

# **Проект «Здоровое питание — символ процветания»**

**Я думаю, ты, без сомнения, знаешь,**

**Что пользу приносит не всё, что съедаешь.**

**Запомни и всем объясни очень ясно:**

**Желудок нельзя обижать понапрасну!**

**И помни – желудок у тех не болел,**

**Кто с детства его понимал и жалел!**

**Н. Николаева.**

Продолжительность проекта - 1 месяц

Участники проекта: воспитанники, педагоги, родители

Возраст воспитанников: 4-5 лет

Введение

Сухомлинский В. А. писал: «Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье ребёнка – это важнейший труд воспитателя».

Одной из основных задач, прописанных в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования, является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей. Здоровый ребенок – это здоровая нация, а состояние здоровья ребенка зависит далеко не от уровня здравоохранения, а от той среды и условий, в которых растет ребенок и от образа жизни, который формируется у ребенка с помощью его социального окружения. Поэтому людям, окружающим ребенка, нужно приложить все усилия для сохранения и укрепления его здоровья, и воспитатели играют здесь далеко не последнюю роль. Мы и наши дети проживают в промышленном городе, где очень плохая экологическая ситуация: постоянные выбросы, выхлопные газы, плюс не самые лучшие климатические условия (резкие перепады температуры, нехватка солнца, практически полное отсутствие лета, а отсюда, высокая заболеваемость населения, и конечно больше всего страдают дети, так как их организм еще не так крепок, как у взрослых.

Правильное питание – это лишь один из факторов здоровья ребенка, но далеко не последний. По данным государственного доклада «Положение детей в РФ» состояние здоровья детей дошкольного возраста за последнее десятилетие ухудшилось в связи с изменениями условий жизни и с нарушением питания дошкольников.

Рациональное питание является одним из факторов внешней среды, определяющих нормальное развитие ребёнка. Оно оказывает самое непосредственное влияние на жизнедеятельность, рост, состояние здоровья малыша. Правильное, сбалансированное питание, отвечающее физиологическим потребностям растущего организма, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям. Именно в дошкольном

возрасте мы должны заложить у детей понятия «правильное питание», «здоровое питание», «полезное питание», чтоб оградить наших детей от часто рекламируемых чипсов, шоколадок, гамбургеров и газировки. Также мы должны провести необходимую работу с родителями, обратив их внимание на рацион семьи и вооружив их теоретическими знаниями о полезном питании. Ведь очень часто можно видеть следующую картину: семейный обед в кафе, который заключается в поедании пиццы, нагетсов, картошки фри, жареных крылышек, запивание всего «этого безобразия» газировкой, а как следствие - избыточный вес ребенка, нарушение работы органов пищеварения .

Правильное питание – это залог хорошего самочувствия, работоспособности, активной деятельности, отличного настроения, важнейшее и неременное условие нашего здоровья и долголетия. Поэтому целью данного проекта, является необходимость обратить пристальное внимание детей и родителей на своё питание.

Новизна данного проекта заключается, в постепенном погружении детей в тему, подача материала от простого к сложному, учитывая индивидуальные особенности детей с задержкой психического развития.

Использование инновационных технологий и методик. Проект разработан с учетом технологии развивающего обучения, то есть ребенок не просто получает готовые знания, но и сам участвует в поиске информации, создании творческих продуктов, активном обсуждении интересующих вопросов и самостоятельном выборе своей деятельности посредством насыщения развивающей предметно-пространственной среды.

Прогнозируемая результативность методических материалов для личностного развития дошкольников: развитие познавательных процессов детей, коммуникативных навыков общения, формирование понятий здоровый образ жизни и правильное питание.

Перспективы использования материалов в работе педагогов ДООУ: данный проект может реализовываться педагогами других групп.

## **Актуальность темы проекта**

:«Здоровое питание» - эту фразу мы слышим с экранов телевизоров, читаем в СМИ. Однако, многие не понимают смысл этой фразы, а ведь правила здорового питания закладываются с детства. Родители стараются, чтобы в меню детей были овощи, фрукты, но разве этого достаточно, чтобы говорить о том, что у детей здоровое питание?

Что же знают воспитанники о «здоровом питании»? Это овощи, фрукты, молоко, каши». «А есть и вредные продукты: жвачка, чипсы, газировка». Эти ответы дали воспитанники средней группы в процессе беседы.

**Проект решает одну из важнейших задач: формирование у воспитанников представлений о здоровом питании, о тех продуктах, которые приносят пользу организму.**

Воспитанники в ходе реализации проекта получают представления об основных видах продуктов, о витаминах, о принципах правильного питания.

Именно поэтому актуально становится разработка проекта «Здоровое питание – символ процветания».

Воспитание современного ребенка и его познавательных способностей- приоритетная, наиглавнейшая задача дошкольной педагогики особенно в современных условиях, поскольку любой стране нужны личности здоровые, знающие о правильном питании.

