



***Районный конкурс  
«Питание и  
здоровье – 2013»***



# *Проект «Здоровое питание»*

- **Время реализации – 7 месяцев**
- **Участники проекта - дети старшего дошкольного возраста, воспитатели, родители.**
- **Воспитатели: Глѣх Светлана Леонидовна  
Ом Ирина Васильевна (старший воспитатель)**

# *Актуальность проблемы*

*По результатам мониторинга 2012 года*

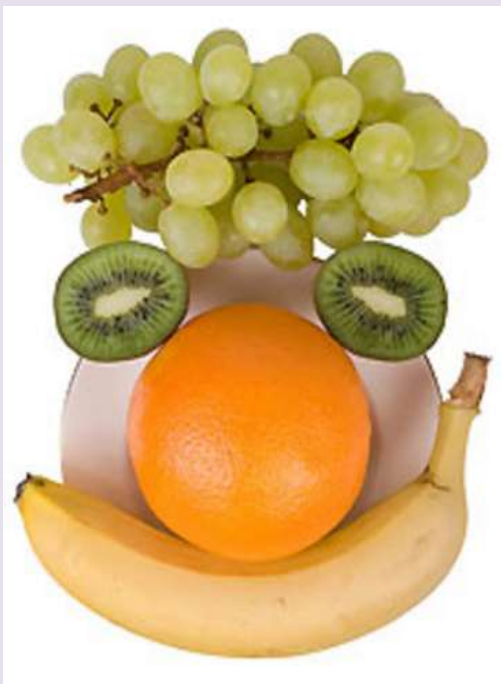
*в нашем ДООУ*

*51% детей с хроническими заболеваниями*



# *Цель проекта*

*Создать систему приобщения детей к здоровому образу жизни, к рациональному питанию.*



# Задачи

**1. Познакомить детей с понятиями о здоровом образе жизни, здоровом питании.**

**2. Стимулировать исследовательскую деятельность детей в изучении основ здорового питания.**

**3. Познакомить детей с рациональным питанием, содержащим пробиотики.**

**4. Активизировать систематическую работу с родителями, направленную на выработку единых ценностей здорового образа жизни.**

# *Ожидаемые результаты*

- 1. Дать представления о здоровом образе жизни**
- 2. Сформировать социальные навыки и представления о культуре питания**
- 3. Наладить систематическую работу с родителями, направленную на выработку единых ценностей здорового образа жизни**

**4. Разработать и накопить методические материалы по теме «Здоровый образ жизни»**

**5. Создать благоприятный эмоциональный климат при работе с детьми**

**6. Улучшить здоровье детей благодаря употреблению кисломолочного продукта «БИФИЛИН М»**



# *Распределение деятельности по проекту (метод 3-х вопросов)*

<b>Что знаем?</b>	<b>Что хотим узнать?</b>	<b>Как можем найти ответы на поставленные вопросы?</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>-Есть полезная еда</li><li>-Есть вредная еда</li><li>-Бывают полезные и вредные микробы.</li><li>-Молоко полезно!</li><li>-Бывают кисломолочные продукты.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>-Какая еда вредная?</li><li>-Где живут микробы?</li><li>-Что делают?</li><li>-Как выглядят?</li><li>-Чем полезно молоко?</li><li>-Какую пользу приносят?</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Прочитать в книге;</li><li>-спросить у мамы, папы;</li><li>-прочитать в энциклопедии;</li><li>-спросить у друга;</li><li>-спросить у взрослого;</li><li>-узнать у специалиста;</li><li>-посмотреть видеофильм, мультфильм;</li><li>-провести эксперимент;</li></ul>



# *1 Этап. Сбор сведений*

- Сбор литературы по теме
- Составление паспорта здоровья детей
- Интервьюирование детей «Что я знаю о здоровье?»
- Анкетирование родителей «Какое место занимает здоровое питание в вашей семье»
- Консультация для родителей «Питание ребенка-дошкольника»
- Встреча со специалистами (врачами-диетологами, педиатром)
- Просмотр видеофильмов о полезных и вредных бактериях

*2 Этап.  
Реализация проекта  
«Мое тело»*



# *Составление паспорта здоровья детей*



# «Микроб. Кто это? Вредные и полезные микробы»



# *Рисование вредных и полезных микробов*



# Создание книжечек-малышек о вредных и полезных микробах



# «Почему мы болеем? Что надо делать, чтобы быть здоровым?»



Экскурсия в медицинский кабинет  
Беседа о правилах соблюдения  
личной гигиены

# *Рассматривание растаявшего снега*





# Полезные продукты

Выращивание лука

Приготовление фруктового салата

Оформление уголка для родителей

«Коллекция полезных рецептов»





