

Темлянцева Эльмира Ханифовна

Воспитатель

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Центр развития ребенка-детский сад» г.Усинска

Республика Коми г.Усинск

ПРОЕКТ

«ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ-ОСНОВА ЗДОРОВЬЯ»

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
1. Актуальность проекта.....	4
2. Цели и задачи проекта.....	5
3. Этапы проекта.....	7
4. Заключение. Результаты внедрения проекта.....	13
Источники информации и список литературы.....	15
Приложения.....	16

Введение

*"В еде не будь до всякой пищи падох,
Знай точно время, место и порядок"*

Авиценна

Рост ребенка, его физическое и умственное развитие напрямую зависит от качества питания. Очень важно, чтобы оно было сбалансированным, отвечало всем потребностям организма. Это заложит основу для дальнейшей полноценной жизни.

Роль детского сада в организации правильного питания дошкольников огромна. Она предусматривает строгое соблюдение режима рационального питания. Меню в учреждении составляется медицинским работником с учетом норм питания детей дошкольного возраста. Оно очень разнообразно, его блюда не повторяются в течение десяти дней. Поэтому родители дошкольников всегда уверены, что в детском саду их детей накормят вкусной и полезной едой.

А как обстоят дела с привитием основ здорового питания в домашних условиях?

Выбирая продукты в магазине, родители часто ориентируются на свои вкусовые предпочтения, не учитывая возраст детей. В результате этого в рационе ребенка появляются продукты, которые являются для него крайне нежелательными, а это - копченые колбасы, консервы, жирные сорта мяса, грибы, специи, майонез, кетчуп. Большинство родителей не могут устоять перед капризами детей, которые ежедневно требуют шоколадки, чипсы, кондитерские изделия, сладкие газированные напитки.

Домашние хлопоты, занятость и усталость родителей часто приводят к тому, что дети на ужин вместо горячих блюд из мяса и рыбы едят сосиски, колбасы, а на гарнир – макароны. Очень часто родители,

спрашивая у ребенка, что он ел в детском саду, заостряют внимание не на том, какие это были блюда, а на том, ел ли он их вообще. В результате этого дети едят одни и те же продукты, как дома, так и в детском саду. В выходные дни дошкольники предпочитают вместо каши кушать кондитерские и хлебобулочные изделия, йогурты. Дети не хотят есть то, что полезно и необходимо для их здоровья, а родители нередко потакают им в этом, и не всегда заботятся об организации правильного и рационального питания в домашних условиях.

Огромное влияние на вкусовые предпочтения детей оказывает телевидение. Родители не задумываются о последствиях беспорядочного просмотра и «воспитания анимацией». Бесконечные рекламы пропагандируют употребление жвачки, чипсов, разнообразных сладостей, газированных напитков. Герои современных мультфильмов также едят разрекламированные продукты. И вполне естественно, что дети начинают просить «вредную» еду у родителей. Итогом этого становится появление хронических поражений желудочно-кишечного тракта, аллергии на различные продукты. А всему причина – неправильное и нерациональное питание.

Очевидно, что соблюдение правил здорового питания должно быть не только в детском саду, но и дома. Дети быстрее запомнят эти правила и будут их соблюдать, если перед их глазами будет положительный пример.

1. Актуальность проекта.

Выходные дни после долгой рабочей недели. С каким нетерпением их ждут и взрослые и дети. Для дошкольников выходной день воспринимается как отступление от правил детского сада, когда можно целый день смотреть любимые мультфильмы, играть в компьютерные игры, забыть про кашу и суп.

Почему это происходит? Просто взрослые, утомленные за неделю на работе, на выходных не хотят соблюдать режим дня, отпуская детей в «свободное» плавание.

Когда дело касается еды, родители нередко ставят ребенка перед выбором, например - омлет или колбаса? Естественно, что большинство дошкольников выбирает колбасу. Редкий домашний обед обходится без майонеза, кетчупа, копченостей и солений. Многие дети знают, где в доме лежат конфеты и печенье, как их взять или выпросить. А родители готовы дать своему ребенку любую запретную еду, лишь бы он был сытый и довольный.

Наблюдая за своими воспитанниками после выходных и праздничных дней, я замечаю, что дети приходят сонные, отказываются от еды. Некоторые дошкольники не едят ужин в детском саду, зная, что дома родители накормят их любимой едой. И так продолжается каждую неделю в течение всего года.