Для этого необходимо активное участие в проекте воспитателя, родителей и самих воспитанников.

### **Цели, задачи, ожидаемые результаты и продукты**

Стратегическая цель: создание благоприятных условий детям, родителям для овладения навыками культуры здорового питания

Тактические цели:

1. Создать условия для изучения физиологических и психологических аспектов питания детей дошкольного возраста.
2. Сформировать у воспитанников 4-5 лет представления о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья.
3. Организовать развитие творческих способностей детей, умение работать сообща, согласовывать свои действия.

### **Задачи проекта**

1. Ознакомление воспитанников с полезными продуктами и витаминами, находящимися в них.
2. Формирование основ здорового питания, представлений о полезности продуктов питания.
3. Формирование у детей привычки здорового питания, употребление в пищу полезных для организма продуктов.
4. Формирование представлений детей о правилах поведения во время еды, необходимость соблюдения этих правил, как проявление уровня культуры человека.
5. Совершенствование у родителей понимания и значения правильного питания для здоровья ребенка и их собственного здоровья.

### **Ожидаемые результаты:**

1. Расширение у воспитанников и их родителей представлений о значении здорового питания для здоровья;
2. Заинтересованность и активное участие родителей в образовательном процессе учреждения дошкольного образования;
3. Развитие познавательных способностей, коммуникативных навыков;
4. Формирование предпосылок поисковой деятельности, интеллектуальной инициативы.

**Продукт:**

- 1.Формирование у детей представления о здоровом питании;
- 2.Ознакомление с продуктами, которые приносят пользу организму;
- 3.Выставка детских работ; изготовление игры «Пирамида здоровья», приготовление овощных салатов;
- 4.Создание картотеки пословиц и поговорок о здоровом питании.
5. В наличии материал для стендов и папок, совместные работы детей и родителей для выставки, памятки для родителей, методическая литература по вопросам здорового питания.

#### **Аннотация проекта:**

Здоровье детей и его состояние относится к числу важнейших характеристик, определяющих положение детей в обществе, и отражает состояние здоровья всего общества. В публикациях последних лет подчеркивается тревожная ситуация, складывающаяся в отношении состояния здоровья детей – дошкольников. В этой возрастной группе наблюдается рост заболеваемости практически по всем классам болезни.

Рациональное питание является одним из основных факторов внешней среды, определяющих нормальное развитие ребенка. Оно оказывает самое непосредственное влияние на жизнедеятельность, рост, состояние здоровья малыша. Правильное, сбалансированное питание, отвечающее физиологическим потребностям растущего организма, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям. Наиболее важно соблюдение принципов рационального питания детей дошкольного возраста. Этот период характеризуется интенсивными процессами роста, усиленными процессами обмена веществ, развитием моторной деятельности.

Одной из самых главных причин, приводящих к формированию неправильных рационов, является информационный хаос, царящий на рынке продуктов питания.

В ДОУ воспитывается немало детей, имеющих те или иные отклонения в состоянии здоровья: хронические заболевания, аллергические заболевания, избыточная масса тела, кариес, инфекционные заболевания.

В последнее время снизилось потребление детьми ряда мясных и молочных продуктов - основных источников высококачественного белка.

Поэтому необходимо отрегулировать питание и составить индивидуальное меню для детей, имеющих:

- пищевую аллергию;
- избыточную массу тела;
- хронические заболевания.

Большая доля ответственности за питание ложится на детский сад. Это особенно актуально сегодня, когда на растущий детский организм влияют ресурсное ускорение темпов жизни, социальное и материальное расслоение населения, увеличение получаемой детьми познавательной информации, изменение условий воспитания в семье. В ДОУ

стараятся не только накормить ребенка в соответствии с физиологическими потребностями, но и сформировать у него правильный стереотип пищевого поведения.

Решение проблем по питанию мы видим через реализацию проекта «Здоровое питание – символ процветания», который поможет создать оздоровительное пространство благодаря методической работы.

Срок реализации проекта :1 месяц

Участники проекта: педагог, дети, родители

Тип проекта: практико – ориентированный, познавательный.

Возраст детей, на которых рассчитан проект: 4 – 5 лет

Данный проект предусматривает изучение вопросов культуры питания, поэтому именно педагог способен разбудить в сознании детей и родителей осознанную ответственность за здоровье.

Реализация проекта в дошкольном питании - требование времени и результат совместной работы.

