Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Белочка» №62, п. Октябрьский
Перспективный план работы 2022 - 2023г 2 я мл группа.

Отчёт по проекту Детско–родительская гостиная
2022-2023 учебный год

«Где прячутся витамины?»

Авторы:
воспитатель первой квалификационной категории: Петрова Н.М.

Паспорт детско-родительской гост

Участники:

- воспитанники группы «Карамельки»
- родители

Срок проведения: долгосрочный.

Цель:

1. Формирование потребности в здоровом образе жизни и рациональном питании.
2. Расширение и закрепление знаний о влиянии витаминов на здоровье человека.
3. Укрепление связей дошкольного учреждения с семьёй.
4. Привлечь внимание родителей к формированию у детей осознанного отношения к здоровому образу жизни.

Задачи:

1.Повышение педагогической культуры родителей.
2.Пропаганда правильного питания, здорового образа жизни.
3. Дать представление о витаминах и продуктах, в которых содержится их наибольшее количество.
4. Закреплять и углублять знания о свойствах витаминов.

Формы реализации детско-родительской гостиной:

- беседы;
- чтение художественной литературы, изучение плакатов, памяток;
- дидактические игры;
- исследовательская деятельность;
- выставки детских работ;
- использование мультимедиа;

постановка сказки «Репка».

Продукты гостиной

Совместно с детьми и родителями посадили овощи. «Овощи на грядке, здоровье в порядке!»

Аппликация «Овощная пицца»

Совместно с родителями и детьми изготовлена книга блюд из полезных овощей и фруктов.

Выставка рисунков «Мой полезный витамин»

Показ сказки «Репка»

Организация и проведение совместного досуга детей.

Актуальность

Питание в дошкольном детстве имеет особое значение для здоровья ребенка, так как оно должно не только покрывать расходуемую им энергию, но и обеспечивать материал, необходимый для роста и развития всех органов и систем организма. Ухудшение качества питания, недостаток в пище витаминов и микроэлементов отрицательно сказываются на физическом развитии детей.

Правильное питание – залог здоровья, но не все это воспринимают серьезно. Благодаря гастрономической революции готовить стало легче, а переваривать труднее. Мы пьем порошковое молоко, завариваем кипятком сухое картофельное пюре, утоляем голод хот-догами, чипсами и шоколадными батончиками. Супчики из пакетика, лапша моментального приготовления, бульонные кубики вытеснили со стола здоровую еду.

С самого раннего детства у ребенка формируются вкусовые пристрастия и привычки. В их формировании важнейшую роль играет семья. 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.

Мы постоянно ищем все новые и новые способы позаботиться о своем здоровье, и в этом поиске забываем о самых простых и естественных вещах: необходимость обратить пристальное внимание детей и родителей на свое питание. Пересмотреть некоторые взгляды в этом направлении явилась основной причиной создания проекта.

Проблема

Дети мало знают о витаминах, необходимых для здоровья человека, содержащихся в овощах и фруктах, их полезных свойствах и недостаточно употребляют в пище натуральные овощи и фрукты, которые необходимы им для сохранения и укрепления своего здоровья

Этапы реализации

1 этап - подготовительный

- Выбор темы
- Создание предметно-развивающей среды
- Накопление «информационного багажа» по теме
- Подбор литературы и иллюстративного материала по выбранной теме.
- Подбор дидактических и настольно-печатных игр
- Подготовка презентации *«Овощи и фрукты- полезные продукты»*
- Подготовка консультации для родителей на тему “Здоровое питание- здоровый ребенок» (о ценности продуктов питания: овощей и фруктов).
- Анкетирование родителей по вопросам формирования у детей культуры здорового питания.

Модель трёх вопросов

Что мы знаем?	Что мы хотим узнать?	Как можем узнать?
В них есть витамины Они вкусные, сочные, полезные.	Чем полезны овощи и фрукты? Как готовить из овощей и фруктов? Какие витамины в них есть? Какие блюда можно приготовить из овощей и фруктов? Хотели бы узнать вкусы	Через игры Мультфильмы Д\и игры «Огород на окне» Интернет Памятки о витаминах Книги Создать свою книгу о полезных блюдах

2 этап - основной
- Познавательное развитие
- Информационно-познавательный цикл мероприятий

3 этап – заключительный
-Презентация детьми книги «Блюда из овощей и фруктов»

Работа дома:

1. Родители привлекают своих детей дома к совместному приготовлению блюд из фруктов и овощей.
2. Родителям было предложено, выслать фото как дети помогают готовить полезные блюда из овощей и фруктов

Комплексно-тематическое планирование

Месяц	Тема	Цель	Детская деятельность
Сентябрь	«Путешествие в Город здоровья»	Формировать представления детей дошкольного возраста о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни.	Беседа «Фрукты и овощи» Показ презентации «Овощи и фрукты- полезные продукты» «Витамины и полезные продукты для здоровья человека» (Знакомство с лечебными свойствами овощей и фруктов. «Овощи и фрукты на нашем столе» (обобщающая беседа) Просмотр мультфильма о пользе овощей
Октябрь	«Наши друзья витамины»		МП «Собираем урожай» Беседа «Здоровый образ жизни» Беседа «Береги свое здоровье»

ноябрь	«Где прячутся витамины»	Цель. Дать понятие о пользе витаминов для нашего организма. Познакомить с понятие с понятием группы А,В,С,Д. и продуктами в которых они содержаться.	Игры-соревнования: «Кто больше назовет блюд» Пальчиковая гимнастика: «Апельсин», «Овощи», «Капуста», «Варим, варим мы компот»

Декабрь	Презентация книги «Блюда из овощей и фруктов»	Закрепление знаний у детей о полезности овощных и фруктовых блюд.	фПодвижные игры: «Огуречик, огуречик», «Овощи», «Огородник», «Баба сеяла горох», «Царь Горох», «Яблонька», Хороводные игры: «Кабачок», «Урожай», «Яблоня», «По малину в сад пойдем», «Здравствуй, осень», «Хоровод в лесу» Памятки «Витамины» Малоподвижная игра: «Съедобное-несъедобное» *Д\и* «Узнай блюдо», «Какой сок?», «Какое варенье?», «Посчитай», «Отгадай по описанию», «Поваренок», «Ботаническое лото» Конструирование: *«Разные машины везут овощи и фрукты в магазин.*

Сентябрь
«Путешествие в Город здоровья»

Октябрь
«Наши друзья витамины»

Ноябрь

Тема: «Где прячутся витамины»

Цель: дать понятие о пользе витаминов для нашего организма. Познакомить с понятием «Витамины группы А,В,С,Д» и продуктами в которых они содержаться**.**

Декабрь
Презентация книги
«Блюда из овощей и фруктов»

Результат:
- Дети осознают необходимость употребления в пищу овощей, фруктов и ягод для укрепления своего здоровья.
- Знают о витаминах, содержащихся в овощах, фруктах и ягодах, их полезных свойствах.
<u>Вывод</u>:
Совместная проектная деятельность объединила воспитателей, детей и родителей в общей творческой работе и сплотила детско-взрослый коллектив.

В результате работы над проектом у детей повысился интерес к своему здоровью посредством организации здорового питания. Установилась взаимосвязь по созданию совместных с родителями проектов, что повышает качество реализации образовательного процесса ДОУ.