

**Муниципальный орган управления образования
Городской округ Краснотурьинск
Муниципальное дошкольное учреждение
«Детский сад №32» комбинированного вида**

Проект «В стране Витаминыи»

Руководитель проекта:

Александрова Н.Г.

Воспитатель

I кв. категория

Участники проекта:

Васюнина О.В.

учитель-логопед

I кв. категория

Подгруппа детей

**подготовительной к школе
группы:**

Карина Окян

Карина Шураева

Маша Лошкарёва

Элина Клинк

Настя Короткова

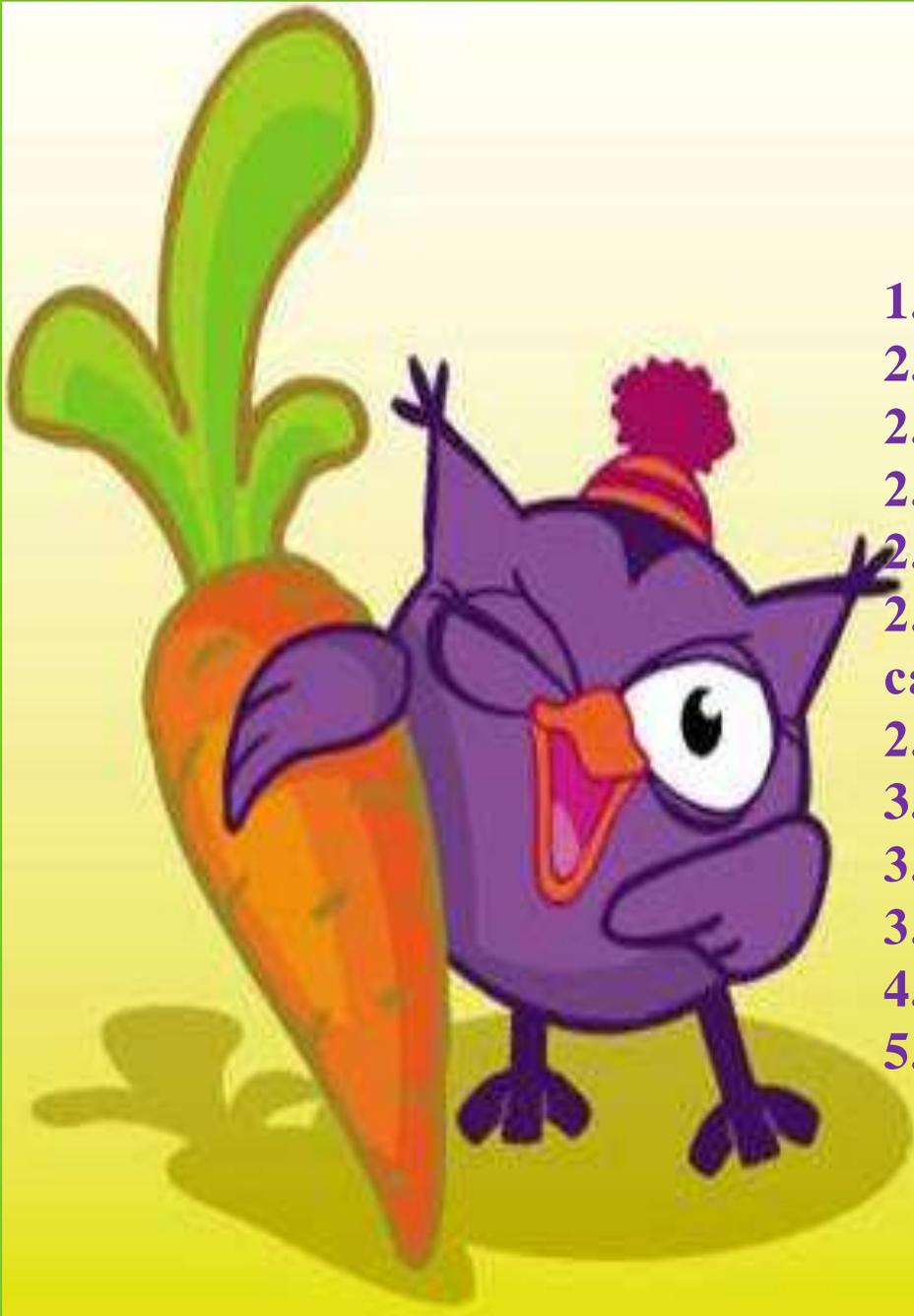
Даниил Сергеев

Вова Кабанов

Мила Хоснетдинова

Срок реализации проекта: краткосрочный – с 1.03 по 15.03.2012 г.

Тип проекта: познавательно-творческий.



