

**Паспорт социально значимого проекта**  
**«Правильно питаемся – растем и развиваемся»**  
**Автор проекта – Лысенко О.В., воспитатель МАДОУ**  
**МО г. Краснодар «Детский сад № 138».**

Тип проекта: социально значимый

Продолжительность проекта: средней продолжительности.

Начало проекта: 23.08.2021 года.

Окончание проекта: 26.11.2021 года.

Участники: дети старшей группы, родители, воспитатели.

**Актуальность проекта.**

На данный момент, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста превратилось в одну из первоочередных социальных проблем, наряду с другими социально значимыми. Говоря о данной проблеме, мы взрослые ищем новые подходы для ее решения.

Согласитесь, цель педагогов и родителей должна совпадать для решения обозначенной проблемы. Доверительные партнерские отношения между дошкольной образовательной организацией и родителями воспитанников выходят на новый уровень взаимодействия – понимания, внимания, сотрудничества. И нам это удается, несмотря ни на что. Говоря на одном языке, мы понимаем друг друга.

Что же является главным компонентом здорового образа жизни? Конечно, правильное сбалансированное питание. Здоровое питание человека в любом возрасте, а в детстве особенно, обеспечивает нормальное эмоциональное, физическое, психическое, интеллектуальное развитие. Правильное питание является основным фактором в предупреждении и лечении многих заболеваний и влияет на качественное развитие личности дошкольника.

Есть «но». В настоящее время многие родители детей дошкольного возраста в силу своей занятости не имеют возможности и желания ежедневно готовить «правильные» завтраки, обеды, ужины. Как правило, родители отдают предпочтение продуктам быстрого приготовления или заменяют бутербродами, пиццей и т.п. А современные дети под воздействием рекламы часто предпочитают продукты, которые не только не приносят пользы, но и наносят вред их здоровью. Именно для решения этой проблемы, был разработан данный проект.

Выстроенная проектная модель направлена на формирование у детей дошкольного возраста и их родителей представлений о правильном питании, способствует повышению результативности представлений о необходимости заботы о личном здоровье, повышает эффективность совместной деятельности

дошкольной образовательной организации и семьи; нацеливает на принятие активного участия через непосредственное взаимодействие по проблеме правильного питания. В целом, такая работа позволяет оптимизировать воспитательный процесс, делая его увлекательным, интересным, содержательным, а главное здоровым и эффективным.

**Цель проекта:** создать условия для формирования у детей основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

**Задачи:**

- формирование представлений о здоровом образе жизни и факторах, разрушающих здоровье человека;
- формирование потребности в здоровом образе жизни;
- формирование элементарных знаний о продуктах питания; их разнообразии и ценности для здоровья; о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах, фруктах;
- развитие эффективного взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
- формирование активной позиции во взаимодействии с миром, формирование социальной устойчивости;
- вовлечение родителей в совместную деятельность с ребенком в условиях семьи и ДОО.

**Этапы проекта:**

1. Подготовительно-организационный: 1 неделя
2. Основной: 2,5 месяца
3. Заключительный: 2 недели

**Основные средства реализации проекта:**

- наблюдения;
- беседы, чтение художественной литературы;
- заучивание пословиц и поговорок;
- проблемные ситуации;
- сюжетно-ролевые игры;
- игры-драматизации;
- дидактические игры;
- подвижные игры;
- просмотр и анализ фрагментов мультфильмов, презентаций;
- познавательно-экспериментальная деятельность;
- продуктивная деятельность детей;
- консультации, памятки для родителей.

**Материально-техническое обеспечение проекта:**

- интерактивная доска;

- ноутбук;
- музыкальный центр.

### **Методическое обеспечение проекта:**

- конспекты бесед по теме проекта;
- картотека иллюстраций;
- дидактический, настольно-печатный материал;
- «шапочки», «маски», атрибуты для драматизации и самодеятельных игр;
- обучающие мультфильмы;
- анкеты, консультации, памятки для родителей.

