

Проект «Витаминное лето» Для детей старшей группы.

Дата проведения: с 01.07.2025г по 31.07.2025г

Участники проекта: дети старшей группы, родители, воспитатель.

Проект: краткосрочный, познавательный, творческий

Цель проекта: укрепление здоровья детей и формирование у них представления о здоровом образе жизни

Задачи:

- Воспитание у детей интереса к своему здоровью, к условиям сохранения и укрепления здоровья посредством организации здорового питания.
- Обогащать восприятие окружающей природы у детей знаниями о свойствах овощей, ягод и фруктов
- Формирование у детей познавательных умений: активно вступать в обсуждение проблемы, аргументировать свою точку зрения; сравнивать, анализировать, делать выводы, классифицировать, строить суждение на основе установления причинно-следственных связей
- Углубление и систематизация у детей знаний о разновидностях, внешнем виде, свойствах и значении овощей, фруктов и ягод для здоровья человека.
- Воспитывать интерес к природным объектам, культурным растениям, желание помогать родителям, выращивать, полезные продукты.
- Воспитывать бережное отношение к природе.

1 Этап. Постановка проблемы, определение цели и задач исследовательской работы

Гипотеза исследования (выдвигалась в процессе совместного обсуждения воспитателя с детьми, бесед детей с родителями, чтения литературы): овощи, фрукты, ягоды с огорода являются ценным для организма продуктом, они обладают питательными и лечебными свойствами. Люди выращивают множество видов овощей, фруктов, ягод, делают из них полезные и вкусные блюда.

Для организации полноценного питания необходимо изучить происхождение и особенности выращивания культурных растений, их виды, полезные свойства, значение для организма, познакомиться со способами приготовления блюд из овощей, фруктов и ягод. В соответствии с проблемой

и гипотезой исследования дети с помощью воспитателя поставили задачи дальнейшего исследования проблемы.

1. Изучение происхождения и разнообразия видов культурных растений, особенности их выращивания.

2. Знакомство с образами некоторых растений в народных песнях, играх и забавах "Калина красная", "Ягода-малинка" и др.

3. Знакомство с рецептами приготовления блюд из растений с огорода, и обсуждение способов приготовления (компоты, кисели, овощные, фруктовые салаты, варенье).

Результаты исследования:

- Выставка видов и сортов овощей, фруктов и ягод: картинки, муляжи, натуральные продукты.

- Журнал «В огороде и в саду»: рассказы, загадки, сказки, игры, подробное описание растений

2. Этап. Организация исследования в рамках проекта

- * Сбор, анализ и систематизация информации о происхождении и видах выбранного детьми культурного растения (кабачок, особенностях выращивания, их пользы для здоровья.

- * Прослушивание произведений Н. Надеждиной «Вокруг света по стране Легумии» и «Где щи, там и нас ищи», сказки Д. Родари «Приключения Чиполино», рассказа А. В. Евстигнеева «Капуста» и др.

- * Прослушивание стихотворений, пословиц, поговорок, отгадывание загадок

- * Сбор картинок и информации для создания альбома «В огороде и в саду»;

- * Беседы с детьми: "Полезные ягоды», «Корнеплоды на огороде», «Полезные фрукты»;

- * Знакомство с лечебными свойствами овощей, фруктов, ягод, их использование в народной медицине.

3 Этап. Творческая познавательная деятельность детей:

- * Рисование «В лес по ягоды пойдем, земляники наберем»

- * Рисование " Фрукты"

- * Рисование «Овощи с грядки»

* Стихи о фруктах, ягодах и овощах, пословицы;

* «В огороде и в саду» – разучивание подвижных игр по теме огородничества «Овощи», "Вершки- корешки", «Сеял дедушка горох», «Зайка и капуста», "Кабачок"

* Раскраски овощи, фрукты, ягоды.

4. Этап.

1. Демонстрация детских рисунков на тему: "Раз ягодка, два ягодка!".

2. Просмотр мультипликационного фильма по теме "Мешок яблок"

3. Консультация для родителей «Полезные витамины»