### **Методы и приемы:**

1. Беседы о здоровом питании, пользе и вреде различных продуктов питания.
2. Рассматривание иллюстраций по теме проекта.
3. Чтение художественной литературы (потешки, сказки, рассказы, стихи, загадки, пословицы, поговорки)
4. Тематические занятия
5. Оформление тематических папок для родителей с консультациями и памятками, рекомендациями: «Что нужно знать о питании ребенка»
6. Проведение индивидуальных бесед, консультаций с родителями.
8. Организация игровой деятельности с воспитанниками: развивающие и дидактические игры, сюжетно-ролевые игры. Подвижные игры, игры-инсценировки.
9. Продуктивная деятельность.
10. Обогащение предметно - развивающей среды:
  - Оформление папки «Что нужно знать о питании ребенка»
  - Пополнение атрибутами сюжетно-ролевых игр «Супермаркет», «Кафе».
  - Пополнение наглядного материала по теме проекта.
  - Оформление наглядного материала «Витамины для детей»
  - Изготовление дидактических игр по теме «питание»

### **Принципы:**

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка. Развивающий характер образования реализуется через деятельность каждого ребенка в зоне его ближайшего развития;
- единство воспитательных, развивающих и обучающих целей, и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;
- решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.

Отражение принципа гуманизации в проекте программы означает:

- признание уникальности и неповторимости личности каждого ребенка;
- признание неограниченных возможностей развития личного потенциала каждого ребенка;
- уважение к личности ребенка со стороны всех участников образовательного процесса.

Дифференциация и индивидуализация воспитания и обучения обеспечивает развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями. Осуществляется этот принцип через создание условий для воспитания и обучения каждого ребенка с учетом индивидуальных особенностей его развития.

Реализация принципа непрерывности образования требует связи всех ступенек дошкольного образования, начиная с раннего и младшего дошкольного возраста до старшей и подготовительной к школе групп.

Приоритетом с точки зрения непрерывности образования является обеспечение к концу дошкольного детства такого уровня развития каждого ребенка, который позволит ему быть успешным в начальной школе.

Соблюдение принципа преемственности требует не только и не столько овладения детьми определенным объемом информации, знаний, сколько формирование у дошкольника качеств, необходимых для овладения учебной

деятельностью - любознательности, инициативности, самостоятельности, произвольности и др.

Ряд авторов.....рассматривают проекты с детьми,во-первых:....во-вторых:....

#### **Пути решения проекта:**

- обдумать «образ будущего», представить модель того, что собираются создавать;
- учесть требования и мнения всех участников создаваемого будущего;
- разработать систему реализации идей на основе реальной практики и возможностей конкретного ДОУ;
- оценить риски реализации проекта.

#### **Этапы реализации проекта**

Реализация проекта рассчитана на 4 недели: с «15 января» по «9 февраля»

№ п/п	Этапы	Цель	Сроки
1.	Подготовительно-проектировочный этап	Уточнить в ходе бесед представления воспитанников о здоровом питании, полезных продуктах, витаминах, их роли в развитии организма человека. Подготовить методическое обеспечение проекта. Подготовительный этап - Изучение литературы и других информационных источников о здоровом питании. - Подбор информационного материала для родителей.	1 неделя

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Разработка конспектов занятий для детей.</li> <li>- Оформление ППРС группы.</li> </ul>	
2.	Практический этап	<p>Беседы:  «Что такое урожай», «Зачем мы кушаем овощи и фрукты», «Что такое витамины», «Какие блюда из овощей мы кушаем дома и в саду», «Мои любимые овощи и фрукты», «Что из овощей можно есть сырым, а что только вареным», «Докажи, что полезно есть фрукты», «Почему мы обязательно моем овощи и фрукты перед едой», «Продукты питания в магазине», «Щи да каша – пища наша», «Вредные продукты», «Полезные сладости», «Чтобы зубки не болели», «Правила поведения за столом».</p> <p>Дидактические игры:  «Чудесный мешочек: овощи-фрукты»,  «Разрезные картинки», «Что в</p>	2 -3 неделя

		<p>моей корзинке», «Полезно – не полезно», «Какой сок», «Из чего каша», «Магазин полезных продуктов», «Кушайте на здоровье», «Что лишнее», "Сервируем стол к обеду", "Опиши и угадай овощ", «Вершки и корешки». Цель: развивать пространственное восприятие детей. Сюжетно – ролевые игры: «Кафе», «День рождения», «Принимаем гостей», «Супермаркет». Театрализованное представление " Огородники; Изобразительная деятельность: Лепка: «Овощи» «Яблоко и груша», «Витамины в корзинке» Аппликация: " Овощи на тарелке", Рисование: «Угостим гномика полезными продуктами»</p>	
3.	Обобщающе - результативный этап	Обобщение опыта по оздоровлению детей через	4 неделя

		<p>организацию:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Выставки детско – родительских работ по теме «Здоровое питание».</li> <li>- Оформление консультаций для родителей «Витамины для детей».</li> <li>- Коллективную работу «Овощи и фрукты – витаминные продукты».</li> </ul>	
4.	Презентация проекта	<p>Викторина с детьми «Что мы знаем о правильном питании?» (цель: обобщить знания детей о продуктах питания, их разнообразии и жизненно важной ценности, о влиянии пищи на организм человека; закрепить у детей умения различать полезные и вредные для здоровья продукты питания, представления о пользе витаминов для здоровья человека, воспитывать осознанное отношение к</p>	4 неделя

		выполнению правил здорового питания); Книга рецептов; Стенгазета: «Полезные продукты».	

