

Проект во второй младшей группе «Овощи»

Актуальность

Все мы знаем, что влияние питания на состояние здоровья человека огромно. Считается общеизвестным, что пища является одним из важнейших факторов окружающей среды, влияющих на наше здоровье, работоспособность, умственное и физическое развитие и долголетие.

Согласно ФГОС одной из главных задач в дошкольном образовании является забота о сохранении и укреплении здоровья детей, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни, воспитание у них элементарных полезных привычек, в том числе привычки к здоровому питанию. Стоит всего лишь задуматься о здоровом питании ребёнка, как сразу возникает мысль о пользе овощей и фруктов для человеческого организма.

Все понимают, что они являются важной составляющей правильного питания. Но, к сожалению, дети, которых дома не приучили, есть овощи, часто во время приёма пищи в детском саду отказываются от овощных блюд. Поэтому перед педагогами и родителями возникает проблема: «Как же приучить малышей к нелюбимым и незнакомым ранее продуктам?»

Цель проекта

Улучшение качества организации питания детей посредством приучения их к овощным блюдам.

Задачи

- 1) расширение у детей представлений об овощах, их вкусовых качествах
- 2) и значимости для организма человека;
- 3) создание обстановки, формирующей у детей положительное отношение
- 4) к блюдам из овощей;
- 5) создание условий, способствующих улучшению качества организации питания;
- 6) приучение детей к блюдам, предлагаемым дошкольным учреждением;
- 7) формирование у детей культурно-гигиенических навыков, полезных привычек;
- 8) развитие положительных эмоций у детей в процессе приёма пищи;
- 9) привлечение детей к активному участию в дидактических играх, играх-забавах, игровых ситуациях, связанных с темой «Овощи»;
- 10) убеждение родителей в изменении подхода к организации питания в домашних условиях; вовлечение родителей в совместную деятельность по теме «Овощи»;
- 11) трансляция педагогического опыта в педагогическое сообщество.

Вид проекта

Игровой, познавательный.

Продолжительность проекта: кратковременный.

Участники проекта: дети 3-4 лет, воспитатели, родители.

Игровая мотивация: «Как дети подружились с овощами».

Ожидаемые результаты

- 1) улучшение организации качества питания (ребёнок с желанием ест блюда из овощей);
- 2) положительные сдвиги в эмоциональном плане в процессе приёма пищи (ребёнок с радостью «встречает» овощи в своей тарелке);
- 3) повышение уровня осознанности приёма в пищу тех или иных продуктов (ребёнок понимает, для чего нужно есть овощи, и почему это так важно);
- 4) повышение интереса к занятиям, играм по теме «Овощи» (ребёнок с удовольствием откликается на игры по данной теме, использует полученные знания в самостоятельной деятельности).

Для воспитателей

Повышение профессиональной компетентности педагогов в вопросах работы с детьми второй младшей группы.

Для родителей

Изменение подхода к организации питания в домашних условиях:

- 1) стремление осуществлять преемственность в организации питания в детском саду и дома;
- 2) введение в домашний рацион блюд из овощей;
- 3) творческий подход к сервировке стола и подаче блюд из овощей;
- 4) приучение детей к самостоятельности.

План реализации проекта

1.Подготовительный этап:

- 1) целеполагание (выявление проблемы, определение цели, задач);
- 2) изучение материала по теме в различных источниках;
- 3) разработка проекта, поиск решения задач проекта.

2.Основной этап (практическая деятельность по решению проблемы, планирование совместной деятельности):

- 1) использование материала по теме «Овощи» в образовательной деятельности;
- 2) создание пособий, дидактических игр по теме «Овощи»;
- 3) планирование деятельности в режимные моменты (практические упражнения, игровые ситуации, чтение художественной литературы);
- 4) организация работы по сказке «Почему Морковка грустила?», сочинение сказок об овощах, создание книги «Дружные овощи»;
- 5) изготовление плоскостных и объёмных кукол для театра по теме «Овощи»;
- 6) работа с родителями (привлечение родителей к участию в сказке «Почему Морковка грустила?», семейный клуб «Правильно питайся – силы набирайся», консультации, фотовыставка «Что любят наши малыши», создание журнала «Вкусные рецепты»);
- 7) итоговое мероприятие «Как мы с овощами подружились».

3. Заключительный этап:

- 1) подведение итогов;
- 2) описание опыта работы по теме «Неделя здорового питания»;
- 3) презентация опыта работы на городской ярмарке педагогических идей.

Отчёт о реализации проекта

Сказка недели «Почему Морковка загрустила?»

Настоящей находкой стала сказка недели «Почему морковка загрустила?» Сказка позволила объединить всю неделю одним сюжетом и сделать разговор об овощах увлекательным и продолжительным. В раздевалке оформили «огород»: к стене прикрепили заборчик, над ним засияло солнце, поплыли облака. И вот в один из понедельников появилась в огороде грустная Морковка. Мы с детьми рассуждали, почему же она грустная? И пришли к выводу, что ей одной скучно. «Хорошо, если бы у неё появились друзья». Поговорили с детьми о том, что растёт на огороде, вспомнили известные им овощи и стали ждать... А утром, придя в детский сад, дети увидели рядом с морковкой капусту. Морковка уже немного улыбалась. В группе в этот день появилась игрушка-капуста, перед обедом малыши с удовольствием посмотрели театрализованное представление – сказку «Как Капуста зайца спасала», а в тарелках они встретились с салатом из капусты. Детям стало интересно, и они стали ждать следующего дня. Так рядом с Морковкой оказались: Капуста, Лук, Картофель, Свёкла. В конце недели главная героиня весело улыбалась в кругу друзей.

Сказка эта была необычной и имела такой секрет: каждый день с приходом того или иного овоща рядом с ним появлялась информация о содержащихся в нем витаминах, а у Морковки улыбка становилась все шире и шире.

Стоит добавить, что благодаря этой затее утро в раздевалке начиналось с беседы об овощах. Дети сами начинали разговор о вновь «пришедшем» овоще, родители охотно их поддерживали. Кроме этого мамы и папы с интересом знакомились с предложенной информацией, делились опытом друг с другом. Так что малыши с утра получали положительный настрой на очередную «встречу» с овощами.

«Подружиться» с овощами нам помог и кукольный театр. Нами были сшиты новые куклы – овощи. Куклы получились яркие, интересные и сразу привлекли внимание детей. Куклы изготовлены в двух вариантах: плоскостные и на их основе — объёмные. Плоскостные мы использовали в сказке недели «Почему Морковка загрустила?», объёмные — при рассказывании сказок, при показе кукольного театра, а также в игре «Огород», которую придумали сами дети. Куклы – овощи стали любимыми игрушками.

В период подготовки к проекту нами были сочинены сказки об овощах: «Смельчаки», «Как Свёкла друзей искала», «Трудолюбивая Морковка» и другие. Получилась целая книга под названием «Дружные овощи».

Вывод

Правильно организованное питание формирует у детей рациональное пищевое поведение, закладывает основы культуры питания. В процессе реализации проекта мы наблюдали у детей позитивные сдвиги в эмоциональной сфере, а также у наших малышей улучшился аппетит, повысилось качество навыков самообслуживания, возрос интерес к познанию. Мы рады, что наши дети с большим желанием стали есть овощные блюда и надеемся, что это укрепит их здоровье.