Меня, как педагога, очень волнует эта проблема, я хочу дать детям знания о здоровых, полезных продуктах, выработать у них правильные пищевые привычки, научить их не употреблять продукты, приносящие вред организму.

Зная, что большой интерес у дошкольников вызывают компьютерные игры и мультипликация, я решила использовать в своей работе информационные технологии, в частности мультимедийные презентации. Я уверена, что герои любимых мультфильмов помогут заинтересовать дошкольников темой здорового питания, и в итоге мы получим положительный результат.

Мною было принято решение разработать проект «Правильное питание – основа здоровья».

2. Цели и задачи проекта.

Тип проекта: информационно – практическо – ориентированный.

Участники: воспитанники старшей группы, их родители (законные представители), воспитатели группы, педагоги детского сада.

Масштаб: средней продолжительности (3 месяца: с февраля по апрель 2017 г.).

Цель: формирование у детей старшего дошкольного возраста устойчивых знаний о здоровом питании (через использование интерактивных игр) и повышение психолого-педагогической компетентности родителей в вопросах питания детей.

Задачи для детей:

1. Обогащать и расширять знания детей о рациональном питании и его роли для здоровья человека;
2. Дать детям знания о многообразии ассортимента продуктов, полезных для растущего организма;

Задачи для родителей:

1. Дать родителям знания о принципах здорового (сбалансированного) питания;
2. Помочь сделать выбор в пользу наиболее ценных для организма детей продуктов питания;
3. Осуществлять преемственность в работе с семьей по формированию культуры питания, основ здорового образа жизни.

Задачи для педагога:

1. Создать методический материал по формированию у детей знаний о здоровом питании.
2. Показать родителям, что информационные технологии могут оказать положительное влияние на познавательное развитие дошкольников.

В содержание календарно – тематического планирования входят такие формы совместной деятельности воспитателя с детьми:

- Беседы;
- Демонстрация презентации;
- Продуктивная деятельность (рисование, аппликация);
- Дидактические и интерактивные игры.

Формы работы с родителями:

- Анкетирование
- Родительское собрание
- Информация в уголке для родителей
- Индивидуальные консультации;
- Доска предложений и пожеланий родителей.

Ожидаемые результаты:

В процессе реализации педагогической работы у детей будут сформированы знания:

- о необходимости заботы о своем здоровье;
- о том, что вредно и что полезно в питании;
- о режиме питания, правилах приема пищи;

Родители получают информацию:

- об основных принципах здорового питания детей;
- о необходимости и важности регулярного, сбалансированного питания.

- Родители изменяют отношение к питанию своих детей, сделав его более разнообразным и полезным.

Методы отслеживания результатов:

1. Анкетирование детей «Мои любимые продукты».
2. Дидактическая игра «Что вредно – что полезно».
3. Беседы с родителями.

4. Выставка рисунков «Мои любимые продукты».

3. Этапы проекта.

1 этап – подготовительный (технологический).

Длительность этапа – 1 неделя.

Задачи:

1. Провести анкетирование родителей на тему «Что вы знаете о здоровом питании детей?» и анкетирование детей на тему «Мои любимые продукты».
2. Провести родительское собрание на тему «Правильное питание – основа здоровья».
3. Изучить методические разработки и проекты из опыта работы других педагогов по вопросу обучению детей старшего дошкольного возраста основам здорового питания.

На основании задач проекта было проведено анкетирование родителей «Что вы знаете о здоровом питании детей?» (Приложение 1) и детей «Мои любимые продукты» (Приложение 2).

Результаты анкетирования (Приложение 3, 4) были заслушаны на родительском собрании на тему «Правильное питание – основа здоровья». Родители смогли посмотреть анкеты своих детей и сравнить их со своими показателями.

Беседуя с родителями, я убедилась, что вопрос о правильном питании для них очень актуален. Все они хотят видеть своих детей крепкими и здоровыми, осознают, что питание дома должно быть таким же разнообразным и сбалансированным, как и в детском саду. Многие родители жаловались на то, что уговоры детей по поводу употребления в пищу полезных продуктов никак ими не воспринимаются. Родители подчеркивали негативное влияние телевизионной рекламы на вкусовые

пристрастия детей, делились своим опытом по «фильтрованию» телевизионных каналов и мультфильмов.

Итогом собрания стало принятие решения организовать целенаправленную работу с воспитанниками и родителями по теме «Правильное питание – основа здоровья».