**План мероприятий.**

№ п/п	Направление	Тема мероприятия	Форма проведения
1.	«Физическое развитие»	П.и «У медведя во бору» Подвижные игры «Собери урожай» (эстафета) Цель: развивать быстроту реакции ; «Баба сеяла горох»; П.и. «Полезно – вредно» (подобие «Съедобно – не съедобно»)	ООД, совместная деятельность в режимных моментах, сюжетно-ролевые игры, дидактические игры, драматизации, работа с родителями
2.	«Социально-коммуникативное развитие»	Сюжетно – ролевые игры: «Кафе», «День рождения», «Принимаем гостей», «Супермаркет». Цель: закрепить знания детей о том, что такое кафе, супермаркет, кто в нем работает и для чего туда ходят люди. Театрализованное представление " Огородники;	
3.	«Познавательное развитие»	Культура поведения за столом. Правила питания.	

		<p>Д.и. «Чудесный мешочек: овощи-фрукты», «Разрезные картинки», «Что в моей корзинке», «Полезно – не полезно», «Какой сок», «Из чего каша», «Магазин полезных продуктов», «Кушайте на здоровье», «Что лишнее», "Сервируем стол к обеду", "Опиши и угадай овощ". «Вершки и корешки» В. И. Воробьева «Капризка», Презентация рекламы полезного продукта. «Полезные продукты»</p>	
4.	«Речевое развитие»	<p>С. Михалков Стихотворение «Про девочку, которая плохо кушала» Цель: закрепить у детей знание о том, что состояние нашего здоровья во многом зависит от нашего питания.</p>	
5.	«Художественно-эстетическое развитие»	<p>Изобразительная деятельность: Лепка: «Овощи», «Яблоко и груша», «Витамины в</p>	ООД

		корзинке» Аппликация: "Овощи на тарелке" Рисование: «Угостим гномика полезными продуктами»	
--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------	--

### **Ресурсное обеспечение проекта:**

Информационные ресурсы

•Интернет

Учебно-методические ресурсы: « Как сформировать навыки здорового питания» Касьянова, З.Л.2012 год

Фонд методического кабинета:

- библиотека;
- игротека;
- аудиотека;
- фонотека.

Материально-технические ресурсы:

Телевизор со встроенным DVD, видеоматериалы о здоровом питании, наборы для творчества, бумага для принтера, клей, кисти, пластилин

Финансовые ресурсы ..

Финансирование проекта производится воспитателем, родителями.

Критерии оценивания проекта:

1. Количество участников проекта ( дети, родители, педагоги)
2. Количество индивидуальных и коллективных работ, выполненных в ходе реализации проекта
3. Отзывы детей, родителей, педагогов
4. Физиологические (улучшение аппетита, увеличение объема потребляемой пищи), психологические изменения у детей ( хорошее настроение, желание хорошо кушать)

1. Удовлетворённость родителей результатом работы ДОО (созданными условиями, уровнем подготовки ребёнка к школе, интересом ребёнка к образовательному процессу).

2. Соответствие условий обучения дошкольников нормам СанПиНа.

### **Риски и пути преодоления рисков**

В ходе реализации данного проекта возможно возникновение некоторых рисков, которые будут решены следующим путем:

1. Пассивное отношение родителей к продуктивной деятельности.  
Вовлечение пассивных родителей посредством индивидуальных

консультации, отдельных поручений, а также обеспечения материалом для творчества.

2. Недостаточные знания детей для проведения конкретных мероприятий. Предварительная подготовка детей родителями в домашних условиях (беседы)
3. Психологический барьер у родителей, препятствующий постановке и озвучиванию проблемных вопросов о питании детей. Ежедневные беседы с родителями о возможных трудностях в формировании у детей культуры питания(предложения помощи, беседы одомашнем питании, питании в условиях туризма)

### **Выводы:**

Проект должен стать мощным импульсом к развитию творческой инициативы дошкольных педагогических коллективов, занимающимся проблемами детства в воспитании у детей привычки к здоровому питанию.

### **Свой ТЕКСТ.....**

В целом проект с детьми и родителями, с моей точки зрения, имеет прогрессивный характер и позволит не только достичь расширения знаний о разнообразии полезных продуктов питания, но и дадут толчок для развития у детей привычки к здоровому образу жизни.

