1 этап **Подготовительный:**

1. Составление плана работы над проектом.

2. Сбор материала необходимого для реализации проекта.

3. Организация предметно-развивающей среды по теме проекта.

4. Изготовление дидактических игр и пособий.

5. Разработка конспектов НОД по планируемой теме.

2 этап **Основной:**

|  |  |
| --- | --- |
| Виды деятельности | Название видов деятельности |
| **Игровая деятельность** | |
| Сюжетно-ролевые игры | «Приготовим салат»  «Мы повара» |
| Дидактические игры | «Чудесный мешочек»  «Овощи фрукты».  «Собери картинку (разрезные овощи)»  «Найди по описанию»  «Полезно -вредно» |
| **Коммуникативная деятельность** | |
| Беседы | «Здоровье и болезнь»  «Вредная еда!»  «Режим дня»  «В каких овощах есть витамины?»   «Какие фрукты вы знаете?»  «Микробы и вирусы» |
| Рассматривание иллюстраций | «Вредные продукты»  «Овощи и фрукты»   «Режим дня» |
| Загадки | «Овощи», «Фрукты» |
| **Двигательная деятельность** | |
| Подвижные игры | «Огород»  «Огурчик» |
| Пальчиковые игры | «Мы капусту рубим»  «Будем мы варить компот». |
| **Изобразительная деятельность** | |
| Аппликация | Коллективная работа «Правильное питание» , «Варим компот» |
| **Восприятие художественной литературы** | |
| Чтение художественной литературы | «Сказка про мальчика, который не любил мыть руки».  Ю. Тувим «Овощи»  Русская народная сказка  «Вершки и корешки»  С.В. Михалков «Овощи». |

3 этап **Заключительный:**

У детей расширились представления о здоровом образе жизни и его значимости для человека, появилось  бережное  отношение к своему здоровью.

Разнообразились знания об овощах и фруктах.

**Приложение:**

**№1 Коллективная работа « Правильное питание»**





**№2 Рассматривание иллюстраций овощей и фруктов**

****

**№3 Аппликация «Варим компот»**

****

**№4 Сюжетно – ролевая игра «Кухня»**

****

**№5 Сюжетно- ролевая игра « Мы повара»**

****

**№6 Д/И «Овощи и фрукты»**

****

**№7 «Режим дня»**

****