Просматривая сайты педагогических сообществ, я нашла и изучила методические разработки по обучению детей основам здорового питания.

Например:

-Инновационный проект «Здоровое питание как компонент формирования здорового образа жизни» Татьянкиной Татьяны Евдокимовны(<http://nsportal.ru/detskiy-sad/okruzhayushchiy-mir/2012/02/18/zdorovoe-pitanie-kak-komponent-formirovaniya-zdorovogo>);

-Перспективный план проекта «Здоровое питание» Елены Пазиной (<http://dohcolonoc.ru/proektnaya-deyatelnost-v-detskom-sadu/5365-perspektivnyj-plan-proekta-zdorovoe-pitanie.html>);

-Формирование здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста посредством изучения программы «Разговор о правильном питании» Маленчук Оксаны Александровны (<http://konkurs-dlya-pedagogov.info/razgovor-o-pravilnom-pitanii/>);

-Методическая разработка «Здоровье - это жизнь» по здоровье сберегающей методике для детей старшего дошкольного возраста Романовой Елены Геннадьевны (<http://sundekor.ru/kurovaya-2/prepodavatelyu/metodicheskaia-razrabotka-zdorove-eto-zhizn-po-zdorove-sberegaiushchei-metodike-dlia-detei/>);

Однако все эти методические разработки включают в себя традиционные формы работы с детьми и родителями.

2 этап – создание и апробация мультимедийных презентаций.

Длительность этапа –2 месяца.

Задачи:

1. Продумать сюжет и содержание интерактивных игр.
2. Разработать календарно-тематическое планирование по теме «Правильное питание-основа здоровья», направленное на решение задач проекта.
3. Повышать уровень компетентности родителей в вопросе о принципах здорового (сбалансированного) питания детей старшего дошкольного возраста в т.ч. с использованием информационно-коммуникативных технологий.

В работе над созданием мультимедийными презентациями я решила соблюдать определенные правила:

1. Информация должна быть полезной и интересной, иметь научный характер и соответствовать возрасту детей.
2. Содержание занятий должно соответствовать воспитательным и образовательным задачам детского сада.
3. Объем занятий с использованием презентаций не должен нарушать нормы СанПина.

С самого начала работы над проектом я предполагала, что это будет серия обучающих мультимедийных игр. Все они будут объединены не только общей темой, но и общими героями. Мне хотелось, что эти герои были хорошо знакомы детям и воспринимались ими положительно. Каждому ребенку моей группы я задала вопрос: «Какие мультфильмы тебе больше всего нравятся?». Наиболее часто дети называли мультфильмы «Лунтик и его друзья», «Фиксики», «Маша и медведь», «Смешарики», «Барбоскины», «Робокар Полли и его друзья», «Свинка Пеппа», «Щенячий патруль».

Выбирая из этих мультфильмов героев для своей работы, я вспомнила, как часто на просторах интернета критикуют мультфильма

«Маша и медведь». Одни родители хвалят доброту и непосредственность его героев. Другие - сетуют на то, что главная героиня учит детей непослушанию, и по сюжету мультфильма предоставлена сама себе. Такое расхождение мнений подтолкнуло меня выбрать героев именно этого мультсериала.

Следующим вопросом для меня был выбор тем занятий с использованием мультимедийных презентаций. Они должны быть актуальными и носить познавательный и воспитательный характер. И здесь мне помогли анкеты детей и родителей.

Темой первого занятия называлась «Что нужно кушать на завтрак?». В начале занятия была проведена беседа с детьми. Далее я показала презентацию с одноименным названием. По ходу ее сюжета Маша беседует с детьми, дает им задания. Особенностью данной презентации является то, что она носит интерактивный характер. Дети, которые умеют пользоваться компьютерной «мышкой», могут сами регулировать время перехода к следующему слайду и самостоятельно выполнять задания. Презентация идет 5-6 минут, по ходу сюжета предусмотрена гимнастика для глаз.

Перед началом занятия я очень волновалась, как воспримут дети мою работу, ведь само построение мультимедийной презентации так отличается от динамичного характера мультфильма. Но ребята с радостью включились, с интересом в глазах выполняли задания Маши. В конце занятия я провела беседу с детьми, проверяя уровень и качество усвоенных знаний.

