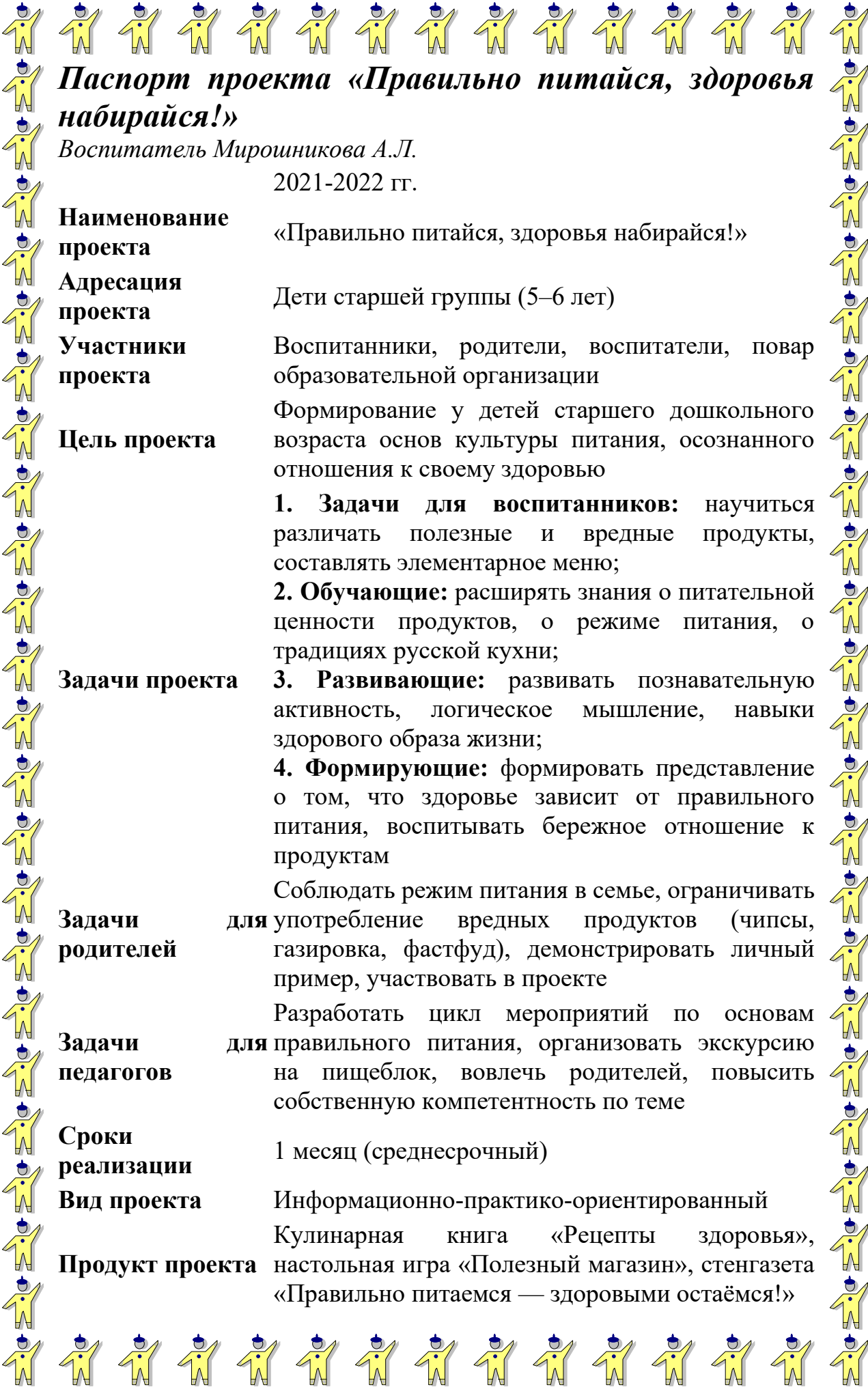




Паспорт проекта «Правильно питайся, здоровья набирайся!»

