

*Кузьминых Светлана Ивановна
Левина Наталья Васильевна
Воспитатели
ГБОУ СОШ СП «Д/с «Белочка»»
С. Курумоч Самарской области*

Проект «Любимое блюдо нашей семьи»

Вид проекта: исследовательский.

Участники проекта: воспитатели, родители, воспитанники средней группы.

Актуальность: У многих родителей с самого рождения ребенка стоит огромная проблема: как накормить ребенка, пробудить интерес к правильной еде, самостоятельному приготовлению пищи. Оказывается, это возможно при творческом воздействии родителей и детей. Пища представляет собой нечто большее, чем просто источник обеспечения организма необходимыми веществами и энергией. Прием пищи становится средством общения семьи. Семейные трапезы - это замечательные традиции, которые объединяют семью и делают её дружной, что весьма важно для нормального развития ребенка.

Цель проекта: в рамках работы по внедрению технологии социально-педагогического сопровождения семейного воспитания по формированию культуры здорового образа жизни "Папа, Мама, Я- здоровая семья» формировать ценности здорового образа жизни и здорового питания воспитанников в детском саду и семье, создавать устойчивую мотивацию в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих, создать кулинарную книгу рецептов группы Незабудка «Любимое блюдо нашей семьи».

Задачи проекта:

- формирование представлений у детей о здоровым образе жизни и здоровом питании;
- стимулирование интереса семей к традициям, связанным со здоровым образом жизни и здоровом питании;
- актуализация традиций семейного воспитания, связанных со здоровым образом жизни и здоровом питании;
- развитие познавательной, творческой активности воспитанников и родителей.

Ожидаемые результаты:

- повышение заинтересованности родителей в укреплении здоровья воспитанников детского сада;
- формирование у воспитанников и их родителей желания заботится о своем здоровье и здоровье окружающих;
- знакомство с правилами здорового образа жизни, основами правильного питания;
- установление партнерских отношений с семьями воспитанников;

-вовлечение родителей в создание кулинарной книги семьи.

Основные этапы реализации проекта:

1) Подготовительный этап

-выявление уровня знаний и интересов родителей и детей по теме «О вкусной и здоровой пище» с помощью устного опроса.

-организация экскурсии в кухню детского сада;

-организация питания в детском саду: контроль за качеством приготовления пищи, соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил при организации питания в группе.

2) Исследовательский

-изучение с детьми темы «О вкусной и здоровой еде»: Что мы едим?

Полезные продукты. Вредные продукты. Как готовится еда? Как проверить пригодность продуктов? Как еду сделать «красивой» и аппетитной?

-работа с родителями по теме: правильное питание, здоровый образ жизни.

Организация питания детей дома. Рацион детей, меню. Влияние питания на здоровье детей и взрослых (полезные и вредные продукты). Любимые блюда семьи.

3) Практический

-систематизация полученных знаний в детском саду и дома;

-совместная деятельность детей с родителями: оформление рецепта любимого блюда семьи;

-обобщение семейного опыта в организации здорового питания.

В рамках реализации проекта проводилась следующая работа:

Игровая деятельность:

Сюжетно ролевые игры «Семья», «Кафе», «Идем в детский сад».

Настольно печатные игры «Из чего сделано», «Овощи фрукты», «Этикет».

Словесные игры «Настроение», «Назови ласково», «Волшебные слова», «Комплименты».

Использовались такие произведения как: «Азбука вежливости» Л. П.

Васильевой-Гангус, «Бабушка угощает чаем», «В гостях у Ньюши», «Звонит телефон» «Разговор по телефону», «Маша», «До свидания, приходите в гости» Н. Е. Богуславская, Э. Мошковская «Вежливое слово»

Беседа: «Кто где живёт?», «Где родился, там и пригодился», «Чем помочь в семье», «Наши бабушки и дедушки», «Мамы и папы», «Дом моей семьи», «Что такое семья».

Чтение пословиц и поговорок о семье, загадки. Заучивание стихотворений о маме, папе, бабушке, дедушке.

Продуктивная деятельность.

- Рисование: «Мой дом», «Моя семья».

- Аппликации: «Детский сад», «Овощи и фрукты»

- Лепка: «Мое любимое блюдо», «Большие и маленькие морковки»

- Консультации «Рациональное питание и двигательная активность - основа здоровья», «Чем занять ребенка в свободное время»

- Проведение бесед с родителями по программе «Составляющие здорового образа жизни»

4) Заключительный

-создание кулинарной книги группы Незабудка «Любимое блюдо нашей семьи» участниками проекта.

Результаты осуществления исследовательского проекта:

-систематизация знаний воспитанников, родителей по организации правильного питания;

-создание кулинарной книги группы Незабудка «Любимое блюдо нашей семьи» с рецептами полезных, вкусных блюд для практического использования в семьях воспитанников детского сада;

-обмен семейным опытом в воспитании культуры здорового образа жизни.