Вечером дети наперебой рассказывали родителям, какой «мультфильм» про Машу они смотрели, пересказывая его сюжет. Благодаря знакомым мультипликационным героям, дети хорошо

запомнили нужную информацию. Родители же смогли убедиться, что с помощью мультипликации можно узнать много полезного и интересного.

Все с нетерпением стали ждать продолжения историй про Машу и ее друзей. В связи с большим объемом работы над каждой презентацией, занятие проводилось раз в неделю. Тему каждого из них мне подсказывали родители и дети, делая «заказ» на следующий сюжет на доске пожеланий и предложений в родительском уголке. В результате у меня получилось 8 занятий с интерактивными презентациями:

1. «Что нужно кушать на завтрак?»
2. «Молочные продукты»
3. «Вред и польза жевательной резинки»
4. «Хлеб – всему голова!»
5. «Польза супа»
6. «Продуктовая аптека»
7. «Такие разные соки»
8. «О пользе меда».

Все презентации имеют общих героев, что позволяет воспринимать сюжеты как мультипликационный сериал. Информацию для работы я находила в энциклопедиях, перекраивая научный язык на доступный для детей старшего дошкольного возраста. В конце каждой работы идет гимнастика для глаз. Озвучивать презентации мне помогали педагоги нашего детского сада и члены моей семьи.

Реализация запланированных мероприятий осуществлялась согласно календарному планированию (Приложение 5). Тематика запланированных занятий была направлена на решение задач образовательной области «Физическое развитие» (Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни) основной образовательной программы дошкольного образования МБДОУ «ЦРРДС» г.Усинска и органично

вписалась в годовое комплексно-тематическое планирование образовательного процесса. Родители воспитанников еженедельно получали групповые и индивидуальные консультации по теме проведенного занятия, в уголке для родителей вывешивалась информация.

3 этап – подготовительный - заключительный (итоговый)

Длительность этапа – две недели.

Задача: провести оценку эффективности проекта.

Проведение оценки эффективности включает следующие мероприятия:

1. Беседа с детьми «Полезность продуктов».
2. Дидактическая игра «Что вредно – что полезно».
3. Выставка рисунков «Мои любимые продукты».
4. Создание мультимедийной игры совместно с родителями и воспитанниками группы.
5. Просмотр итоговой мультимедийной игры на родительском собрании.

Заключение

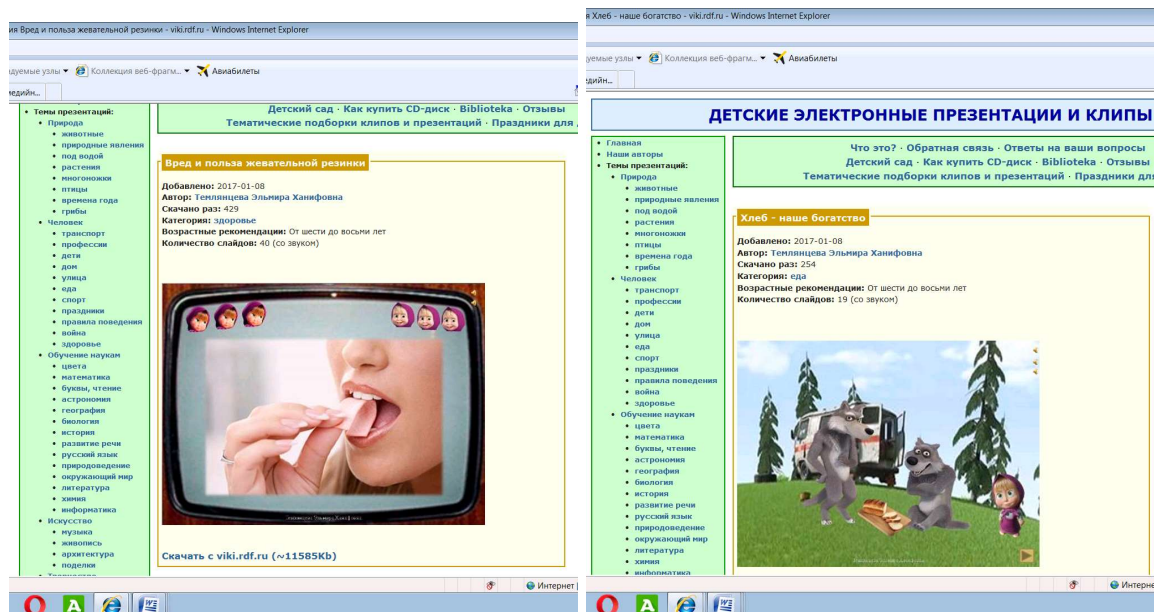
Эффективность педагогической работы подтверждается знаниями детей по теме «Правильное питание-основа здоровья». При проведении беседы, дидактической игры, дети показали результативность проведенной с ними работы: у них расширились знания о разнообразии продуктов здорового питания, о полезных свойствах овощей и фруктов, о полезных и вредных продуктах. Совместное творческое задание для детей и родителей (семейный рисунок «Мои любимые продукты») способствовало укреплению взаимоотношений в семьях.