Содержание

1. Введение.....	3
2. Путешествие по стране Витаминии	
2.1. Библиотека.....	4
2.2. Аптека.....	5
2.3. Поликлиника.....	5
2.4. Медицинский кабинет детского сада.....	6
2.5. Пищеблок детского сада.....	7
3. Игры в стране Витаминии.....	8
3.1. Диетологи.....	9
3.2. Маркетологи.....	10
4. Заключение.....	11
5. Список литературы.....	12

Актуальность. Цель и задачи проекта.

Из беседы детей подготовительной к школе группы:

Эля: «Взрослые заставляют есть невкусные морковные котлеты. И почему это они их любят?»

Мила: «Моя мама говорит, что они полезные»

Карина Шураева: «Наверно, в них есть витамины».

Мила: «У меня часто болеет сестрёнка и мама говорит: «Ешьте витамины! Ешьте витамины!» Они что волшебные? Или как таблетки всё лечат?»

Карина Шураева: «Да, и почему говорят: будешь есть витамины – будешь здоров?»

Эля: «Интересно, а как витамины выглядят и где живут?»

Карина Окян: «А откуда они вообще взялись?»



И тогда мы решили узнать всё про витамины.

- Поставили задачи:**
1. Познакомиться с историей слова «витамин».
 2. Узнать, в каких продуктах содержатся витамины.
 3. Выяснить, как витамины влияют на наш организм.
 4. Доказать, что витамины являются нашими помощниками.

Живут витаминки в стране Витаминии

И в этой стране не бывает уныния.

Чтоб нам про страну Витаминов узнать,

По тропочкам в путь отправляем ребят...

Первая тропинка привела в библиотеку...



Смотрим презентацию
«Витамины и
здоровье»

Где информацию взять
человеку?
Мы отправляемся
в библиотеку!
В книгах рассмотрим
цветные картинки
И прочитаем всё
про витаминки.



Слушаем сказку А.Лопатиной,
М.Скребцовой
«Два Соседа и Грецкий Орех».



Настя: « Мне очень
понравилась сказка
про гномов и морковку. Гномы растут
очень долго – 200 лет, а оранжевая
морковка помогает им быстрее расти.
Чем ярче у морковки цвет, тем
больше в ней витамина А».

Вова: «А я в библиотеке узнал, кто нашёл
витамины.
Давным-давно плавали моряки на
корабле, долго плавали и начали все
сильно болеть. Приплыли они к какому-то
острову, увидели какие-то неизвестные
фрукты, стали их есть и поправились».

Даниил: «Я запомнил,
что «вита»-это жизнь,
поэтому витамины
очень нужные
вещества для жизни
человека.»



Вторая тропинка привела в аптеку...



Журналисты берут интервью у фармацевта.

Какие витамины полезней принимать
Об этом тоже хочется подробно разузнать,
Спешим мы к фармацевту развеять все сомнения
В аптеке на вопрос нам ответят откровенно.



Элина: «Я в аптеке узнала, что летом и осенью лучше кушать свежие овощи, фрукты и ягоды, а зимой и весной, когда витаминов в них мало, можно пить витамины из аптеки».

Третья тропинка привела в детскую поликлинику...



Журналисты берут интервью у педиатра.

А детский врач нам рассказал, что авитаминоз
Совсем не шутка, не пустяк – болезненный вопрос.
Узнали мы, что витамин бывает вовсе не один
И каждый этот витамин ребёнку так необходим!



Карина: «Я узнала, что витаминов очень много, но самые главные – это витамины А,В,С,Д,Е».



А я по таблице «Путешествие витаминки по нашему организму» запомнила, что витамин А нужен для глаз, витамин Е – для красоты, витамин В – для сердца и нервов, витамин Д – для костей, витамин С – от простуды»

Четвёртая тропинка привела в медицинский кабинет детского сада...



Нам медицинская сестра
Меню составила с утра.
В нём каждый витамин учла,
Чтоб польза от еды была.



Настя: «Я узнала, что
Ольга Владимировна
составляет меню так,
чтобы дети получали
полезную пищу, богатую
витаминами
и были здоровы».



Вова: «В детском саду мы едим
каши, овощи, запеканки, потому что
это здоровая еда, а чипсы,
сухарики –
вредные очень».



Мила: «А ещё Ольга Владимировна
добавляет нам в компот порошок с
витамином С, чтобы мы не
простужались и не болели».

Пятая тропинка на пищеблок детского сада завела...



Не подвели и повара
Они большие мастера:
Еда, сготовленная ими,
Очень богата витаминами!



Карина: « Повар нам
рассказала, что
чтобы сохранить
витамины, фрукты
надо очищать только
перед едой, а овощи
перед
приготовлением.
И класть овощи надо
уже в кипящую
воду».

Карина: «Я узнала, что когда
сварят свёклу, морковь или
картофель, их надо сразу
доставать из воды, а то все
витамины перейдут в воду и
овощи будут безвкусные и
бесполезные».