**Сюжетно ролевые  
игры: «Ресторан  
здорового питания»,  
«Поликлиника»,  
Лото «Валеология для  
малышей»**



*«Путь от молока  
до бифилина»  
выполнили дети  
и воспитатель  
группы  
«Солнышко»  
Д/с №458*



**Что знаем? Что хотим узнать?  
Как можно узнать?**





# Путь молока от коровы до потребителя







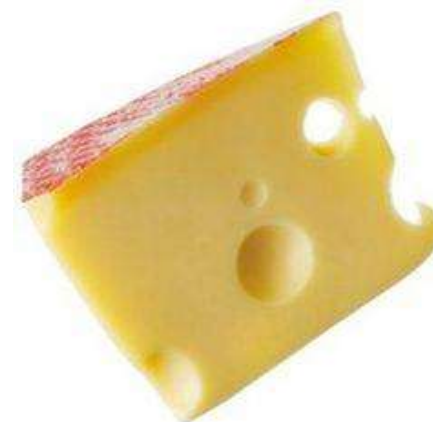
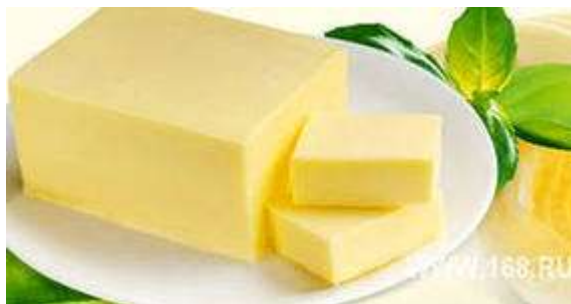


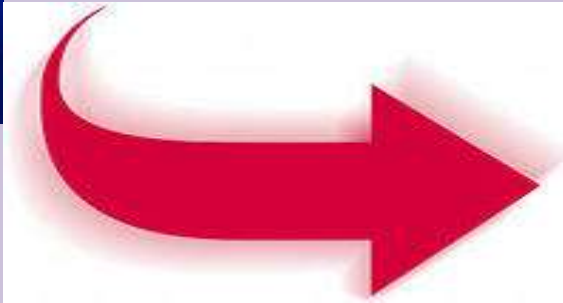
# *Коровкины новости*

- Из 10 литров молока можно сделать килограмм сыра.*
- Древней Руси для того чтобы молоко не скисло, в него клали живую лягушку.*
- А еще считается, что молоко быстрее скисает в грозу, это даже подтверждают сейчас, в условиях современных технологий.*



# Продукты на основе молока







*Бифилин у нас в почете,  
Лучшего напитка нет!  
Если бифилин вы пьете,  
Проживете много лет!*



**Живые бактерии, которые используют для изготовления бифилинов, стимулируют и повышают иммунитет, помогают расщеплять белки и углеводы, поступающие в человеческий организм, а также легко усваивать их. Эти микроорганизмы защищают печень и кишечник и нормализуют естественную микрофлору слизистых. Ведь нормальная микрофлора человека, которая является очень важной частью организма, состоит из бифидобактерий на целых 65-98%.**

A still life composition of fresh fruits and a bowl of oatmeal. In the center is a white bowl with a blue rim, filled with oatmeal, topped with sliced strawberries. To the left is a glass of white milk with a yellow straw, a whole banana, and a red apple. To the right is a bunch of green grapes, several slices of kiwi, and some blueberries. Scattered around are various other fruits like raspberries, strawberries, and nuts. In the bottom right corner, there is a logo for 'VPoltave' in a stylized font.

***Спасибо за  
внимание!***



# Интеграция образовательных областей в проекте «Здоровое питание»



# Презентация проекта



# Инсценировка «Случай в Простоквашино»



A vibrant assortment of fresh fruits and vegetables. In the foreground, there are several ripe red and green apples, a bunch of purple and green grapes, and a slice of watermelon. Behind them, there are bunches of yellow bananas, several bright orange oranges, and a cluster of red radishes. The background is filled with various other produce, including a red onion, a head of cauliflower, green leafy vegetables, and a bunch of carrots. The overall scene is a colorful and healthy display of fresh food.

***Спасибо за  
внимание!***