### **Литература**

1. В. А. Деркунская «Образовательная область «Здоровье»
2. В. И. Воробьева « Капризка», С. Михалков « Про девочку, которая плохо кушала»
3. Е. А. Мартынова, И. М. Сучкова «Организация опытно – экспериментальной деятельности детей 2 – 7 лет»
4. Интернет ресурсы
5. Н. Ф. Виноградова « Воспитателю о работе с семьей»
6. Физкультурные минутки – картотека здоровье сберегающих технологий.
7. К.Ю. Белая. Формирование основ безопасности у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений и родителей.- м. :Мозайка - -Синтез, 2012.-64 с

### **Роль родителей в реализации проекта:**

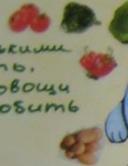
1. Помощь в изготовлении атрибутов для сюжетно- ролевых и дидактических игр, оформление стенгазеты Семейные традиции « здорово питаться здорово».
3. Совместный просмотр с детьми телевизионных передач по теме проекта, беседы, рассматривание иллюстраций.

Предполагаемые результаты (продуктивная деятельность всех участников проекта)

# Семейные традиции

1 сдз № 112  
зр № 13.

Чтоб  
здоровенькими  
быть,  
нужно овощи  
любить



Фрукты  
кушаем,  
растем -  
витамины  
в рот кладем



Шоколадчик  
запасают

Орехи - они  
нам  
придаются



Зутки,  
костюмки  
в порядке  
от молока  
и зарядки



Чтоб  
традиции  
поливаться -  
силу в  
МАКАРОНАХ  
ВЗЯТЬ



Кашки,  
крупа,  
рис,  
перловка  
будь здоровым,  
сытным,  
ловким



## Здорово питаться здорово!





### **Изобразительная деятельность:**

Лепка « Овощи»,«Яблоко и груша», «Витамины в корзинке» Конспект занятия по лепке в средней группе «Овощи на тарелке»

### **Конспект занятия по лепке в средней группе «Овощи»**

Тема: «Овощи»

Цель: закреплять приемы лепки сплющивание, скатывание, вытягивание, вдавливание.

Задачи:

1)Развивать умение лепить знакомые предметы ;

2) Закреплять навыки аккуратной лепки;

3) Воспитывать интерес к загадкам.

Оборудование: Пластилин, подкладная доска, муляжи овощей, ножик для пластилина.

Индивидуальная работа:

- показать ребенку приемы работы с куском пластилина

- помочь ребенку при затруднении

Ход занятия.

Воспитатель: Ребята, сегодня я принесла вам овощи. Давайте посмотрим какие бывают овощи.

(Воспитатель показывает по отдельности муляж каждого овоща и дети называют его, цвет, какой овощ на вкус, что из него готовят).

Воспитатель: Молодцы, ребята. А сейчас мы посмотрим как много вы знаете об овощах. *(Зачитывает загадки. Дети отгадывают).*

Загадки.

1) Что за скрип? Что за хруст?

Это что ещё за куст?

Как же быть без хруста,

Если я ...

- капуста –

2) Огородная краля

В оранжевом платье

Притаилась в погребке,

Лишь коса на бугорке

- морковь –

3) Вверху зелено, внизу красно,

В землю вросло.

- свекла –

4) Заставит плакать всех вокруг,

Хоть он и не драчун, а просто ...

- лук –

Воспитатель: Молодцы, дети, вы отгадали все загадки. А сейчас мы с вами сами попробуем слепить овощи из пластилина.

Теперь, ребята, поднимите глазки и внимательно смотрите на меня. Я покажу как делать из пластилина морковку. (Разминает в руках кусок оранжевого пластилина и придает ему форму моркови, затем из зеленого пластилина лепит пучок и прикрепляет к моркови. Также делаем свеклу, огурец.)

Воспитатель: Ребята, выбирайте кто что будет делать и приступайте.

(Воспитатель следит за организацией рабочего места, помогает детям в выполнении задания.)

Воспитатель: Молодцы, дети. Теперь давайте положим овощи в тарелку. Посмотрите, какие красивые овощи у вас получились.



## Аппликация: «Яблоко и груша»

Программное содержание.

Интеграция образовательных областей: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Цель: учить наклеивать предметы круглой и овальной формы, работать аккуратно.

Задачи по образовательным областям:

Социально-коммуникативное развитие:

- содействовать накоплению опыта доброжелательных взаимоотношений друг с другом и педагогом;
- развивать умение сопереживать;
- развивать умения вместе радоваться успехам.

Познавательное развитие:

- учить наклеивать предметы округлой и овальной формы;
- закреплять умение определять цвет, форму и величину;
- закреплять умение набирать клей на кисть и намазывать всю форму ;
- обогащать чувственный опыт детей и умение фиксировать его в речи;
- закреплять знания об Фруктах.

Речевое развитие:

- учить отвечать на вопросы;
- развивать понимание речи педагога, активизировать слова на основе расширения ориентировки детей в ближайшем окружении;
- активизировать и расширять словарный запас.

