

Экологический проект

«Овощи и фрукты – витаминные продукты»

Девиз проекта:

«Чтоб здоровым, сильным, крепким и красивым быть,
Нужно с витаминами дружить!»

Вид проекта: познавательно-творческий, здоровьесберегающий

Срок реализации проекта: октябрь

Цели:

- формирование у дошкольников представлений о правильном здоровом питании; о культуре питания; о здоровом образе жизни. Дать расширенное понятие о природных витаминах, необходимых для здоровья.
- развитие творческого мышления, исследовательских навыков в практической деятельности.

Задачи:

- развивать у детей познавательный интерес, желание наблюдать, исследовать мир природы, получать трудовые знания и навыки;
- формировать представление о натуральных витаминах, их пользе для здоровья человека;
- формировать представление о здоровом образе жизни. Влияние питания на здоровье человека;
- расширять представления об овощах, фруктах : о многообразии их сортов, условиях и места произрастания, истории их появления в нашей стране. Способствовать поиску новой информации об уже известных овощах; о способах их хранения и приготовления салатов, соков, пюре из овощей, фруктов ;
- формировать умение готовить сообщение по определенной теме в форме познавательного рассказа; развивать связную речь, обогащать и активизировать словарь детей;
- развивать коммуникативные способности детей;
- формировать интерес детей к художественным произведениям, в том числе к произведениям малой фольклорной формы (загадки, пословицы, поговорки); подбор литературы из истории витаминов;
- развивать творческие способности детей, художественно-эстетический вкус;
- развивать психические процессы детей, умение логически мыслить, устанавливать взаимосвязи, делать выводы;
- воспитание бережного отношения к своему здоровью, природе.
- обобщить социальный опыт ребенка об овощах, фруктах, используя нетрадиционную форму работы «Готовим вместе с мамой (папой), бабушкой (дедушкой)».
- раскрытие ценности совместного творчества детей и родителей поддерживать детскую инициативу, самостоятельность и активность.

Актуальность проекта

Актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. В питании ребенка непременно должны присутствовать витамины, а живые витамины содержатся именно в овощах, фруктах. Важно донести до сознания ребенка пользу употребления в пищу овощей, фруктов, об их пользе для здоровья человека, т.е. привить детям основы здорового питания, приобщить детей к здоровому образу жизни.

Участники проекта: воспитатели, дети старшей группы, родители.

Планируемые результаты проекта:

- понимание детьми значения витаминов, содержащихся в овощах, фруктах для укрепления здоровья;
- осознание детьми необходимости употребления в пищу овощей, фруктов ;
- развитие у детей познавательной активности, любознательности, творческих способностей, коммуникативных навыков;
- повышение заинтересованности и мотивации детей к занятиям;
- развитие связной речи, пополнение словарного запаса;
- повысить заинтересованность детей совместно с родителями в заботе о растениях, а главное о здоровье детей и взрослых: в правильном здоровом питании и здоровом образе жизни;
- создание огорода на подоконнике в группе и дома: «Волшебная Луковка» ;
- заинтересовать и вовлечь родителей в проектную деятельность;
- улучшение взаимоотношений между педагогами, родителями и детьми посредством участия родителей в творчестве детей;

Этапы реализации проекта

1. Подготовительный этап

- постановка проблемы;
- обсуждение темы проекта с детьми и родителями;
- беседа для уточнения имеющихся знаний у детей о витаминах;
- подбор методической, научной и художественной литературы о витаминах, овощах, фруктах: чтение энциклопедий, рассматривание иллюстраций, чтение художественной литературы, в том числе произведений малой фольклорной формы (загадки, пословицы, поговорки);
- посещение сельскохозяйственных выставок и ярмарок овощей, фруктов родителями с детьми;
- продуктивная деятельность: выставка детско-родительских работ «Чудеса с грядки»

2. Основной этап:

- организация и проведение тематической образовательной деятельности
- проведение досугов, викторин, театрализация.
- исследовательская деятельность

Планируемая работа по реализации проекта:

Вид деятельности:

Беседы:

«Что такое витамины?»
«Овощи, их значение в жизни человека»,
«Что посеешь, то и пожнешь»,
«Где растут фрукты, их польза для человека»,
«Без трудов нет и плодов»
«Витамины я люблю – быть здоровым я хочу»,
«Почему надо охранять природу»,
«Все в природе взаимосвязано»,
«Что такое правильное питание»
«Что такое здоровый образ жизни»,
«Вспомним, как надо правильно кушать»
«Культура поведения во время еды»
«Гости в дом – радость в нем»
«Овощи, ягоды и фрукты нам здоровье сэберегут!»