На протяжении всего хода проекта «Правильное питание-основа здоровья» мои воспитанники предлагали свою помощь в озвучивании

презентации. Я решила создать мультимедийную презентацию, где будут затронуты вопросы режима и меры питания, а озвучивать героев будут дети и их родители. Дети сами распределили героев, учили текст и мастерски его озвучили. Просмотр презентации состоялся на родительском собрании. В ходе беседы, все родители отметили, что у детей появились новые знания о здоровом питании, изменились вкусовые предпочтения. При употреблении пищи, дети рассказывали родителям об их полезных свойствах.

Моим воспитанникам так понравилось участвовать в создании презентации, что мы решили в дальнейшем создать серию познавательных интерактивных игр и мультимедийных презентаций по другим образовательным областям.

Нашу итоговую работу посмотрели воспитанники всего детского сада. Результатами нашего проекта заинтересовались воспитатели других групп. Они решили перенять наш опыт, а я с удовольствием поделилась с ними своей работой. Кроме этого, я опубликовала свои мультимедийные презентации на сайте «Детские электронные презентации и клипы» <http://viki.rdf.ru/>, где они сразу завоевали популярность, рейтинг скачивания некоторых работ - более 400 раз.



Являясь активным участником сайтов для воспитателей детских садов «Дошколенок.ру» <http://dohcolonoc.ru/>, педагогического портала «О детстве» <http://www.o-detstve.ru/>, социальной сети работников образования «Наша сеть» <http://nsportal.ru/>, я планирую поделиться с педагогами своим опытом работы.

Источники информации и список литературы:

1. О питании детей дошкольного возраста
<https://azbyka.ru/zdorovie/o-pitanii-detej-doshkolnogo-voznrasta>
2. Правильное питание-залог здоровья дошкольников
<http://gkib.by/novosti/72-pravilnoe-pitanie-zalog-zdorovya-doshkolnikov>
3. Правильное питание для детей дошкольного возраста
<http://girafejournal.com/6204-pravilnoe-pitanie-dlja-detej-doshkolnogo-voznrasta.html>
4. Сайт «Все о питании ребенка» <http://pitanierebenka.ru/zdorovoe-pitanie-v-detskom-sadu>

Анкета для родителей

«Что вы знаете о здоровом питании детей?»

1. Соблюдаете ли Вы режим детского сада в выходные дни (подъем, еда, прогулки, дневной сон)? _____

2. Какие принципы здорового питания вы знаете? _____

3. Обсуждаете ли вы с детьми вопросы правильного питания? _____

4. Знает ли ваш ребенок, что относится к вредным и полезным продуктам? _____
5. Рассказываете ли вы своему ребёнку о полезных свойствах продуктов? _____
6. Как часто вы покупаете детям конфеты, жевательную резинку, чипсы, газированные напитки? _____
7. Соблюдается ли в питании детей учёт сезонности (свежие фрукты, овощи, соки) _____
8. Как часто вы готовите дома молочные блюда и овощные салаты? _____

9. Знает ли ваш ребенок что такое витамины? _____

10. Придерживаетесь ли вы дома правил здорового и рационального питания? _____

Спасибо за сотрудничество!

Приложение 2

Анкета для детей «Мои любимые продукты»

1. Как ты считаешь, что нужно делать для того, чтобы вырасти сильным, здоровым и крепким?
2. Какое твое самое любимое блюдо в детском саду?
3. Что ты не любишь кушать в детском саду?
4. Что ты любишь кушать дома?
5. Назови 5 своих любимых продуктов.
6. Как ты считаешь, сколько раз в день нужно есть?
7. Назови свой любимый напиток.
8. Какие ты знаешь «вредные» продукты.
9. Какие ты знаешь полезные продукты.

