**ПРОЕКТ для детей младшей группы**

**«Овощи и фрукты – витаминные продукты»**

**Вид проекта :** групповой.

**Участники:** дети, воспитатели, родители.

**Продолжительность:** Краткосрочный

( с16.10-20.10.23)

**Актуальность проекта:**

Самой актуальной проблемой современного общества является сохранение и укрепление здоровья детей. В первую очередь следует помнить о том, что здоровье – это то, что мы едим. Именно в дошкольном возрасте важно сформировать у детей правильное представление о здоровом питании, способствовать пониманию того, что здоровое питание должно являться неотъемлемой частью повседневной жизни. Без преувеличения можно сказать, что правильное питание – это залог хорошего самочувствия, работоспособности, активной деятельности, отличного настроения, важнейшее и непременное условие нашего здоровья и долголетия. Еда должна быть не только вкусной, но и полезной. А полезная еда – это прежде всего овощи, фрукты. Поэтому уже начиная с младшего дошкольного возраста следует знакомить детей с понятиями овощи и фрукты, а так же сформировать понимание того, что овощи и фрукты очень полезны для здоровья, так как в них содержится очень много витаминов. Именно этому и способсвует работа над проектом «Овощи и фрукты – полезные продукты».

**Цель проекта:** формирование мотивации у детей к здоровому образу жизни через ознакомление детей с разнообразием фруктов и овощей. **Задачи проекта:**

* познакомить детей с разнообразием овощей и фруктов, их полезными свойствами;
* познакомить с понятием «витамины», их ролью в жизни человека;
* обогащать активный словарь детей за счет существительных, обозначающих овощи и фрукты, прилагательных, обозначающих признаки и свойства предметов.
* развивать творческие способности детей, умение работать сообща, согласовывая свои действия; - развивать умение детей изображать овощи и фрукты в рисовании, лепке, аппликации, используя различные способы и средства изображения;
* воспитывать стремление к здоровому образу жизни;
* воспитывать навыки сотрудничества и взаимодействия, активность и самостоятельность; - повышать заинтересованность родителей к продуктивной деятельности с детьми.

**Предполагаемый результат:**

* дети знают и называют овощи и фрукты;
* дети отличают овощи и фрукты по внешнему виду (цвету, вкусу);
* дети понимают, что фрукты растут в саду, а овощи в огороде;
* у детей сформированы представления о пользе витаминов;
* развитие познавательно исследовательских и творческих способностей детей;
* повышение речевой активности, активизация словаря по темам «Овощи», «Фрукты»,«Витамины».

**Методы:** наглядный, словесный, практический.

**Приемы:**

* чтение воспитателем стихов, сказок, рассказов;
* наблюдение;
* инсценировка сказки «Репка»;
* рассматривание книжных иллюстраций, муляжей, наглядного материала;
* проведение дидактических игр;
* заучивание стихотворений детьми;
* беседы с элементами диалога, обобщающие рассказы воспитателя;
* ответы на вопросы педагога, детей;
* сообщение дополнительного материала воспитателем, родителями;
* загадывание загадок;
* чтение литературных произведений.
* организация продуктивной деятельности;
* организация познавательно-исследовательской деятельности;
* приготовление родителями и детьми различных витаминных салатов, поделок из овощей и фруктов;
* изготовление родителями наглядных пособий для совместной деятельности;
* проведение итогового мероприятия.

**Форма организации детей:** подгрупповая, фронтальная.

**Этапы реализации проекта: I. Подготовительный**

* определение проблемы;
* постановка цели, задач;
* сбор информации, литературы, дополнительного материала.
* составление перспективного плана работы.

