

# Проект:



## **Цель**

Формировать у детей представления о правильном питании и здоровом образе жизни.

## **Актуальность**

В этом возрасте закладываются основы здорового образа жизни. Дети начинают осознавать, что такое здоровье, и как о нём заботиться. Обучение элементарным навыкам гигиены, таким как мытьё рук и чистка зубов, помогает детям понять важность личной гигиены и предотвращает заболевания. Знание о правильном питании и полезных продуктах помогает детям развивать более здоровые предпочтения в еде. Важно прививать привычки, которые будут сопровождать их на протяжении всей жизни.

### Познание

- Экскурсия в процедурный кабинет.
- Наблюдение за ростом лука.

### Коммуникации

- Беседы о личной гигиене;
- Беседы об овощах и фруктах

### Чтение художественной литературы

- Чуковский К.И «Айболит», «Мойдодыр».

### Художественное творчество

- Лепка «Помидор и огурец»
- Рисование «Яблоко»

### Труд

- Полить лук;
- Намочить тряпку.

### Безопасность

Беседы о микробах, о бережном отношении к своему здоровью.

### Социализация

- Математическая (рас.по цвету);
- Игра (варим суп, варим компот).
- С/и «Магазин», «Больница»

### Физическая культура

- Физ.минутки;
- Пальч.гимнаст.

### Итоговое

#### мероприятие

- Спортивный досуг
- «Витамины»

# Беседы

## «Овощи и фрукты- полезные продукты», «Витамины для здоровья»



# Лепка

## «Витаминки вокруг нас» (овощи)



# Рисование «Яблоко», «Морковка»



# Разгадывание загадок «Фрукты и овощи»



# Проведение исследования-опыта «Как растет лук»



# Экскурсия в медицинский кабинет



# Игровая деятельность



# Проведение спортивного мероприятия «Витамины»



## Вывод:

Дети познакомились с различными понятиями о здоровье, таких как здоровье, болезнь, спорт и питание, что способствует развитию памяти и внимания.

Во время проекта дети научились основам личной гигиены, правильного питания и важности физической активности, что способствует формированию здоровых привычек.

Дети стали проявлять интерес к сюжетно-ролевым играм, в играх стал развиваться сюжет, что способствует развитию навыков коммуникации и сотрудничества. Дети стали активно интересоваться откуда берутся овощи и фрукты, стали спрашивать у родителей.

Проект вызвал у детей интерес к изучению здорового образа жизни, что способствует их общему развитию и любознательности.