

# Краткосрочный проект в мл. группе «Солнышко» «Витамины и здоровье»

Подготовила воспитатель  
Яшкина Ольга  
Геннадьевна

Март 2023г.

- \* **Тип проекта:** познавательно - исследовательский.
- \* **Продолжительность проекта:** три недели
- \* **Участники проекта:** дети младшей группы «Солнышко» и их родители, воспитатель младшей группы Яшкина Ольга Геннадьевна
- \* **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 по проекту:**
- \* - 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.



\* **Актуальность проекта:**

- \* На разработку этого проекта повлияло наблюдение за тем, что дети плохо едят винегрет, а во время обеда откладывают варёные овощи (лук и морковь) на край тарелки.



- \* Активная долгая жизнь - это самое важное для человека. Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать жизненные основные задачи, преодолевать трудности. Каждый человек имеет большие возможности для укрепления и поддержания своего здоровья, для сохранения трудоспособности, физической активности и бодрости до глубокой старости.



- \* 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).



- \* 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.
- \* В. А. Сухомлинский писал: «Я не боюсь еще раз и еще раз повторить: забота о здоровье ребенка – это важнейший труд воспитателя».



## \* Перспективный план работы по проекту:

### \* I. Подготовительный этап

- \* ● Сбор и анализ литературы по данной теме.
- \* ● Разработка плана реализации проекта.
- \* ● Разработка дидактических игр, пособий.
- \* ● Подборка иллюстративного материала.
- \* ● Подборка сценария развлечения и сценки.
- \* ● 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
- \* Работа с детьми
- \* 1.Беседа: «Овощи и фрукты - полезные продукты»
- \* 2.Познавательно – исследовательская деятельность:
- \* Тема: «Посадка лука».
- \* 3.Продуктивная деятельность.
- \* Аппликация. Тема: «Апельсины и сливы лежат на блюде».



- \* 4. Продуктивная деятельность.
- \* Аппликация «Ягоды и яблоки – полезные продукты»
- \* 5. Продуктивная деятельность.
- \* Рисование. Тема: «Соберем овощи в мешок».
- \* 6. Продуктивная деятельность.
- \* Лепка. Тема: «Вылепи какие хочешь овощи».



- \* 7.Продуктивная деятельность.
- \* Рисование. Тема: «Разноцветные витамины».
- \* 8.Чтение художественной литературы:
- \* К. Чуковский «Сор овощей»
- \* Е. Юдин «Две фасольки, три боба»
- \* И. Токмакова «Купите лук», «Яблонька»
- \* - потешки, пословицы, поговорки,
- \* - Русские народные сказки:
- \* «Петушок и бобовое зернышко»; «Вершки и корешки».



- \* - Разучивания стихотворения о витаминах.
- \* Витамины нам полезны,
- \* Это точно знаю.
- \* Только их не из таблеток
- \* Я употребляю.
- \* Получаю их из пищи
- \* Вкусной и полезной.
- \* Где же прячутся они?
- \* Очень интересно.
- \* Объясняет мама мне
- \* Они прячутся везде.
- \* Ты из фруктов, овощей,
- \* Получай их поскорей.



- \* - Разгадывание загадок «Фрукты и овощи».
- \* 10. Пальчиковая гимнастика «Мы капусту рубим ...»,
- \* «Мы делили апельсин», «Горох», «Грушка», «Огуречик»,
- \* 11. Дидактические игры:
- \* «Разрезные картинки»
- \* «Во саду ли в огороде»
- \* «Овощи и фрукты»
- \* «Овощное лото»
- \* «Что лишнее?»
- \* «Узнай по описанию»
- \* «Съедобное - несъедобное»

- \* «Разрезные картинки»
- \* «Во саду ли в огороде»