### **Стратегия и тактика проектных действий**

Этапы, сроки	Содержание
<p>I этап. Подготовительно-организационный (23.08.21-27.08.21 г.г.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- постановка цели и задач, определение направлений, методов и средств проектной деятельности;</li> <li>- подбор и изучение методической литературы, интернет ресурсов по теме проекта;</li> <li>- создание условий для реализации проекта;</li> <li>- оснащение развивающей предметно-пространственной среды;</li> <li>- подбор игр, упражнений;</li> <li>- вхождение детей в проблемную ситуацию, принятие задач;</li> <li>- мотивация родителей на сотрудничество в проекте, проведение анкетирования «О роли питания в формировании и развитии здорового ребенка» (цель: знакомство родителей с темой, задачами проекта, содержанием работы).</li> </ul>
<p>II этап. Основной (30.08.21 - 12.11.21 г.г.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- цикл бесед «Овощи и фрукты – полезные продукты», «Культура еды – серьезное дело», «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу»;</li> <li>- рассматривание иллюстраций, картинок по теме проекта;</li> <li>- просмотр и обсуждение презентаций «Кулинарное путешествие по России», «Уроки вежливости. Весёлый этикет», «Правильное питание – полезное воспитание»;</li> <li>- чтение художественной литературы: К. Чуковский «Робин Бобин Барабек», С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала», Н.Носов «Горшочек каши»;</li> <li>- заучивание пословиц и поговорок по теме проекта;</li> <li>- просмотр обучающих мультфильмов: «Смешарики. Исправительное питание», «Фиксики. Витамины», «Маша и медведь. Что-нибудь вкусненькое», «Богатырская каша»;</li> <li>- дидактические, настольно-печатные игры «Что сначала, что потом», «Во саду ли, в огороде», «Во фруктовом царстве, овощном государстве», «Готовим салат (суп, компот)», «Узнай на ощупь», «Вредно – полезно»;</li> <li>- подвижные игры, игры-эстафеты «Витамины я люблю, очень быстро собираю», «Съедобное – несъедобное», «У медведя во бору» и др.;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- познавательно-исследовательская деятельность «Мой друг – зеленый лук», «Созрел урожай – пробуй, узнавай», «Вкусно – не всегда полезно»;</li> <li>- творческая мастерская «Витамины на блюде», «Полезные продукты», аппликация с использованием крупы «Горшочек каши»;</li> <li>- сюжетно-ролевые игры «Магазин полезных продуктов», «Столовая», «Кафе» и т.д.</li> <li>- проблемные ситуации «Гости к нам уже идут», «С мамой мы готовим вместе», «Контрольная закупка: полезные и вредные продукты».</li> <li>- игры-драматизации «Однажды хозяйка с базара пришла», «Репка», «Вершки и корешки»;</li> <li>- осеннее развлечение «Вот она какая, осень золотая!»</li> <li>- участие детей и их родителей в выставке «Дары кубанской осени»;</li> <li>- создание кулинарной книги «Вкусные истории дошколят»;</li> <li>- совместная продуктивная деятельность родителей с детьми «Презентация блюда», «День национальной кухни»;</li> <li>- информация в уголке для родителей «Содержание вредных веществ в продуктах питания», «Газированные напитки – яд малыми дозами», «Азбука здорового питания»;</li> <li>- встреча с родителями «За чашкой чая»: «Вопрос – ответ на тему «Как научить ребенка есть «правильные» продукты».</li> </ul>
<p>III этап. Заключительный (15.11.2021 - 26.11.2021 гг)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ деятельности; обобщение материалов по результатам работы;</li> <li>- оформление выставки детского художественного творчества «Витаминный kaleйдоскоп»;</li> <li>- оформление коллективной информационной газеты «Здоровое питание – здоровый организм!» (для демонстрации в других группах детского сада);</li> <li>- изготовление листовок «Правильно питаемся» для социальной акции с родителями детского сада;</li> <li>- викторина «Витамины в корзине»;</li> <li>- показ игр драматизаций «Репка», «Весёлый огород» детям раннего возраста;</li> <li>- «Созрел урожай – давай налетай» - угощение воспитанников подготовительной к школе группы урожаем, выращенным детьми;</li> <li>- апробация дидактической игры «Маринка – витаминка».</li> </ul>

### **Планируемые результаты освоения проекта:**

- У детей сформированы представления о здоровом образе жизни.
- Ребенок признаёт здоровье как важную ценность человеческого бытия.
- Проявляет готовность заботиться о своём здоровье и здоровье окружающих.
- Самостоятельно и эффективно решает задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья.
- Знает о витаминах, содержащихся в овощах, фруктах их полезных свойствах.

