

Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение
центр развития ребенка -
детский сад №39 «Цветик-семицветик»

ЭКОЛОГИЯ ПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКА

Актуальность:

Здоровье детей и его состояние относится к числу важнейших характеристик, определяющих детей в обществе, и отражает состояние здоровья всего общества. А 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. Дети не могут самостоятельно оценить полезность здоровой пищи.

В наше время, время неконтролируемого потока рекламы, рекламы чипсов, киришечек, и т.д. У детей формируются искажённые взгляды на питание.

Сегодня существует **проблема** правильного питания в семье.

Проблема:

нужны ли витамины для растущего организма и для чего нам необходимо потреблять в пищу всю витаминную «азбуку»?

Цель:

Создание условий для формирования знаний у детей и их родителей о правилах правильного и здорового питания, посредством проектной деятельности.

Задачи:

- Расширить знания дошкольников о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания человека (какие продукты наиболее полезны и необходимы человеку каждый день, а какие вредны), отработать у детей умение отличать полезные и вредные продукты в рационе питания;
- Закрепить знания детей о необходимости витаминов для нормальной жизнедеятельности человека, о том, в состав каких продуктов они входят;
- Развивать познавательные и творческие способности детей, исследовательские умения и навыки, мыслительные процессы (анализ, синтез, умозаключения), связную речь;
- Воспитывать бережное отношение к своему организму, осознанное отношение к выбору продуктов питания, культуру поведения за столом.

Продукт проекта:

Для детей:

Кулинарная книга здорового питания(Д/игры, приготовление салатов, печенья, детские работы.)

Видео о реализации проекта

Для родителей:

Кулинарный Билборд (Объяснялки), (Важный вопрос), (Дегустация блюд).

Стен газета о питании.

II этап – РАЗРАБОТКА ПРОЕКТА

Создание и обсуждение совместного плана работы с детьми и родителями, выбор возможных источников информации;

Подбор наглядного и методического материала;

Подбор научно-популярной и художественной литературы.



III этап – РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Непосредственно
образовательная
деятельность

Режимные
моменты

Акции

Развлечения

Экскурсии

Работа с
родителями

<https://dohcolonoc.ru/proektnaya-deyatelnost-v-detskom-sadu/8663-obrazovatelnyj-proekt-eda-bez-vreda.html>



С чего все началось.



Непосредственно образовательная деятельность



Экскурсия на ферму



Экскурсия в магазин



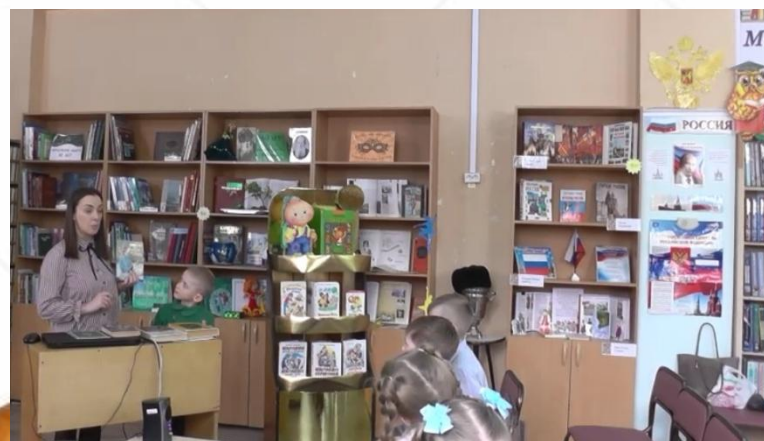
Экскурсия на кухню



Экскурсия в техникум



Экскурсия в библиотеку



Развлечения



Готовим салат



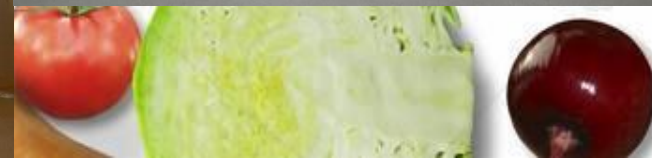
Дидактические игры



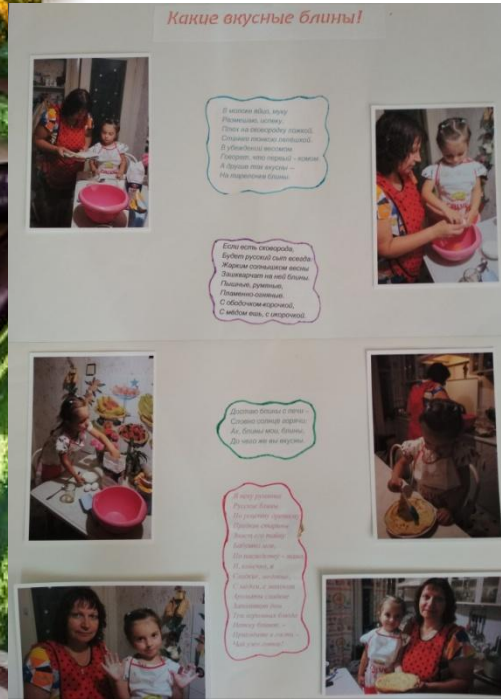
Режимные моменты



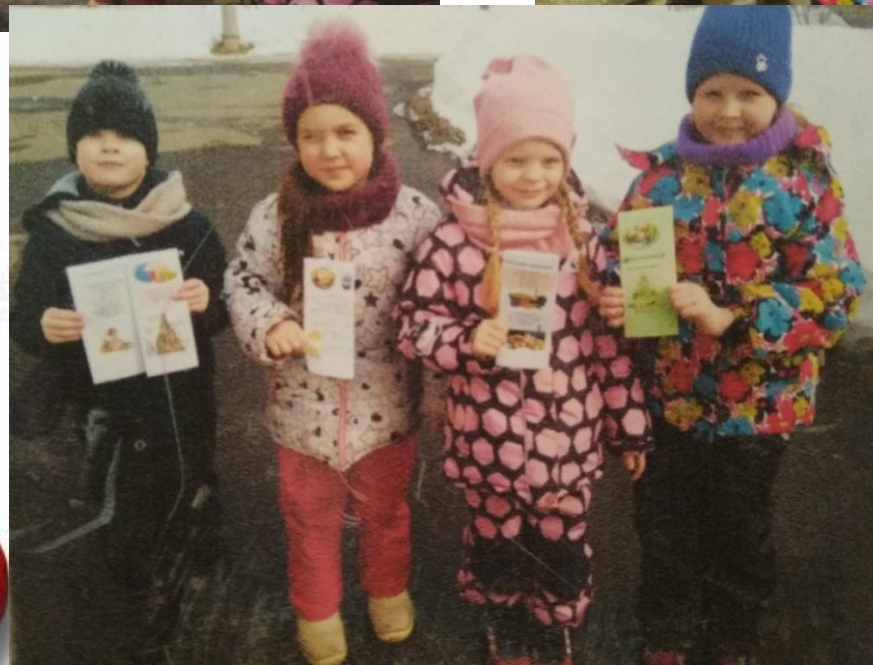
Работа с родителями



Выставка газет.



Акция





Получив такие знания,
Мы решили создать:
"Книгу здорового питания"