Художественно-эстетическое:

- воспитывать интерес к окружающему миру и аппликации;
- развивать чувство ритма.

Физическое развитие:

- развивать мелкую моторику рук.

Предварительная работа: рассматривание картинок овощей, дидактическая игра «Собери овощи».

Материалы и оборудование: картинки фруктов: груши и яблоко, (разрезанные на 2и 4 части картинки, муляжи фруктов, клей, кисточки, заготовки (вырезанные тарелочки и фрукты).

Содержание образовательной деятельности

Воспитатель: Здравствуйте ребята!

Дети: Здравствуйте!

Воспитатель: Посмотрите на мой стол, и угадайте, что мы сегодня будем делать? (на столе лежат клей, кисточки, заготовки фруктов)

Дети: Мы сегодня будем клеить.

Воспитатель: Правильно. А чтобы узнать, что мы будем клеить, отгадайте загадки (показываем картинку с яблоком и грушей)

Кто там спрятал под листок

Свой румяный крепкий бок?

Под листы-панамочки

Прячутся в зной. (яблочки)

Дети: Это яблоко.

Воспитатель: Правильно. Теперь слушайте вторую загадку.

Фрукт похож на неваляшку,

Носит желтую рубашку.

Тишину в саду нарушив,

С дерева упала. (груша)

Дети: Это груша.

Воспитатель: Молодцы. Сегодня я вам принесла волшебный мешочек. Попробуйте угадать на ощупь, что там (с закрытыми глазами ощупывают муляжи фруктов)

Дети: яблоко и груша

Воспитатель: Правильно. Давайте на них посмотрим внимательно. Одинаковой ли они формы?

Дети: Нет, яблоко круглое, а груша овальная.

Воспитатель: Различаются ли они по цвету?

Дети: Да, яблоко красное, а груша желтая.

Воспитатель: А на ощупь они одинаковые или разные?

Дети: одинаковые, они гладкие.

Воспитатель: Правильно. Вот такие фрукты разные по цвету и форме мы сегодня будем приклеивать на нашу тарелочку.

Динамическая пауза.

Воспитатель: А сейчас мы разомнемся и пойдем собирать урожай.

Прекрасен наш осенний сад. (Идут по кругу.)

В нём слива есть и виноград.

На ветках, как игрушки, (Поднимают руки вверх.)

И яблоки, и груши.

А к ночи веет холодок (Машут руками.)

И желтый лист шуршит у ног. (Идут, шаркая ногами.)

(Дети сопровождают слова движениями. Созданы условия для совершенствования двигательных умений и навыков, снято мышечное напряжение)

Воспитатель: Молодцы, ребята справились урожай собрали, теперь давайте подготовим рабочие места для аппликации.

Пальчиковая гимнастика.

Воспитатель: Рабочие места подготовили, теперь разомнем наши пальчики.

(Дети выполняют движения руками по тексту)

Как у нашей Зины (Делают ладони «корзинкой».)

Фрукты в корзине

Яблоки и груши, (Загибают пальцы, начиная с мизинца.)

Чтоб ребята кушали,

Персики и сливы –

До чего красивы!

Воспитатель: Возьмите правильно кисточки в правую руку, обмокните в клей и аккуратно намазывайте красное яблоко клеем, а левая рука помощница она помогает вам придерживать ваш фрукт, затем переверните его и приклеивайте на тарелочку. Молодцы. Теперь возьмем грушу желтого цвета намажем клеем перевернем её и приклеим на тарелочку.

Заключительная часть

Воспитатель: Чем мы сегодня занимались? Что мы приклеивали?

Дети: Мы приклеили на тарелочку грушу и яблоко.

Воспитатель: Вам понравилось занятие?

Дети: Да, понравилось.

Воспитатель: Молодцы ребята, вы хорошо потрудились, отвечали на вопросы. Теперь давайте с вами вместе отнесем на выставку ваши работы.

**Комплексное занятия по лепке в средней группе «Витамины в корзине»**

Цель: Продолжать учить детей, совершая круговые движения ладонями, лепить из пластилина витамины шарообразной формы.

Познакомить детей с понятием “витамины”, сформировать у них представление о необходимости наличия витаминов в организме человека. Закрепить знания детей о фруктах и их пользе.

Воспитать у детей потребность правильно питаться, воспитывать чувство сопереживания, желание прийти на помощь.

Формировать интерес детей к лепке.

Задачи: Продолжать знакомить детей с пластилином и его свойствами. Продолжать формировать знания об основных цветах. Учить детей лепить фрукты и овощи по представлению, используя знакомые техники лепки; развивать общую и мелкую моторику, глазомер. Учить надавливать указательным пальцем на пластилиновый шарик, прикрепляя его к основе, располагать шарики на равном расстоянии друг от друга.