Воспитатель Мирошникова А.Л.

2021-2022 гг.

Наименование проекта

«Правильно питайся, здоровья набирайся!»

Адресация проекта

Дети старшей группы (5–6 лет)

Участники проекта

Воспитанники, родители, воспитатели, повар образовательной организации

Цель проекта

Формирование у детей старшего дошкольного возраста основ культуры питания, осознанного отношения к своему здоровью

Задачи проекта

1. Задачи для воспитанников: научиться различать полезные и вредные продукты, составлять элементарное меню;

2. Обучающие: расширять знания о питательной ценности продуктов, о режиме питания, о традициях русской кухни;

3. Развивающие: развивать познавательную активность, логическое мышление, навыки здорового образа жизни;

4. Формирующие: формировать представление о том, что здоровье зависит от правильного питания, воспитывать бережное отношение к продуктам

Задачи родителей

Соблюдать режим питания в семье, ограничивать для употребление вредных продуктов (чипсы, газировка, фастфуд), демонстрировать личный пример, участвовать в проекте

Задачи педагогов

Разработать цикл мероприятий по основам для правильного питания, организовать экскурсию на пищеблок, вовлечь родителей, повысить собственную компетентность по теме

Сроки реализации

1 месяц (среднесрочный)

Вид проекта

Информационно-практико-ориентированный

Продукт проекта

Кулинарная книга «Рецепты здоровья», настольная игра «Полезный магазин», стенгазета «Правильно питаемся — здоровыми остаёмся!»

2021-2022 гг.		
Особенности проекта	Реализация через все образовательные области, сотрудничество с родителями и работниками пищеблока, использование исследовательских методов	
Формы работы	Беседы, экскурсия, сюжетно-ролевые игры, дидактические игры, экспериментирование, чтение литературы, продуктивная деятельность	
Педагогические технологии	Здоровьесберегающие, игровые, исследовательской деятельности, ТРИЗ	
Планируемые результаты	Для детей: имеют представления о правильном питании, режиме дня и приёма пищи, умеют делать осознанный выбор в пользу полезных продуктов.	
	Для родителей: пересмотрены семейные пищевые привычки, повышен уровень знаний по теме.	
	Для педагогов: создана картотека методических материалов по культуре питания	
План реализации проекта:		
Задачи	Мероприятие	Срок реализации
Подготовительный этап		
Провести диагностику знаний детей	Анкетирование детей «Что я люблю есть?», беседа	1-я неделя
Подготовить методическую базу	Подбор литературы, наглядности, ИКТ-материалов	1-я неделя
Проинформировать родителей	Консультация «Секреты правильного питания»	2-й день
Содержательный этап		
Расширять знания о продуктах	НОД «Путешествие в страну Здоровячков»	2-я неделя
Познакомить с режимом питания	Беседа «Когда мы завтракаем, обедаем, ужинаем?»	2-я неделя
Сформировать представление о работе	Экскурсия на пищеблок	2-я неделя

Задачи	Мероприятие	Срок реализации
повара	игровые Сюжетно-ролевая «Кафе»	игра 3-я неделя
Развивать навыки	Дидактическая «Составь меню на день»	игра 3-я неделя
Учить составлять меню	Рисование «Моё любимое полезное блюдо»	3-я неделя
Развивать творчество	Составление семейных рецептов для кулинарной книги	3-я неделя
Вовлечь родителей	правила Беседа «Правила этикета за столом»	4-я неделя
Закрепить поведения за столом	Презентация кулинарной итоговой книги, «Знатоки питания»	игра-викторина 4-я неделя
Заключительный этап		
Создать продукт		
Практическая значимость проекта: внедрение в практику работы дошкольной организации системного подхода к формированию культуры питания, снижение потребления детьми вредных продуктов, укрепление здоровья воспитанников.		