

Краткосрочный проект во второй младшей группе на тему: «Витамины и здоровье».



Выполнила: Мелконян Ани Александровна,
воспитатель МДОУ "Детский сад №5"
г. Ясногорска Тульской области

Паспорт проекта:

Тип проекта: познавательно - исследовательский.

Продолжительность проекта: краткосрочный (1 неделя).

Сроки реализации проекта: с 4 апреля по 8 апреля 2022 г.

Участники проекта: дети второй младшей группы, воспитатели второй младшей группы, инструктор по физической культуре, родители воспитанников.

Актуальность проекта:

Актуальной проблемой на сегодняшний день является охрана и укрепление здоровья детей. Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Для достижения гармонии с природой, самим собой необходимо учиться заботиться о своем здоровье с детства. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни.

Здоровый образ жизни немыслим без рационального разнообразного питания. Питание, как известно, является одним из факторов, обеспечивающих нормальное развитие ребёнка и достаточно высокий уровень сопротивляемости его организма к заболеваниям.

Именно в детстве закладываются основы здоровой организации жизни ребенка на будущее. Важно, чтобы у ребенка сформировалось представление об устойчивой взаимосвязи благополучия организма и питания (причем разнообразного). Необходимо каждый день находить слова, примеры, раскрывающие перед ребенком пользу (или ее отсутствие) того или иного блюда, продукта. Поэтому так важно дать детям представления о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или

иных витаминов в овощах и фруктах, ягодах. Не менее важно дать детям знания о культуре питания, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.

Дети должны понять, что овощи и фрукты, ягоды очень полезны для здоровья, так как в них очень много витаминов, которые позволяют им лучше расти и развиваться.

Цель проекта: формировать у детей представления о правильном питании и здоровом образе жизни.

Задачи проекта:

1. Способствовать накоплению знаний об овощах и фруктах
2. Дать детям знания о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах, фруктах.
3. Расширять знания дошкольников о взаимосвязи питания и здоровья.
4. Воспитывать стремление к здоровому образу жизни.

Предполагаемые результаты:

- приобретение необходимых знаний и представлений о витаминах;
- осознанное отношение детей к витаминам (овощи и фрукты в любом виде очень полезны для растущего организма);
- умение решать предложенные задачи в совместной деятельности;
- дети научатся сажать лук и ухаживать за ним.

Проблемный вопрос:

Что такое витамины, где они содержатся?

Этапы реализации проекта:

I. Подготовительный этап

- Подбор литературы по данной теме.
- Разработка плана реализации проекта.
- Подборка иллюстративного материала.
- Подборка стихотворений, загадок по теме.
- Подборка подвижных, пальчиковых, дидактических игр по теме.
- Подготовить материал для изобразительной деятельности, художественную и познавательную литературу для чтения детям.

II. Основной этап

**Перспективный план реализации проекта
«Витамины и здоровье»**

День недели	Работа с детьми.
Понедельник	Пальчиковая гимнастика «Горох» Беседа с детьми «Овощи и фрукты - полезные продукты» Рассматривание иллюстраций с изображением овощей и фруктов. Дидактическая игра «Овощное лото» Чтение русской народной сказки: «Петушок и бобовое зернышко» Работа с трафаретами и раскрасками. Разучивания стихотворения о витаминах; Подвижная игра «Ловишки – убежим от вируса»
Вторник	Пальчиковая гимнастика «Мы делили апельсин» Продуктивная деятельность. Рисование. Тема: «Витаминная банка». Продуктивная деятельность. Лепка.

	Тема: «Полезные овощи». Дидактическая игра «Овощи и фрукты» Чтение произведения К. И. Чуковского «Сор овощей» Сюжетно-ролевая игра «В магазине»
Среда	Пальчиковая гимнастика «Мы капусту рубим, рубим...». Аппликация «Овощи и фрукты». Дидактическая игра: «Во саду ли в огороде»; Подвижная игра «Носовые платочки»
Четверг	Дыхательная гимнастика «Футбольное поле» Чтение пословиц, поговорок; Дидактическая игра «Что лишнее?»; Разгадывание загадок «Фрукты и овощи» Дидактическая игра «Узнай по описанию» Пересказ русской народной сказки «Репка»; Подвижная игра «Собери витамины»
Пятница	Пальчиковая гимнастика «Огуречик» Дидактическая игра: «Чудесный мешочек» Чтение: И. Токмакова «Яблонька» Дидактическая игра: «Съедобное - несъедобное»; Хороводная игра «Есть у нас огород».

Работа с родителями:

-Консультация для родителей «О пользе витаминов для детского организма».

III. Заключительный этап

Выставка детских работ.

Развлечение: «Витамины - наши друзья!»

Фотогалерея проекта:



















Игра: «Футбольное поле»