Воспитывать аккуратность в работе

Способствовать активизации речи.

Закрепить знания профессии врача.

Предварительная работа: рассматривание картинок и иллюстраций на тему «витамины-Фрукты», дидактическая игра «Чудесный мешочек», «Угадай чего не стало?», отгадывание загадок о фруктах, овощах. Чтение стихов о пользе фруктов и овощах. СРИ "Доктор". Беседа с детьми о здоровом образе жизни.

Словарная работа: витамины, лекарство, овощи, фрукты.

Технология: здоровье- сберегающая, игровая.

Раздаточный материал: кусочки разноцветного пластилина (красный, желтый, зеленый), доска для пластилина, стеки, салфетки по количеству детей, тарелочки.

Демонстрационный материал: картинки фруктов и овощей, изображения витаминов в баночках, картина с продуктами. кукла Доктор Айболит, телефон. Корзина маленькая для зайчика.

Оборудование: CD- магнитола.

**ИНТЕГРАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОБЛАСТЕЙ:** продуктивная, игровая, коммуникативная, познавательно- исследовательская.

Сюрпризные моменты: корзина с угощением для детей (фрукты нарезанные на кусочки).

Ход занятия:

Вступительная беседа.

Дети садятся на стульчики. Дорогие ребята! Я очень рада видеть вас всех сегодня такими здоровыми и красивыми. А с каким настроением вы пришли сегодня в детский садик (ответы детей).

Слышен стук в дверь. Воспитатель открывает дверь, а там зайчик и здоровается с детьми.

Воспитатель: Посмотрите, какой он грустный. Что же случилось?

Зайчик: Здравствуйте, ребята! Мои друзья в лесу заболели, у них не хватает витаминов. Я хочу им помочь, но не знаю, что такое витамины и где они находятся. И поэтому (грустно) моя корзинка пуста.

- Да, грустная история. Ребята, как вы считаете, сможем мы помочь вылечить зверюшек в лесу?

Дети: ДА!

Воспитатель: Зайнчика, мы с ребятами тебе поможем.

Что нужно сделать, чтобы звери не болели в лесу (ответы детей)

Наверное, надо кушать витамины.

Не только апельсины, мандарины,

Но и морковку, свеклу и капусту,

Тогда уже не будет нам так грустно.

Чтобы расти- здоровыми, красивыми!

Должны мы подружиться с витаминами.

Их очень много – целый алфавит?

И каждый витамин по своему звучит.

«А» - служит для сиянья наших глаз,

«В» - будут нервы крепкие у нас,

«С» - полезен для зубов и для костей

Им даже можно угощать гостей.

Я знаю, что нам может помочь побыстрее вылечить зверюшек - это витамины!

Как вы думаете кого надо позвать, чтобы посоветоваться? Какие витамины надо принимать (дети-доктора)

Правильно «Доктора».

Давайте вызовем по телефону доктора. (входит кукла- доктор с корзинкой и говорит, здравствуйте).

Кукла Доктор объясняет детям, что нужно давать витамины.

Кукла Доктор:А кто знает, что такое витамины (ответы детей).

- Витамины помогают детям и взрослым быть крепкими и здоровыми. Одни витамины помогают детям расти, другие - глазам хорошо видеть, третьи - голове - хорошо думать, быть умной. А есть витамины, которые защищают нас от болезней.

- Где живут витамины? (ответы детей) в продуктах питания. (Прикрепить к доске картинку с продуктами).

- Чтобы быть здоровым, умным, сильным, человек должен получать витамины с пищей. Если ребёнок получает этих витаминов мало, то он начинает часто болеть, теряет аппетит и плохо растёт. А как вы думаете, в какое время года мы получаем витаминов больше всего? (ответы детей) летом и осенью. Почему? (ответы детей). Потому что в это время много фруктов и овощей.

- А в другое время года, чтобы люди не испытывали недостатка в витаминах, витаминки – таблетки продаются в аптеках. (показ картины -витамины в баночке).

- Особенно богаты витаминами овощи и фрукты. (прикрепить картинку с овощами и фруктами к доске).

Назовите овощи и фрукты, которые вы знаете и любите. (ответы детей).

Воспитатель: ребятки, что это такое, послушайте? (загадывает загадку)

Само с кулачок, красный бочок,

Потрогаешь гладко, а откусишь сладко (яблоко).

Красная девица

Сидит в темнице

А коса на улице (морковь).

Эти крепкие ребятки

В листьях прячутся на грядке.

Лежебоки-близнецы

Зеленеют. (огурцы)

Летом, не боясь жары,

Зрели красные шары.

Вызрели как на подбор.

Что за овощ? (Помидор)

Желтый цитрусовый плод

В странах солнечных растёт.

А на вкус кислеший он.

Как зовут его? (Лимон)

Этот фрукт в рубашке яркой

Любит, чтобы

Не растет среди осин

Круглый рыжий. (апельсин).

