**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.