

*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –
детский сад компенсирующего вида № 356
620086, г. Екатеринбург, ул. Пальмиро Тольятти, 14а
телефон 2339280 e-mail: mbdou356@yandex.ru*

Конкурс методик программы

«Разговор о правильном питании»

Разработчик:

Безденежных Елена Валерьевна, воспитатель

«Забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». В. А. Сухомлинский

Проблема формирования культуры поведения подрастающего поколения является одной из главных на современном этапе развития человечества. Снижение культурно-нравственного уровня общества в целом ведет к необходимости создания новых подходов и путей формирования культуры поведения личности, особенно в контексте общечеловеческих ценностей и норм поведения. Проблемное поведение детей дошкольного возраста можно объяснить тем, что многие родители имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. Основные проблемы питания дошкольников связаны с нарушением режима питания вне стен ДООУ, злоупотреблением чипсами, фаст-фудами, сухариками, конфетами, шоколадными батончиками и т.д. Обычно это связано с недостаточной информированностью или попустительством со стороны родителей. Нужно объяснить ребенку, членам его семьи как важно питание для развития организма.

Что бы обеспечить решение проблемы данного направления деятельности, на педсовете педагогического коллектива МБДОУ было принято решение о необходимости разработки новых методов, приемов, средств, о совершенствовании системы воспитания, способствующей формированию здорового образа жизни у дошкольников и навыков рационального здорового питания, формированию общей культуры правильного питания. Для решения данной проблемы был разработан познавательный проект «Правильное питание – залог здоровья!».

Паспорт проекта

«Правильное питание – залог здоровья!»

Вид проекта

- по предметно-содержательной деятельности: творческий
 - по продолжительности: краткосрочный
 - по характеру деятельности: информационно-ориентированный, познавательный
- Участники проекта: воспитатели, воспитанники средней группы

Актуальность темы

Имеющаяся в обществе тенденция, связанная с ухудшением состояния здоровья детей дошкольного возраста, в том числе, детей с ОВЗ негативно сказывается на речевом развитии детей. Существенное сужение объёма «живого» общения родителей и детей, приводящее к дисбалансу семейного воспитания в вопросах развития речи значительно утяжеляют речевую симптоматику нарушений. В этой связи, возникает необходимость поиска новых подходов к проблеме детского здоровья, доверительных партнерских отношений логопеда с родителями, развития речи и коммуникативных навыков детей с ОНР в семье и в ДОУ.

Быть здоровым - естественное желание каждого человека. Основы физического и психического здоровья закладываются в детском возрасте. Именно в этом возрасте в силу высокой активности детей формируется заинтересованность к правильному поведению, складываются привычки. Важно с самого детства формировать у человека здоровый образ жизни. Необходимо учить ребенка любви к себе, к людям, к жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров.

Гипотеза проекта

Проект призван обратить внимание, что здоровье надо беречь с раннего возраста и укреплять его разнообразными формами и методами здорового образа жизни. Реализация проекта окажет положительное влияние на здоровье детей.

Цель проекта

Дать представление дошкольникам о продуктах, приносящих пользу организму, об организации здорового питания, вовлечь родителей в образовательное пространство детского сада.

Задачи проекта

- Расширить знания о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формировать готовность соблюдать эти правила;
- Формировать у дошкольников представления о правилах этикета, связанных с питанием;
- Просвещать и приобщать родителей к проблеме организаций рационального питания дошкольников;

- Формировать эмоциональный контакт педагогов, родителей и детей через совместную деятельность;
- Повышать профессиональный уровень педагогов в вопросах здоровьесбережения.

Предварительная работа

- Определение темы, цели, задач проекта.
- Составление плана основного этапа проекта.
- Проведение бесед, дидактической игры и игровых упражнений.
- Просмотр видеоматериалов о полезных привычках.

Формы работы с детьми

НОД познавательного цикла, чтение художественной литературы,

НОД продуктивной деятельности: рисование;

Игровая деятельность: дидактическая игра

Планируемый результат

Для ребенка

- Уточнение и расширение у детей представлений о здоровом образе жизни; необходимости заботиться о своём здоровье, беречь его.
- Формирование гигиенической культуры у детей и наличие потребности в здоровом образе жизни (умение соблюдать режим дня, знания о правильном питании и витаминах, полезных привычках, значимых для здоровья и т.п.)