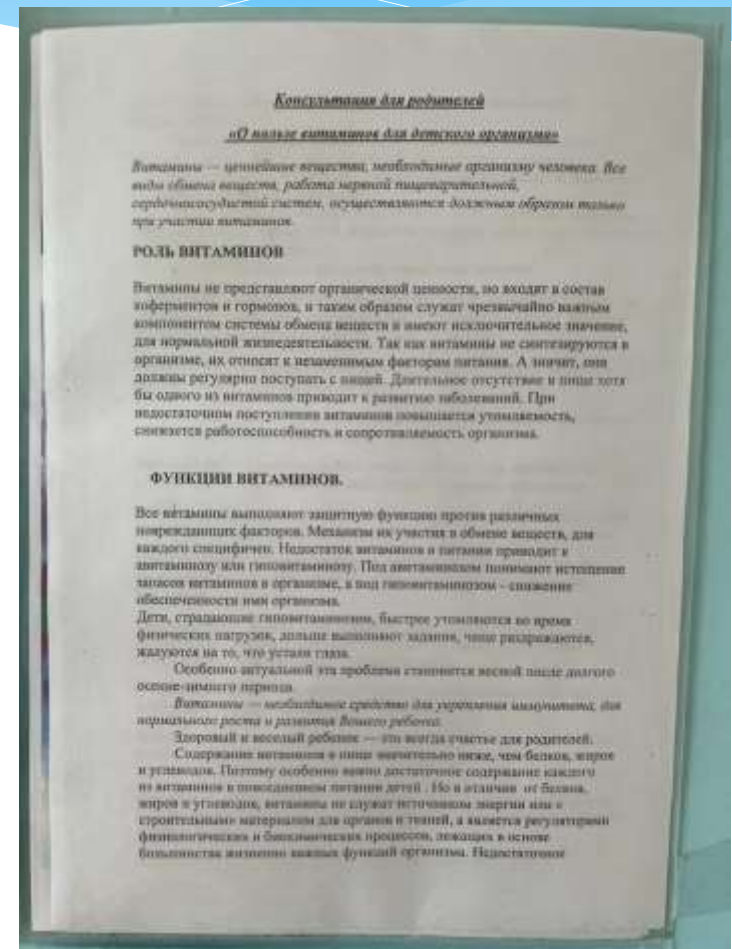
- \* «Что лишнее?»
- \* «Узнай по описанию»
- \* «Съедобное - несъедобное»

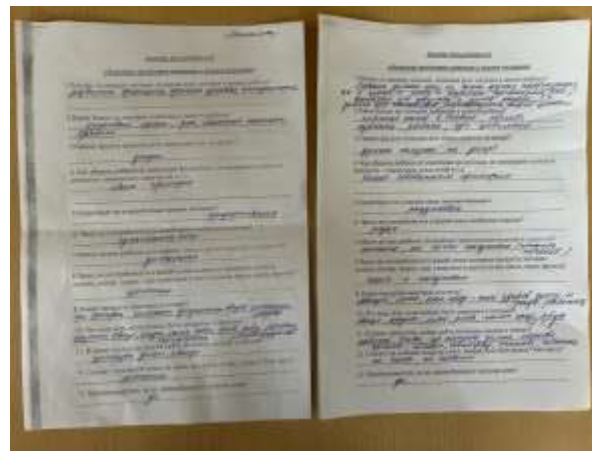


- \* 12. Хороводная игра «Есть у нас огород»
- \* 13. Подвижные игры «Ловишки – убежим от вируса»  
«Собери витамины» «Огуречик, огуречик» «Найди себе пару»
- \* 14. Сюжетно-ролевая игра «В магазине»
- \* 15. Работа с раскрасками.



- \* Работа с родителями
- \* - Акция «Красивый горшочек для лука»
- \* - Консультация для родителей «О пользе витаминов для детского организма»





- \* **III. Заключительный этап**

- \* Итоговое развлечение «Витаминка в гостях у детей». (Приложение 1,2); Создание коллажа (коллективная) «Корзина здоровья»



\*Спасибо за внимание!