1. **Основной**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**    **п/п** | **Мероприятия основного этапа** | |
| **Совместная деятельность педагога с воспитанниками** | **Работа с родителями** |
| **Сентябрь** | | |
| 1 | Беседа познавательного характера: «Осень - пришла, пора сбора урожая».  Цель: Закрепить название времени года, его признаки, развивать интерес к природным явлениям. | Анкетирование родителей «Овощи и фрукты в питании  моего ребѐнка» |
| 2 | Отгадывание загадок об овощах и фруктах, закреплять основные признаки: цвет, форма, величина. | Консультация «Правильное  питание детей» |
| 3 | Сюжетно ролевая игра «Фруктовый магазин»  Цель: познакомить детей с работой продавца, привить элементы навыков социального общения. | Участие в конкурсе поделок «Ростки добра» |
| 4 | Чтение стихотворений Ю. Тувим «Овощи» Цель: закреплять в речи названия овощей |  |
| 5 | Физкультминутки «Яблоня» |  |
| 6 | - Аппликация на тему: «Консервируем фрукты». Цель:  Закреплять умение наклеивать готовые формы на поверхность, закреплять названия овощей. |  |
| **Октябрь** | | |
| 7 | Беседа «Овощи на столе».  Цель: формировать знания об овощах, их пользе для людей. | Порекомендовать родителям сходить с детьми в магазин, где продаются овощи и фрукты, заинтересовать детей. |
| 8 | Дидактическая игра «Назови овощи в корзинке».  Цель: формировать умение узнавать и называть фрукты: яблоко, груша, лимон, апельсин. Уточнить цвет, форму и вкусовые качества фруктов, используя в речи прилагательные: круглый, большой, маленький, красный, жѐлтый, сладкий, вкусный, кислый, сочный. | Папка-передвижка «Как научить  детей есть овощи и фрукты» |
| 9 | Сюжетно- ролевая игра «Овощной магазин» - развивать ролевые диалоги, ролевое поведение, закреплять названия овощей, употреблять их в речи. | Подготовка поделок из овощей и фруктов к осенней выставке |
| 10 | Игра «Чего не стало?» Цель: расширять знания об овощах и |  |
|  | фруктах, развивать память, мышление, внимание. |  |
| 11 | Инсценирование сказки «Репка»Цель: Расширять и обобщать знания детей об овощах через приобщение к театральной деятельности. |  |
| 12 | Разучивание физминутки «Овощи» Цель: познакомить детей с овощами, где их выращивают. |  |
| 13 | Конструирование из [строительного материала](http://pandia.ru/text/tema/stroy/materials/) на тему: «Забор для огорода»; Цель: Развивать конструктивные навыки у детей. Закреплять названия деталей. |  |
| **Ноябрь** | | |
| 14 | Беседа «Что такое витамин?» формировать знания о витаминах содержащихся в овощах и фруктах, их пользе для людей. | Предложить родителям поиграть с детьми в пальчиковые игры |
| 15 | Развлечение «В гостях у доктора Айболита» Цель: Закреплять знания о пользе витаминов и их значении для здоровья человека; | Папка передвижка «Живые  [витамины»](http://pandia.ru/text/category/vitamin/) |
| 16 | Аппликация «Витаминный коктейль» Цель: Закреплять умение наклеивать готовые формы на поверхность, закреплять названия овощей и фруктов. | Предложить родителям совместно с детьми изготовить книжки-малышки про овощ или фрукт |
| 17 | Упражнение «Сравни овощи» Цель: формировать умение сравнивать овощи по цвету, форме, величине, расширять представления детей об овощах |  |
| 18 | Чтение сказки «Вершки и корешки» Цель: Закрепить знания детей о том, где растут овощи, как их убирают и как употребляют в пищу. |  |
| 19 | Сюжетно-ролевая игра «Веселый повар» Цель: формировать представление о работе повора, закреплять названия овощей и фруктов, а также блюд, которые можно приготовить из них. |  |
| **Декабрь** | | |
| 21 | Игровое упражнение: «Сварим вкусный борщ» - закреплять названия овощей. | Предложить родителям совместно с детьми приготовить салат, сварить суп, испечь пироги. |
| 22 | Пальчиковая гимнастика «Капуста», «Компот». Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук. | Папка-передвижка «Овощи и фрукты – ценные продукты» |
| 23 | Лепка «Фрукты на тарелочке» Формировать интерес к лепке. Совершенствовать умение скатывать пластилин между ладонями круговыми движениями. Формировать умение приемам вдавливания, оттягивания для получения необходимой формы. |  |
| 24 | Дидактическая игра «Чудесный мешочек» Цель: закрепление знаний о фруктах и овощах. |  |

1. **Заключительный этап**

**Подведение итогов**

* Выставка работ по лепке и рисованию
* Видеоролик о работах детей

**Результаты проекта:**

* + у детей повысился уровень познавательного развития по данной теме, у них улучшился аппетит, они охотнее стали кушать супы, овощи и фрукты;
  + большинство детей освоили правила приема пищи, у них сформированы основы

культуры поведения за столом;

* + дети поняли, что овощи и фрукты – важные продукты на нашем столе;
  + совместная деятельность педагогов, родителей и детей более сплотила наш детсковзрослый коллектив.

Таким образом, в результате проектной деятельности, у детей повысился уровень знаний об овощах, фруктах и витаминах, содержащихся в них; сформировались основы правильного поведения за столом, культура правильного питания. Большинство родителей пришли к выводу, что работа над проектом «Овощи и фрукты – полезные продукты» помогла им решить многие проблемы с организацией здорового питания.

**Литература:**

* 1. Виноградова Н.А, Панкова Е.П. «Образовательные проекты в детском саду», Москва,

2008 г.

* 1. Голицына Н.С., Шумова И.М. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей», Москва, 2008 г.
  2. «Здоровьесберегающее пространство в ДОУ» (проектирование, тренинги, занятия), составитель Н.И.Крылова. Волгоград, 2009 г.
  3. «Проектный метод в деятельности дошкольного учреждения», составители: Л.С. Киселева, Т.А. Данилина, Т.С. Лагода, М.Б. Зуйкова, Москва, 2010 г.
  4. «Разговор о правильном питании»(рабочая тетрадь для дошкольников) М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, Москва, 2004 г.