Результаты анкетирования родителей по теме «Что вы знаете о здоровом питании детей?»

В анкетировании для родителей приняли участие 25 семей. В результате обработки анкет было выявлено следующее:

1. 18 семей (72 %) не соблюдают режим детского сада в выходные дни.
2. 76 % родителей не знают принципов здорового питания, 24 % родителей называют один – два принципа;
3. 84 % родителей (21 семья) не обсуждают с детьми вопросы правильного питания;
4. Большинство родителей (92 %) считают, что их дети знают, что относится к вредным и полезным продуктам;
5. только 28% родителей (7 семей) рассказывают детям о полезных свойствах продуктов;
6. Почти все родители (84 %) покупают детям конфеты, жевательную резинки и чипсы;
7. Учёт сезонности соблюдается во всех семьях (100 %);
8. в 48 % семей молочные и овощные блюда готовят редко и однообразно.
9. 20% детей знают, что такое витамины;
10. 72 % семей заявило, что они придерживаются дома правил здорового и рационального питания.

Приложение 4

Результаты анкетирования детей «Мои любимые продукты».

В анкетировании для родителей приняли участие 25 детей. В результате обработки анкет было выявлено следующее:

1. Большинство детей (68 %) считают, чтобы вырасти сильным, здоровым и крепким нужно заниматься спортом. Лишь 8 детей (32 %) добавили к спорту хорошее питание.

2. Самыми популярными блюдами в детском саду оказались борщ, суп – лапша, картофельное пюре с котлетой, макароны с сыром.

3. Больше всего дети не любят кушать в детском саду: каши, овощное рагу, рассольник, рыбные котлеты.

4. Из домашней пищи дети предпочитают яичницу, картофельное пюре, жаренную картошку, пельмени, пиццу, различную выпечку.

5. Самыми популярными продуктами у детей стали: конфеты и шоколад, торты, жвачка, мармелад, чипсы, колбаса, пельмени.

6. 84 % детей считают, что нужно кушать утром, днем и вечером. 16 % детей добавили сюда полдник и еду перед сном.

7. Самыми популярными напитками у детей стали: сок, газированная вода, чай, питьевой йогурт. Ни один ребенок не назвал молоко, кефир, морсы, какао, кисель.

8. Почти все дети знают, какие продукты являются «вредными» (чипсы, жвачка, конфеты).

9. Среди полезных продуктов дети называют все фрукты и овощи.

Тематическое планирование по теме «Правильное питание – основа здоровья» для детей старшего дошкольного возраста.

№	Название занятия	Задачи	Планируемые результаты	Краткое содержание	Оборудование
1.	«Что нужно кушать на завтрак?»	<p>1.Закрепить знания детей о правильном питании, что еда должна быть не только вкусной, но и полезной.</p> <p>2.Способствовать освоению специальных трудовых действий и умений.</p> <p>3.Развивать любознательность, умение выделять правила здорового</p>	<p>Знания детей:</p> <p>-о продуктах, которые можно кушать на завтрак;</p> <p>-о последовательности употребления пищи.</p>	<p>Беседа с детьми.</p> <p>Игра – импровизация «Сервировка стола к завтраку».</p> <p>Дидактическая игра «Продукты для завтрака».</p> <p>Просмотр мультимедийной презентации.</p> <p>Беседа за закрепление полученной информации.</p>	<p>Карточки с видами продуктов, овощей, фруктов; проектор, компьютер, мультимедийная презентация «Что нужно кушать на завтрак?»; посуда для сервировки стола на завтрак.</p>

		питания. 4.Продолжать пополнять и активизировать словарь детей.			
2.	«Молочные продукты»	1. Дать знания о происхождении молока и его пользе для детей. Учить находить молочные продукты среди других, работая в парах и подгруппах. 2. Воспитывать у детей культуру питания, чувство меры. 3.Развивать произвольное внимание, долговременную память, наглядно — образное	Знания детей: - о происхождении молока и его пользе для детей; - дети могут различать молочные продукты на вкус.	Беседа о видах молочных продуктов. Хороводная игра «Все молочные продукты завели продукты спор». Дегустация молочных продуктов. Динамическая пауза «33 коровы». Просмотр мультимедийной презентации. Беседа за закрепление полученной	Упаковки от различных (в том числе молочных) продуктов, шапочки с изображением молочных продуктов, одноразовые стаканчики с молоком и кефиром (для дегустации), проектор, компьютер, мультимедийная