Для родителей

- Активизация педагогического потенциала родителей, повышение интереса родителей к здоровому образу жизни.
- Сформированная жизненная позиция и активное участие по сохранению и укреплению собственного здоровья, здоровья детей.

Ресурсное обеспечение

- Наглядный материал
- Методический инструментарий
- Настольно печатные игры по ЗОЖ
- Дидактические игры по ЗОЖ
- Оснащение бросовым материалом для сюжетно ролевых игр («Магазин овощей», «Кафе правильного питания»).

Условия реализации проекта

- Создание развивающей предметно-пространственной среды;
- Построение образовательной деятельности на основе комплексно-тематического планирования;
- Индивидуальная работа;

- Подгрупповая работа;
- Взаимодействие со специалистами ДООУ;

План реализации проекта

Организационный (Первая неделя)

Консультации для родителей о целях и задачах внедряемого проекта
 Подбор методической, справочной, энциклопедической и художественной литературы по выбранной тематике проекта;
 Дооборудование в группе центра «Береги здоровье»
 Изучение и анализ психолого-педагогической литературы по проблеме

Практический (Вторая неделя) Мероприятия с детьми и родителями

- Выставка родительских фотогазет «Здоровые дети заботятся о планете»
- Выставка рисунков родителей и детей
- Консультации для родителей «Наши верные друзья -полезные привычки»,

Заключительный (Третья неделя)

Основное содержание проекта

НОД по реализации образовательной области «Познавательное развитие»

Тема «Продукты питания»

Цель: расширять и уточнять представления детей о питании, о вредных и полезных продуктах.

НОД по реализации образовательной области «Художественно-эстетическое развитие»

Тема «Царица стола» » (Рисование)

Цель: совершенствовать технику рисования красками, продолжать развивать у детей умение рисовать отдельные предметы, расширять представление о пользе овощей.

Тема: «В магазин привезли полезные яблочки» (Аппликация)

Цель: упражнять детей вырезать округлые формы квадратов, прямоугольников путем плавного закругления углов.

Тема: «Овощи и фрукты полезные продукты» (Лепка)

Цель: развивать умение передавать в лепке форму разных овощей и фруктов. Совершенствовать умение детей рассматривать работу лепки, Радоваться достигнутому результату.

Совместная деятельность педагога с детьми:

- Загадывание загадок об овощах и фруктах
- Сюжетно-ролевая игра «Магазин фрукты-овощи»
- Заучивание с детьми пальчиковой гимнастики, развитие мелкой моторики . «Мы капусту рубим»
- Показ движений пальчиковой гимнастики, заучивание слов.
- Беседа: «Наши друзья витамины», « Где живут витамины»
- Дидактические игры « Магазин полезных продуктов», «Угадай на вкус», «Компот и суп»
- Чтение художественных произведений и рассматривание иллюстраций к ним.

Взаимодействие с семьей

- ✓ Изучение воспитательных возможностей семьи.
- ✓ Анкетирование родителей на тему «Питание в семье»
- ✓ Информационно просветительная деятельность
- ✓ Консультация «Правильное питание залог здоровья»

Предполагаемый результат

Для детей: расширение и обобщение знаний детей о здоровом правильном питании.

Для родителей: повышение педагогической и психологической компетентности родителей в вопросах организации правильного питания и воспитания здорового образа жизни у детей дошкольников.

Для педагогов: установление партнерских отношений с семьей каждого воспитанника, объединение усилий для развития и воспитания детей в вопросах организации правильного питания регулярное обновление предметно-пространственной среды группы; повышение авторитета педагогов у родителей; повышение качества образовательной услуги.

Результаты проекта

Проведенный опрос детей группы «Как правильно питаться», показал, что дети средней группы «Теремок» знают о полезных и вредных продуктах и имеют представления о способах сохранения своего здоровья. Совместная деятельность взрослых и детей способствовала укреплению внутрисемейных связей, обогащению воспитательного опыта родителей. Таким образом, сотрудничество детского сада и семей воспитанников в проекте позволило сформировать у детей представления о пользе здорового питания, побудило задуматься о том, какие продукты они покупают своим детям и о здоровье детей в целом.