Дидактические игры и упражнения:

«Назови ласково»; «Узнай на ощупь»; «Узнай на вкус»; «Четвертый лишний»;
«Собери картинку»; «Что где растет?»; «Объясни, как собирают овощи»;
«Доскажи словечко», «Один-Много», «Посчитай», «Расскажи-ка!», «Поварёнок»;
«Какой сок?», «Какое варенье?», «Из чего – какой?», «Узнай блюдо»;
«Что изменилось?»; «Сложные слова»; «Скажи наоборот», «Профессии в сельском хозяйстве», «Красивые слова», «Определи действие», «Отгадай овощ (фрукт) по описанию»,
«Чудесный мешочек», «Вершки-корешки», «Веселый повар», «Что сначала, что потом?»

Дидактические упражнения: «Угощение гостей»

– Выбор темы (овощи, фрукты) детьми для познавательного сообщения;
– Составление описательных рассказов по плану по теме: «Любимый овощ», «Мой любимый фрукт»;
– Составление рассказов о выращивании овощей, фруктов на даче.
– Составление рассказа по наблюдениям и воспоминаниям («Что было раньше?»): как появился (лась) овощ, фрукт?)
– Разучивание пословиц, поговорок, скороговорок, считалок, стихов, загадок.
– «Назови овощ (фрукт, ягоду) только на эту букву»
– Ботаническое лото; «Времена года»,
– Составление овощей, фруктов из геометрических фигур;
– Конструирование овощей, фруктов (оригами)

Сюжетно-ролевые игры:

«Магазин «Овощи-Фрукты».

Чтение художественной литературы

– «Энциклопедия для малышей «Чудо – всюду» Нуждина Т.Д.
– «Полезные продукты» Л. Зильберг
– Рассказ «Фрукты – Овощи» («Учимся правильно питаться» Ю.П.Климович)

- Русские народные сказки: «Пых», «Гуси-лебеди», «Репка». «Вершки-корешки»;
- «Синьор Помидор» Маршак С,
- «Огурцы», «Огородники» Н. Носов,
- «Загадки с грядки» Сапгир Г.;
- «Косточка» Толстой Л.;
- «Непобедимое пугало» Синявский П.;
- «Сказка о том, почему помидор стал красным» Фартутдинова Е.;
- «Мешок яблок» В.Сутеев
- «Чиполлино» Д.Родари.

Пальчиковая гимнастика:

«Овощи», «Капуста», «У Лариски – две редиски», «Апельсин», «Яблоня», «Однажды хозяйка с базара пришла»

Разучивание и проведение физкультминуток:

- «Капуста». «Картошка», «Огород», «Яблоня»

Артикуляционная гимнастика

- «Варенье»

Координация речи с движением (Хороводные игры)

- «Урожай», «Яблоня», «По ягоды», «Мы корзиночку возьмем»

Театрализованная деятельности

- Инсценировка «Спор овощей»
- Пальчиковый театр «Репка» и др. эпизоды из сказок, стихов.

Познавательно-исследовательская деятельность:

Наблюдения и исследовательская деятельность:

- Наблюдение «Наш огород». Наблюдение в огороде за кабачком, тыквой;
- Наблюдение «Наш фруктовый сад». Наблюдение во фруктовом саду;
- Наблюдение за рябиной;
- Солнце — источник тепла и света;
- Наблюдение за водой;
- Огород на подоконнике «Волшебная луковка»

Подвижные игры:

- «Собери все предметы»
- «Кто быстрее соберет овощи (фрукты) в корзину»
- «Собери урожай»
- «Выбери овощ (фрукт) для салата»
- «Свари компот (суп)»
- «Назови овощ (фрукт, ягоду)»
- «Сторож и зайцы»
- «Съедобное – несъедобное»

Продуктивная деятельность:

- Лепка: « Овощей »,
- Конструирование оригами «Ветка рябины»
- Рисование: « В саду созрели яблоки».
- Аппликация: «Натюрморт из овощей», «Натюрморт из фруктов»

Досуги. Викторины.:

- Досуг: «Волшебные овощи»; «Фрукты – кладезь витаминов»;
- Викторина «Овощи и Фрукты»

Детско-родительские работы

- Выставка «Чудеса с грядки» – овощная (фруктовая) экспозиция
- Выставка «Необычные фрукты»
- «Готовим вместе с мамой (бабушкой), папой (дедушкой)».
- Создание огорода на подоконнике в группе и дома: «Волшебная луковка»

Консультации и Рекомендации для родителей:

- «Витаминная азбука здоровья»
- «Как приучить ребенка к овощам и фруктам?»
- «Здоровое питание детей»

3. Заключительный этап:

- Подведение итогов;
- Подготовка и оформление паспорта экологического проекта «Овощи-фрукты – витаминные продукты»;