**Муниципальное дошкольное образовательное автономное учреждение**

**Детский сад № 56 «Надежда»**

**Познавательно-исследовательский проект**

**на тему:**

**«Полезно детям»**

****

**(средней продолжительности)**

****

 **Выполнила воспитатель:**

 **Комиссарова Н.В.**

**Орск 2024**

**Познавательно-исследовательский проект**

**на тему:**

**«Полезно детям»**

**(средняя продолжительность)**

 **Вид проекта**: познавательно-исследовательский.

  **Возраст детей:** 4-5 лет.

 **Участники проекта**: дети, воспитатели, родители.

***Актуальность темы:***

Тема питания детей всегда была актуальной, ведь здоровья человека закладывается в детском возрасте, а следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно начать развивать именно в этот период. В этом же возрасте закладываются и основы здорового образа жизни, культуры питания. В связи с этим был разработан проект «Полезно детям».

***Проблема:***

Некоторые дети отказываются от некоторых продуктов. Они им кажутся не вкусными, но с удовольствием едят конфеты. А какие воспоминания от воскресного дня в Киевси! У нас появились вопросы: для чего человеку нужна еда? Как готовят обед? Какая еда полезная и какая вредная? Не пора ли нам это исследовать?!

***Цель проекта:***

Формирование у детей дошкольного возраста осознанного отношения к питанию, как одной из составляющих культуры здорового образа жизни посредством познавательно-исследовательской деятельности.

***Задачи:***

1. Познакомить детей с понятиям-«правильное питание» и «витамины»;

2. Сформировать представление о продуктах питания, их разнообразии, ценности и влиянии на организм;

3. Развивать у детей интерес к познавательно-исследовательской деятельности и умение получать информацию экспериментальным путём.

4.Продолжать развивать речь детей и обогащать словарь.

5. Продолжать развивать взаимодействие с семьёй.

6. Воспитывать интерес к экспериментированию.

***Формы реализации:***

1.Беседа и рассматривание иллюстраций

2.Дидактические игры

3. Игровые ситуации

4. Сюжетно-ролевая игра

5. Словесные игры

6. Рассматривание сюжетных картинок

7. Отгадывание и толкование загадок

8.Разучивание пословиц о еде

9. Чтение

10. Подвижные игры

11. Физкультминутки

12. Пальчиковые игры

13. Художественно-эстетическая деятельность

14. Исследовательская деятельность

15. Просмотр мультфильмов

16. Проведение консультаций для родителей

***Ожидаемый результат:***

1. Дети имеют элементарные представления о «правильном питании» и «витаминах»;

2. Сформированы представление о продуктах питания, их разнообразии, ценности и влиянии на организм;

3. У детей развит интерес к познавательно-исследовательской деятельности.

4. Активизирована речь детей и обогащён словарь.

5. Активное взаимодействие с семьёй.

6. В детях воспитан интерес к экспериментированию.

***Этапы реализации проекта:***

I Этап. Организационный

II Этап. Реализация проекта

III Этап. Заключительный

**I Этап. Организационный.**

* Определение задач воспитательной-образовательной работы, составление плана реализации основного этапа проекта;
* Подбор художественной литературы, подвижных игр, настольно – печатных и дидактических игр по данной теме.
* Подбор необходимого оборудования, материалов и пособий для практического обогащения проекта и оформления предметно-пространственной развевающей среды.
* Информирование родителей о содержании проекта.

**III Этап. Реализация проекта.**

***Образовательная деятельность:***

«Что такое «Лаборатория»?»

«Овощи и фрукты полезные продукты»

«Счастливое молоко»

«Молочные продукты»

«Из чего готовят обед?»
**Исследовательская деятельность:**

«Коварные **M&M’s**»

«Что скрывает лимонад?»

«Бывает ли полезной котлета?»

«Как делают муку?»

***Речь и речевое общение:***

**Беседы:**

Беседы: «Зачем нужна еда»,

«Что надо есть чтобы стать сильным»,

«Правила питания»,

«Где живут витаминки?»,

«Вкусно-вредные продукты»,

«Полезно и не очень»

«Продолжи предложение»,

«Опиши, а мы угадаем»,

«Можно-нельзя»,

«Один – много»,

«Сравни продукты».

**Пословицы, загадки**

**Настольный театр**

Сказка «Репка»

**Чтение художественной литературы:**

Н. Ю. Чуприна «Рассказы и сказки о правильном питании»

Н. Носов «Мишкина каша»

Ю. Тувим «Овощи»

З. Александрова «Вкусная каша»

А. Кардашова «За ужином».

***Игровая деятельность:***

**Дидактические и настольно**

**печатные игры:**

«Угадай на вкус»,

«Варим кашу»,

«Варим суп»,

«Чудесный мешочек»,

«Суп, компот или салат?»,

«Полезно-вредно»,

«Что лишнее?»,

лото «Где живет витаминка?»;

**Подвижные игры:**

«Полезно-вредно» (с мячом)

«Кто быстрее соберёт?»

**Дыхательные игры:**

«Узнай по запаху»

**Пальчиковые игры:**

 «Продукты питания»,

«В магазине»,

«Фрукты»,

«Овощи».

**Сюжетно ролевые игры:**

«Семья»,

«Поликлиника»,

«Кафе»,

«Магазин».

***Художественно продуктивная деятельность:***

**Лепка**

«Аппетитная груша»,

«Корзинка с грибами».

**Аппликация**

«Вишнёвый напиток»,

«Моя любимая каша».

***Досуг и развлечение:***

Мультфильм «Федорино горе»

***Работа с родителями:***

**Консультации на информационном стенде**

«Детская научная деятельность»,

«Правильное питание»,

«Лук от семи недуг»,

«Хлеб всему голова»,

«Готовим вместе с ребёнком»,

«Осенние витамины».

**Индивидуальные беседы и рекомендации для родителей**

«Экспериментирование дома с молочными продуктами»,

«Экспериментирование дома с дрожжевым тестом».

 **III Этап. Заключительный.**

-Выставка игрушечных продуктов

 «Полезно детям»,

-Открытое занятие по познавательно-исследовательской деятельности «Вкусно не значит полезно».

**Полученный результат:**

 В результате проделанной работы у детей сформированы элементарные знания осознанного отношения к питанию, как одной из составляющих культуры здорового образа жизни посредством познавательно-исследовательской деятельности.

 Задачи проекта были реализованы. Цель достигнута.

 Однако и дальше надо продолжать выстраивать образовательную деятельность так, чтобы вызвать познавательную инициативу детей и поддержать их **исследовательскую активность**. А также продолжать развивать у детей наблюдательность, любознательность, жажду новых открытий и впечатлений, стремление к экспериментированию и поиску новых сведений об окружающем мире.