**Название проекта**: «Растем здоровыми»

**Актуальность проекта**: Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является сохранение и укрепление здоровья детей. Здоровый образ жизни немыслим без рационального питания. Здоровье – это, то, что мы едим. Пища помогает ребенку расти, дает ему необходимую энергию. Поэтому еда должна быть не только вкусной, но и полезной. А полезная еда – это, прежде всего свежие овощи, фрукты и ягоды.

Недостаток каких-либо питательных веществ или витаминов приводит к нарушению обменных процессов, функций внутренних органов и может послужить причиной заболевания. Привлекая внимание детей и их родителей к проблеме здорового питания (овощами и фруктами) и здорового образа жизни, мы надеемся, что это поможет успешно усвоить тему, сохранить и приумножить здоровье детей.

**Цель проекта**: Формировать мотивацию у детей к здоровому образу жизни посредством постановки и разрешения проблемы в процессе познавательной активности..

**Задачи проекта**:

* Развивать у детей потребность в новых знаниях о свойствах полезных овощей, фруктов, ягод.
* Формировать у детей познавательные умения: активно вступать в обсуждение проблемы, аргументировать свою точку зрения; сравнивать, анализировать, делать выводы, классифицировать, строить суждение на основе установления причинно-следственных связей; творчески перерабатывать полученную в ходе исследования информацию и самовыражаться в разных видах деятельности.
* Углублять и систематизировать у детей знания о разнообразии овощей, фруктов и ягод ,их внешнем виде, свойствах и значении для здоровья человека.
* Воспитывать бережное отношение к природе.
* Закреплять умение составлять небольшие описательные рассказы на тему « Овощ или фрукт, который мне нравится».

**Вид проекта**: познавательный, игровой.

**По предметно-содержательной области**: образовательная область: «Физическое развитие».

**Интеграция образовательных областей**: «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально – коммуникативное развитие», «Художественно – эстетическое развитие»

По количеству участников: 13 человек

**Основные целевые группы, на которые направлен проект**: Данный проект, включает совместную деятельность детей старшего дошкольного возраста и их родителей

**Сроки реализации проекта**: средней продолжительности (2 – 3 недели)

**Форма итогового мероприятия**: Организация фотовыставки: «Вкусное лето».

**Этапы реализации проекта:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Интеграция образовательных областей** (Указаны образовательные области) | **Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей (формы организации)** | **Самостоятельная деятельность детей** | | **Взаимодействие с родителями, социальными партнерами** |
| **1** | **3** | **4** | | **5** |
| ***1 этап Мотивационно-диагностический*** | | | | |
| Художественно – эстетическое развитие  Социально – коммуникативное развитие  Речевое развитие | Изучение литературы по данной теме. Составление плана основного этапа проекта.  Пополнение развивающей предметно- пространственной среды в центрах детской деятельности (в центре здоровья, в центре сюжетно-ролевых игр, в центре науки). | Самостоятельное применение знаний в проблемно-игровых и жизненных ситуациях, умение регулировать свое поведение на основе правил рационального питания. | | Подбор материала, книг иллюстраций. |
| ***2 этап Организационный*** | | | | |
| Познавательное развитие  Художественно – эстетическое развитие  Социально – коммуникативное развитие  Речевое развитие | ***Ситуативный разговор:*** «Что можно полезного приготовить из ягод, фруктов, овощей»,  «Что можно есть. А что нельзя».  ***Познавательные беседы:*** «Волшебная грядка»; «Правильное питание зависит от человека», «Зачем заготавливать овощи и фрукты на зимний период», Беседа о фруктах с опорой на стихи Н. Григорьевой «Что такое фрукты».  Сбор и составление описательных загадок об овощах, фруктах и ягодах, стихотворений, пословиц, поговорок;  Придумывание сказок об овощах и фруктах. Целевые прогулки на огород. Игровое упражнение «Что за чем» (от семян - к урожаю).  Игровой час (подвижные игры –народные, авторские, хороводные) | ***Работа в рабочей тетради*** «Вкусное яблоко», «Вредные и полезные продукты», «Отгадай загадку и нарисуй отгадку».  ***Сюжетно-ролевые игры***: «Моя семья на даче», «Супермаркет», «Овощной магазин», «Готовим борщ», «Варим компот». | | Книга «Фирменных рецепты моей семьи»;  Создание выставки «Фруктово-овощная фантазия»  Проведение *консультаций:* «Правила здорового питания», «Витаминная семья»,  *Папки-передвижки:* «Почему нужно есть много овощей и фруктов», «Где растут витамины» |
| ***3 этап Содержательно-практический*** | | | | |
| Познавательное развитие  Художественно – эстетическое развитие  Социально – коммуникативное развитие  Речевое развитие | ***Экспериментирование:*** «Обследуй и назови», «Определи на вкус», «Угадай на вкус» | Участвуют в экспериментальной деятельности. | | Родители помогают детям найти информацию об опытах. |
| ***4 этап Итоговый*** | | | | |
| Познавательное развитие  Художественно – эстетическое развитие  Социально – коммуникативное развитие  Речевое развитие | Подведение итогов работы. Книга детских презентаций «В огороде и в саду» (рассказы, загадки, сказки, народные игры, подобранные и составленные детьми).  Коллекция семян.  Определение перспектив работы. | | Составление коллекции семян | Обобщение семейного опыта: книга «Фирменные рецепты моей семьи»;  Фотовыставка «Фруктово-овощная фантазия!» |

Ожидаемый результат:

Понимание детьми необходимости правильного питания

• Участники проекта будут бережнее относиться к своему здоровью, правильно применять полученные знания в жизни.

**Информационные ресурсы:** книги, семена, картинки. муляжи

**Материально технические ресурсы**:

1.С.Н. Николаева «Воспитание экологической культуры в дошкольном детстве» С-П 2012г.

2. С.М.Мартынов « Овощи +фрукты +ягоды»= Здоровье. М.2013

3.О.С.Соломенникова « Формирование  элементарных экологических  представлений».

4. Издательство «Сова» «1000 пословиц, загадок, поговорок»

1. Березовская И. Ю. Педагогический проект «Если хочешь быть здоров». // Воспитатель ДОУ N 2, 20011.  
2. Васильева Н. Проектная деятельность: участвуем вместе. // Дошкольное воспитание N 10, 2011.  
3.Миленко В., Лепетюча В. Форма организации познавательной деятельности старших дошкольников. // Дошкольное воспитание N 10, 2011.  
4. Проектный метод в деятельности дошкольного учреждения: Пособие для руководителей и практических работников ДОУ/Авт.-сост.: Л.С.Киселева, Т.А.Данилина. - М.: АРКТИ, 2013.  
5. Рогожина Н.Н. Экологический досуг в старшей группе. // Воспитатель ДОУ N 2, 2012.  
6. Урмина, И.А. Инновационная деятельность в ДОУ: програм. - метод. обеспечение: пособие для рук. и адм. работников - М.: Линка-пресс, 2013.