		мышление. 4.Развивать монологическую и диалогическую формы речи.		информации.	презентация «Молочные продукты».
3.	«Вред и польза жевательной резинки»	1.Познакомить детей с историей жевательной резинки, влиянием её на организм человека; 2.Воспитывать познавательный интерес к окружающему миру и осознанную потребность в правильном питании. 3.Развивать логическое мышление, воображение. 4.Активизировать речь	Знания детей: -об истории жевательной резинки; - о влияние жевательной резинки на организм человека; -о состав жевательной резинки.	Игра-инсценировка «В кабинете у зубного врача». Решение проблемных ситуаций. Изучение состава жевательной резинки (красители, сахар, каучук). Просмотр мультимедийной презентации. Беседа за закрепление	Предметы ухода за зубами, плакат «Строение тела человека», прозрачные стаканы, чайные ложки по количеству детей, коробка из-под жевательной резинки (на дне подпись: состав: сорбит), салфетка из ткани, резиновые

		детей.		полученной информации.	перчатки, тарелка, различные виды жевательных резинок; проектор, компьютер, мультимедийная презентация «Вред и польза жевательной резинки».
4.	«Хлеб – всему голова!»	<p>1. Дать представление о том, как хлеб пришел к нам на стол; обратить внимание на содержание труда людей, на их слаженность и взаимопомощь в работе, на механизацию труда.</p> <p>2. Воспитание любви и</p>	<p>Знания детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - о росте и развитии зерна; - о пути, по которому хлеб попадает на стол; - о людях и профессиях, которые трудятся над 	<p>Загадки.</p> <p>Дидактическая игра «Какой бывает хлеб?».</p> <p>Виртуальное путешествие «От зерна до каравая» с помощью слайдов на компьютере.</p> <p>Физкультминутка «В землю зёрнышко</p>	<p>Муляж хлеба, слайды на тему «От зерна до каравая», готовое песочное тесто, формочки для печенья, картинки для игры в командах; проектор, компьютер,</p>

		уважения к людям труда, бережного отношения к хлебу как результату труда многих людей 3.Развивать общительность и коммуникабельность. 4.Обогащать словарь детей новыми словами.	созданием хлеба.	попало». Дидактическая игра «От зерна до каравая» (последовательно соединить цепочку). Пальчиковая гимнастика. Просмотр мультимедийной презентации.	мультимедийная презентация «Хлеб – всему голова!».
5.	«Польза супа»	1.Рассказать детям о продуктах питания и их значении для человека, познакомить с понятиями «питательные вещества»,	Знания детей: - о значении обеда для человека; - о видах супа, их составе; - о значении понятий «питательные	Беседа с детьми. Игра – импровизация «Сервировка стола к обеду». Дидактическая игра «Продукты для обеда». Просмотр	Посуда для сервировки стола на обед, карточки с видами продуктов, проектор, компьютер, мультимедийная

	<p>«правильное», или «здоровое питание».</p> <p>2. Воспитательные: Воспитывать у детей отношение к своему здоровью и здоровью окружающих. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p>3.Развивать любознательность, умение выделять правила здорового питания.</p> <p>4.Пополнять и активизировать словарь детей на основе</p>	<p>вещества»,</p> <p>«правильное», или «здоровое питание».</p>	<p>мультимедийной презентации.</p> <p>Беседа за закрепление полученной информации.</p>	<p>презентация «Польза супа».</p>
--	---	--	--	-----------------------------------

		углубления знаний детей о ближайшем окружении.			
6.	«Продуктовая аптека»	<p>1.Познакомить детей с понятиями «Витамины», расширять знания детей о пользе витаминов, их значения для жизни, взаимосвязи здоровья и питания.</p> <p>2.Воспитывать познавательный интерес к окружающему миру и осознанную потребность в правильном питании.</p> <p>3.Развивать логическое мышление, воображение.</p>	<p>Знания детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - о пользе витаминов, их значения для жизни; -о взаимосвязи здоровья и питания; -о воздействии некоторых продуктов на здоровье человека. 	<p>Загадки.</p> <p>Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты».</p> <p>Решение проблемных ситуаций.</p> <p>Просмотр мультимедийной презентации.</p> <p>Беседа за закрепление полученной информации.</p>	<p>Карточки с видами продуктов, фруктов и овощей, проектор, компьютер, мультимедийная презентация «Продуктовая аптека».</p>

