**Проект «Азбука здорового питания»**

Проект разработан на основе образовательной программы «Разговор о правильном питании» Министерство просвещения РФ ФГБНУ «Институт возрастной физиологии РА

**Вид проекта**: практико - ориентированный

**Продолжительность проекта**: средней продолжительности

**Участники проекта:** дети подготовительной группы, воспитатель, родители.

**Актуальность темы**: в том, чтобы обратить внимание на правильное и здоровое питание детей дошкольного возраста.

**Проблема:** В наше время мы совершенно забываем о своём здоровье, а приёму и приготовлению пищи уделяем очень мало времени. Нелегко бывает побудить взрослого человека вести здоровый образ жизни. Это нужно делать гораздо раньше, ещё в детском возрасте.

**Цель проекта:** Формировать у детей ценностного отношения к собственному здоровью, через освоение навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.

**Задачи проекта:**

«Познавательное развитие»: Сформировать представление об основных принципах правильного питания.

**«Социально-коммуникативное развитие**»: Формировать представления у детей о правилах поведения за столом во время еды, необходимость соблюдения этих правил, как проявления уровня культуры за столом действия. **«Речевое развитие»:** Активизировать словарь детей новыми словами(белки, жиры, углеводы, злаковые, названия органов человеческого организма). **«Художественно-эстетическое развитие»:** Развивать творческие способности детей в продуктивной и в музыкальной деятельности. **«Физическое развитие»:** Обеспечивать комфортный эмоциональный микроклимат в группе детского сада, в котором ребенок чувствует себя защищенным и принимаемым педагогами.

**Формы организации проекта:**

• Непосредственная образовательная деятельность

• Чтение художественной литературы

• Рассматривание и изучение иллюстрационных материалов

• Участие в игровой деятельности

• Самостоятельная деятельность

• Проведение ситуативных бесед

• Продуктивная деятельность

• Музыкально – ритмические движения

• Заучивание стихов, песен

• Организация совместно с родителями, выставки .

**Этапы реализации проекта:**

**I этап – подготовительный:**

• Опрос детей по проблеме. • Создание необходимых условий для реализации проекта.

• Выбор форм работы • Подбор наглядно-дидактических пособий, художественной литературы, необходимого методического и демонстрационного материала • Подготовка материала для художественно – творческой деятельности• Подбор двигательных упражнений и подвижных игр • Разработка плана работы с детьми по проекту в образовательной деятельности и режимных моментах. • Опрос родителей «Чего вы ожидаете от реализации проекта?»

**II этап – основной (практический):**

• Внедрение в воспитательно-образовательный процесс эффективных методов и приемов по расширению знаний дошкольников о маме.

• Изготовление атрибутов к с/р играм, п/играм. • Рассматривание картин, иллюстраций, чтение х/литературы • Разучивание дидактических, подвижных, хороводных игр, заучивание песен.

• Заинтересованность родителей в сотрудничестве с ДОУ через реализацию проекта

Вовлечение родителей в педагогический процесс ДОУ, а так же оказание помощи в повышении их педагогической культуры (подготовка домашних презентаций, участие в выставке «Здоровая еда»). • Эксперимент «Какая вода на вкус»

**III этап — заключительный:**  
• Обработка результатов по реализации проекта • Оформление родительского уголка: Консультации для родителей: «Здоровое питание дошкольника», «Полезная еда». • Проведение праздника Праздник здоровья» • Заполнение дневника.

- Организация творческой выставки: «Всё о здоровой еде и правильном питании».

Ожидаемые результаты:

Дети.

• Развивается познавательный интерес и любознательность, повышается активность.

• Учатся рассказывать о здоровом питании. • Происходит обогащение знаний детей о здоровой еде и правильном питании, через беседы, чтение художественной литературы и просмотр мультфильмов.

Родители.

• Принимают участие в организации развлечения: изготовление атрибутов и костюмов для детей. • Участие в создании рисунков. • Привлечение к сотрудничеству родителей по созданию в детском саду предметно-развивающей среды.