Шестая тропинка привела в игровую группу...



Полученные знания закрепим мы в игре
В настольной и подвижной, в саду и во дворе.
Умеем пирамиду здоровья собирать,
И взрослых приглашаем в сторонке не стоять:
Играйте вместе с нами, рисуйте и лепите,
Альбомы составляйте и видео снимите.



Мы выполняем аппликацию:
«Ягоды и витамины»



Мы лепим по сказке А.Лопатиной
«Почему гномы любят морковь?»



Мы лепим полезные и вредные
продукты.



Мы собираем пазлы и
запоминаем в каких
продуктах какие витамины
содержатся.



Мы составляем пирамиду
здоровья.



Мы играем в лото:
«Полезные продукты».



Мы рисуем «Корзину
витаминов».

Седьмая тропинка привела к диетологам.....

Учтя рекомендации –
Мы сделали салат.

Салатом угощали
Детсадовских ребят.

Все фрукты так полезны
Для зрения, друзья!
Без этих витаминов
Питаться нам нельзя!



Вот такой вкусный салат мы
приготовили сами.



Мы режем фрукты для салата.



Угощаем детей группы патологии зрения
фруктовым салатом.



Рассказываем детям с патологией зрения о
том, какие бывают витамины и в каких
продуктах содержатся.

Восьмая тропинка к маркетологам привела...



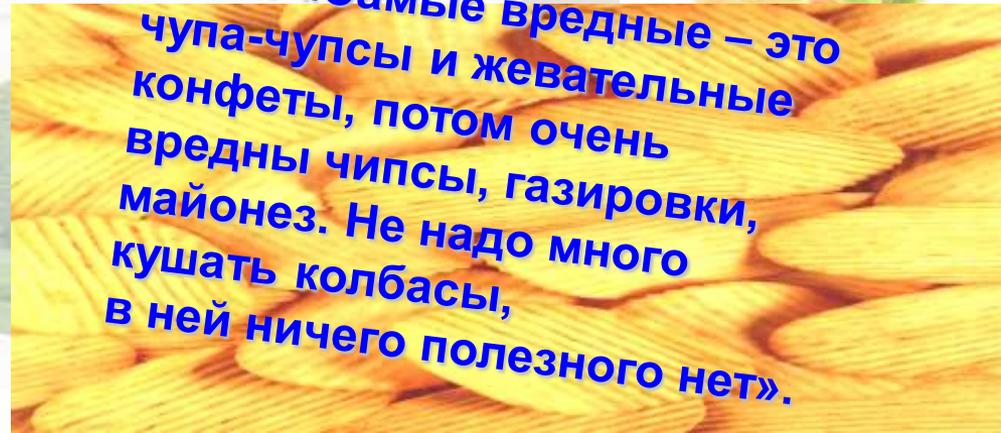
Чтоб познакомить всех вокруг: еда
наш враг или наш друг,
Где польза есть, в чём пользы нет?
Рекламный создали проспект.
И прежде, чем за стол нам сесть,
Мы думаем, что можно съесть?



Карина: «Я теперь буду
стараться кушать
продукты, которые содержат
витамины, а не вредную
пищу».



Вова: «Самые вредные – это
чупа-чупсы и жевательные
конфеты, потом очень
вредны чипсы, газировки,
майонез. Не надо много
кушать колбасы,
в ней ничего полезного нет».



Заключение

Наша команда: «Апельсинки».

Девиз: «Ешьте больше апельсинов,
В них так много витаминов.
И не будете болеть,
Будете лишь здороветь!»

Результатом работы нашей команды стало:

- создание мини-музея «Витаминки»;
- проведение совместно с родителями развлечения «Будем здоровы!»



Вот такой мини-музей мы создали сами.

Выводы:

- мы выяснили, что витамины очень важны для здоровья. Их очень много, но самые главные- это витамины А, В, С, D, Е;
- мы выяснили, какие продукты наиболее богаты витаминами;
- мы доказали, что витамины влияют на все системы человеческого организма: они важны для работы сердца, делают крепкими наши кости, улучшают зрение, помогают быстрее справиться с простудой.



Делаем энциклопедию
«Где живёт витаминка?»

Играем с родителями на развлечении.



Список литературы:

Авдеева Н.Н., Князева О.Л. Безопасность. – СПб.: Детство – Пресс, 2006. – 30 с.

Клейборн А. Энциклопедия. Моя первая книга о человеке. – М.: Роселен, 2005.

Ладодо К.С., Дружинина Л.В. Детское питание. – М.: Колос, 1995.

Тарасова Т.А., Власова Л.В. Пособие «Я и моё здоровье». Валеологические знания и умения детям дошкольного возраста. – Челябинск, 1997.

«Я познаю мир» Медицина. – М.: АСТ, 2000.