		4.Активизировать речь детей.			
7.	«Такие разные соки»	<p>1.Познакомить детей с приготовление соков из овощей, фруктов и ягод разными способами: на электрической соковыжималке, мясорубке, терке, ручной соковыжималке.</p> <p>Закрепить последовательность действий. Познакомить с инструкцией по эксплуатации каждого прибора.</p> <p>2.Воспитывать самостоятельность,</p>	<p>Знания детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - о технологии приготовления соков; - о видах соков и их пользе; -о свойствах фруктов и овощей. 	<p>Изучение и обсуждение пословиц.</p> <p>Дидактические игры «Чудесный мешочек», «Угадай на вкус», «Угадай по запаху».</p> <p>Приготовление и дегустация соков.</p> <p>Просмотр мультимедийной презентации.</p> <p>Беседа за закрепление полученной информации.</p>	<p>Электрическая соковыжималка, мясорубка, терка, 2 ситечка, 2 толкушки, марля, прозрачные стаканчики, стаканы пластмассовые с трубочками, фартуки, косынки, кусочки чеснока, лука, апельсина, яблока, лимона, мандарина, огурца; проектор, компьютер, мультимедийная</p>

		<p>аккуратность, чуткость, желание помогать товарищу.</p> <p>3.Развивать логическое мышление, воображение.</p> <p>4.Расширять словарный запас детей.</p>			<p>презентация «Такие разные соки».</p>
8.	«О пользе меда»	<p>1. Познакомить детей со свойствами меда, расширять и конкретизировать представления о жизнедеятельности и поведении пчел.</p> <p>2. Воспитывать познавательный интерес к окружающему миру и</p>	<p>Знания детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - о меде, его свойствах, видах и способе получения; - об особенностях строения и жизнедеятельности пчел; - о видах использования меда. 	<p>Просмотр мультимедийной презентации.</p> <p>Рассматривание меда, изучение его свойств.</p> <p>Эксперимент «Растворяется ли мед в воде?».</p> <p>Закрепление знаний, полученных в ходе</p>	<p><u>У каждого ребенка:</u></p> <p>чистая тарелочка, ложечка, кружка с водой, фото пчелы, прикрепленное к ленточке, и фото цветка.</p> <p><u>У педагога:</u> поднос, баночка с медом, тарелочка, 2</p>

		<p>осознанную потребность в правильном питании.</p> <p>3. Развивать умение самостоятельно делать выводы из увиденных результатов эксперимента.</p> <p>4. побуждать детей к использованию устной речи для самостоятельного выражения своих мыслей и желаний.</p>		<p>просмотра презентации.</p>	<p>ложечки, кружка с водой, фото пчелы на цветке;</p> <p>проектор,</p> <p>компьютер,</p> <p>мультимедийная презентация «О пользе меда».</p>
9.	«Правильное питание – основа здоровья»	<p>1. Раскрыть значение правильного питания: режим, качество и количество пищи.</p>	<p>Знания детей:</p> <p>- о правилах здорового питания;</p> <p>- формирование основ</p>	<p>Организационный момент.</p> <p>Игра «Я знаю пять названий...» (полезные</p>	<p>Мяч, проектор, компьютер, мультимедийная презентация.</p>

		<p>Уточнить понятия «Правильное питание», «Питательные вещества». Закрепить представление о здоровом образе жизни.</p> <p>2. Воспитывать желание употреблять полезную для здоровья пищу.</p> <p>Воспитывать заинтересованность в сохранении собственного здоровья.</p> <p>3. Развивать память, воображение, мышление (сравнение, анализ, обобщение).</p> <p>4. Обогатить и</p>	<p>здорового образа жизни.</p>	<p>продукты, полезные напитки).</p> <p>Беседа над содержанием пословицы «Кто переедает, тот жизнь себе сокращает».</p> <p>Просмотр мультимедийной презентации.</p> <p>Беседа за закрепление полученной информации.</p>	
--	--	--	--------------------------------	--	--

		<p>активизировать словарный запас детей (правильное питание, белки, жиры, углеводы, минеральные вещества и витамины).</p> <p>Стимулировать и способствовать развитию речи.</p> <p>Формировать умение и навыки вести беседу, высказывать свое мнение.</p>			
--	--	--	--	--	--