- Осознаёт необходимость употребления в пищу овощей, фруктов для укрепления своего здоровья, что здоровье зависит от правильного питания – еда должна быть не только вкусной, но и полезной.
- Родители и дети понимают необходимость и значимость здорового питания и образа жизни.

## Отчет

### ***о результативности социально значимого проекта «Правильно питаемся – растем и развиваемся», реализованного в межаттестационный период воспитателем МАДОУ МО г. Краснодара «Детский сад № 138» Лысенко Ольгой Витальевной***

В процессе реализации данного социально значимого проекта я, воспитатель МАДОУ МО г. Краснодара «Детский сад № 138», решала задачи направленные на формирование у детей основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни, формирование активной позиции во взаимодействии с миром, социальной устойчивости.

С этой целью мною использовались разнообразные средства и формы организации деятельности с детьми и их родителями. А именно: познавательно-исследовательская, продуктивная деятельность; беседы, чтение художественной литературы; подвижные, дидактические, сюжетно-ролевые, игры-драматизации; просмотр и анализ фрагментов мультфильмов, презентаций; социальные акции, совместные мероприятия для детей и их родителей.

В процессе просмотра презентаций и обучающих мультфильмов в доступной для детей форме донесла сведения о том, что правильное питание – это очень важно для здоровья детей и взрослых. Беседы помогли сформировать и систематизировать знания о продуктах, их разнообразии и ценности для здоровья человека.



Большой интерес у детей вызвало проведение опытов, экспериментов «Вкусно – не всегда полезно». Ребята усвоили, что кроме полезных продуктов есть такие, которые содержат различные вредные вещества, химические добавки и могут нанести вред здоровью человека. В завершении закрепили знания с помощью авторского пособия «Маринка – витаминка».





В ходе общения дети решили, что родителям обязательно необходимо напомнить о правильном питании. С этой целью ребята предложили изготовить листовки «Правильно питаемся – здоровья набираемся» и раздать их родителям.

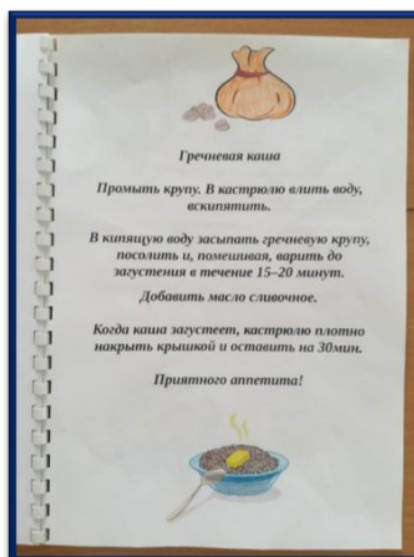


В процессе игровых и проблемных ситуациях «Гости к нам уже идут»,

«Контрольная закупка: полезные и вредные продукты» были поставлены задачи на формирование умений детей передавать имеющийся опыт в области правильного питания.



Работа над созданием кулинарной книги «Вкусные истории дошколят», не только помогла актуализировать и закрепить знания детей о полезных продуктах и о том, какие блюда можно из них приготовить, но и сплотила всех участников проектной деятельности (детей, родителей и педагогов).





Одним из итогов совместной деятельности детей и педагогов было оформление коллективной информационной газеты «Здоровое питание – здоровый организм!». Газета была продемонстрирована в других группах детского сада. Ребята рассказали о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах, фруктах. В завершении дети угостили своих друзей собственным урожаем «Лук от семи недугов».



Для детей раннего возраста был организован показ игр-драматизаций «Репка» и «Веселый огород».



необходимость употребления в пищу овощей, фруктов для укрепления своего здоровья; понимают, что здоровье зависит от правильного питания – еда должна быть не только вкусной, но и полезной. Дети знают о витаминах, содержащихся в овощах, фруктах, их полезных свойствах.

Методические продукты проекта:

- дидактическое пособие «Маринка – витаминка»;
- кулинарная книга «Вкусные истории дошколят»
- информационная газета «Здоровое питание – здоровый организм!».

Отчет о реализации социально-значимого проекта «Правильно питаемся – растем и развиваемся» был представлен на педагогическом часе 29.11.2021 года.

Воспитатель

 О.В.Лысенко

И.о заведующего МАДОУ МО  
г. Краснодар «Детский сад № 138»

 Е.В.Хакуй