Ребята, яблоко, лимон, апельсин,- это фрукты. А огурцы, помидоры, морковь-это овощи. А во всех этих фруктах и овощах находятся витамины. Витамины, зайчик, –это такие вещества которые помогают расти детям и быть здоровыми. Во фруктах и овощах очень много витаминов потому что они растут на деревьях и на грядке. Солнышко их согревает, дождик поливает и наполняет их витаминами.

Предлагаю отправить зверюшкам в лес посылку- витаминную корзину с овощами и фруктами, которую мы сделаем сами. Давайте, ребята, поможем зайчику и его друзьям.

1. Подготовка пластилина к работе (разогреть его в руках)
2. Определить размер изготавливаемого овоща или фрукта
3. Разделить пластилин на части при помощи стеки
4. Лепка овощей и фруктов (по выбору детей, используя разные приемы лепки).

Самостоятельная работа детей. (после работы).

- Ну и конечно же, нашим ребятам здоровыми, ловкими и сильными помогает оставаться физкультура.

Физминутка: «Фрукты»

В сад с друзьями мы пошли (дети шагают)

Фруктов много там нашли (руки на поясе, наклоняются) .

Сливы, груши мы сорвали (поднимают правую руку вверх, затем левую)

Яблоки все отыскивали (руки разводят в стороны) .

Подходите, не стесняйтесь (машут правой рукой «звучат», потом левой)

Фруктами все угощайтесь (левая рука на уровне груди повернута ладонью вверх, правая «угощает» всех фруктами) .

Молодцы, всех угостили фруктами-витаминами. Ну, что Зайчик, ты запомнил, где находятся витамины.

Зайчик: Да, я все понял, витамины находятся в фруктах и овощах. Только как я вылечу своих друзей ведь корзинка моя пустая.

Ребята, давайте фрукты, и овощи сложим в корзинку, пусть зайчик их в лес отнесет, своих друзей угостит.

Если звери будут употреблять витаминные продукты, то они обязательно быстро поправится.

- А наши ребята любят есть овощи и фрукты?

- Очень любят и всем советуют:

Чтение стихов.

1 ребёнок.

Помни истину простую –

Лучше видит только тот,

Кто жуёт морковь сырую

Или сок морковный пьёт.

2 ребёнок.

От простуды и ангины

Помогают апельсины.

Ну, а лучше съесть лимон,

Хоть и очень кислый он.

Все вместе

Никогда не унываем и улыбка на лице,

Потому что принимаем витамины АВС.

Зайчик: Спасибо, ребята, за фрукты и овощи. Теперь я знаю, что они очень полезные потому что в них есть витамины. А пока вы для меня лепили, я для вас настоящих фруктов в саду насобирал. Угощайтесь, детки, душистыми витаминчиками.

Дети благодарят зайчика и прощаются с ним.

Выставляем работы на стенде.



## План-конспект НОД по аппликации «Овощи на тарелке» в средней группе

Тема: «Овощи на тарелке»

Цель: Учить создавать композицию в аппликации.

Задачи:

Образовательные: Учить располагать предметы согласно образцу.

Развивающие: Развивать внимание, мышление.

Воспитательные: Воспитывать интерес к занятию.

Материалы и оборудование: муляжи овощей: помидор, огурец, морковь, листы белой бумаги круглой формы, клейстер, кисточки, салфетки, клеёнки.

Содержание ООД.

1. Игра "Волшебный мешочек".

В гости приходит Зайчик, приносит мешочек. Дети достают из мешочка по одному предмету. Помидор, огурец, морковь. Обобщаем, что это овощи.

2. Зайчик говорит, что ждёт гостей и ему надо накрыть на стол.

Помогаем зайчику положить овощи в тарелку.

А гостей придёт много. Лиса, волк, медведь, ёжик и другие звери. Одной тарелочки с овощами будет мало.

Зайчик просит детей помочь ему сделать овощи на тарелке.

Решаем сделать аппликацию.

3. Рассматривание овощей, их формы и цвета, а также формы тарелочки.

4. Вспоминаем правила поведения с ножницами.

Физминутка «Овощи»

Раз, два, три, четыре, (Ходьба на месте)

Дети овощи учили: (Прыжки на месте)

Лук, редиска, кабачок, (Наклоны вправо-влево)

Хрен, морковка, чесночок. (Хлопки в ладоши)

5. Аппликация "Овощи на тарелке"

Дети вырезают помидор,огурец и морковь, располагают их на тарелке, а потом наклеивают.

6. Зайчик благодарит детей за помощь. Теперь он сможет накормить всех гостей.

7. Итог.

Кто приходил в гости?

Как помогли зайчику?

Какие овощи положили на тарелку?

8. Выставка работ.



*Рисование: «Консервируем овощи», «Веселые фрукты».*