**Описание работы:**проект разработан для детей старшего дошкольного возраста с целью формирования здорового образа жизни.
**Вид проекта**: практико-ориентированный
**Продолжительность проекта:** краткосрочный, месяц
**Участники проекта:** дети старшего дошкольного возраста, воспитатель, родители.
**Актуальность темы:** Здоровый образ жизни - тема, актуальная во все времена. В современной жизни особое внимание уделяется правильному питанию, как одной из ведущих основ здорового образа жизни. От организации правильного питания зависит и полноценное развитие ребенка. Обучать этому надо с раннего возраста, поскольку взрослого человека практически невозможно побудить к здоровому образу жизни. Об этой проблеме говорят и нормативно-правовые документы. Федеральный Закон «об образовании» гласит: «Образовательное учреждение создает условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья обучающихся, воспитанников».
**Проблема:** У ребенка с раннего возраста формируются свои предпочтения в еде, зачастую это «вредная» пища. Отсюда и вытекают проблемы со здоровьем. В современной медицине существует мнение, что одной из причин гиперактивности детей является неправильное питание. В настоящее время, взрослым некогда готовить, и на стол к ребенку чаще всего попадают продукты, содержащие ароматизаторы, искусственные наполнители, пищевые красители и т.д., которые отрицательно влияют на нейрохимические процессы.

**Цель проекта:** формирование представлений детей о правильном питании.
**Задачи проекта:**
*« Физическое развитие»:*
1. Прививать ценность здорового образа жизни.
2. Формировать представление об элементарных правилах питания.
3. Расширять представления детей о полезных и вредных продуктах.
4.Показать зависимость здоровья от правильно организованного питания.
*«Познавательное развитие»:*
1.Закрепить представления о витаминах, фруктах, овощах.
2. Упражнять в умении проводить экспериментальную деятельность и
самостоятельно делать выводы.
3. Упражнять в умении выполнять задания с помощью ЭОР.
*«Речевое развитие»:*
1. Продолжать формировать умение вести беседу.
2. Закрепить умение составлять рассказы по картинкам.
3. Закрепить умение составлять рассказы из собственного опыта на тему «Что я ем
дома (меню).
*«Художественно-эстетическое развитие»:*
1. Продолжать формировать умение слушать художественные произведения,
отвечать на вопросы по прочитанному.
2.Закрепить умение рисовать на заданную тему.
3. Упражнять в умении слушать песни, отвечать на вопросы по услышанному,
делать выводы.
**Формы организации проекта:**

1. Беседы.
2. Дидактические, речевые, подвижные игры.
3. Самостоятельная деятельность детей.
4. Рисование и раскрашивание, лепка
5. Подбор информации по теме проекта.
6.Составление рассказов из личного опыта и по сюжетным картинкам.
7.Инсценировка.
8. Проблемные ситуации.
9. Чтение художественной литературы.
10. Слушание музыкальных произведений.
11.Отгадывание загадок.
12. Просмотр презентации, интерактивная игра.
13. Экспериментирование.
14. Изготовление альбома «О питании»
15. Консультации для родителей
**Материалы и оборудование:** интернет – ресурсы, иллюстрации по теме проекта, атрибуты для д/игр, художественная литература, музыкальные произведения по теме проекта, презентация «Из чего состоит наша пища», интерактивная игра «азбука правильного питания»; мультимедийное оборудование; альбом, фломастеры, цветные карандаши, пластилин.
**Этапы реализации проекта:**
*I этап – подготовительный:*
1. Определение целей и задач.
2.Изучение методической литературы.
3.Подбор литературы по теме проекта.
4.Выбор форм работы с детьми и родителями.
5.Составление плана работы.
*II этап – основной (практический):*
1. Проведение бесед.
2.Дидактические и речевые игры
3. Выставка детских рисунков.
4. Разработка и накопление методических материалов, разработка рекомендаций по проблеме.
5. Чтение художественной литературы, отгадывание загадок.
6. Инсценировка.
7. Просмотр презентации.
8. Слушание песен по теме проекта.
9. Консультации для родителей.
*III этап — заключительный:*
1. Обработка результатов по реализации проекта.
2. Интерактивная игра «Азбука правильного питания»
По окончании проекта «Азбука правильного питания» деятельность в выбранном направлении будет продолжена в режимных моментах и в организации самостоятельной деятельности детей, а так же в работе с родителями, так как проблема правильного питания является актуальной в современном мире.
**Работа с родителями:** подбор информации по теме проекта, анкетирование «Правильно ли питается ваш ребенок», консультации для родителей «Как сформировать у ребенка привычку правильно питаться» «Еда в удовольствие», памятка правильного питания, мини-библиотека книг по теме проекта.
**Схема проекта**
*Социально-коммуникативное развитие*
- Подбор информации по теме проекта.
- Д/и «Готовим суп»
- Инсценировка «Готовим обед»
*Познавательное развитие*
- Экспериментальная деятельность «Угадай на вкус», «Почему темнеет яблоко», «Что может кока-кола»
- Просмотр презентации «Из чего состоит наша пища»
- Презентация проекта «Азбука правильного питания» с использованием интерактивной игры.
*Речевое развитие*
- Беседа «Уроки правильного питания», «Польза овощей и фруктов», «Чем полезны молочные продукты»
- Ситуативный разговор «Что мы едим»
*Художественно - эстетическое развитие*
- Отгадывание загадок по теме проекта
- Рисование «Моя любимая еда», «»Полезная пища»
- Лепка «Витамины на тарелке»
- Раскрашивание «Раскрась ту часть растения, которую едим»
- Чтение художественной литературы К.Чуковский «Федорино горе», С.Михалков «Про девочку, которая плохо кушала»
- Слушание песен «Обжоры», «Дуэт Пончика и Сиропчика», «Веселый огород», «О здоровом питании»
- Изготовление альбома «О питании»
*Физическое развитие*
- П/и «Разложи в корзины», «Съедобное –несъедобное»
- Д/и «Что неправильно», «Полезно - вредно»
- Ситуативный разговор «Что я ем» (меню словами дошкольника)
**Ожидаемые результаты.**
*Дети:* У воспитанников сформируются знания о правильном питании, стремление вести здоровый образ жизни.
*Родители:* Формирование активной жизненной позиции в желании и стремлении употреблять полезные продукты.