



муниципальное казённое дошкольное образовательное
учреждение города Новосибирска
«Детский сад №7 комбинированного вида»



«Питание и здоровье»

Проект реализовали:
дети, родители, воспитатели
групп «Городовичок» и
«Почемучки»
МКДОУ д/с № 7



С чего всё началось?

У детей возникли вопросы...

**Зачем нужны витамины?
Как мы слышим, как мы дышим?
Отчего может заболеть желудок?
Правда, что от конфет портятся зубы?**

**Почему нужно пить кефир и молоко?
Что нужно делать, чтобы быть
сильным и здоровым?
Чем полезен кислородный коктейль?**



Зачем человеку голова?
Как микробы размножаются?
Почему таблетки горькие?



Как возникают болезни?

Полезные продукты

Моё тело

Откуда берутся микробы?

Что я знаю о себе?

Полезные

Микробы



Откуда взялся человек?

Осторожно, лекарства



Вредные



Что нужно, чтобы быть здоровым?

Как можно увидеть здоровье?
Что надо есть, когда болеешь?



Зачем надо есть кашу?
Если мама вчера съела много чипсов, то она заболеет?

Цель проекта: содействовать формированию ценностей здорового образа жизни всех участников проекта

	ЗАДАЧИ
Здоровье	Содействовать пониманию участников проекта зависимости состояния здоровья от правильного питания, употребления продуктов оздоровительного питания, пробиотиков;
Физическое развитие	Помогать детям в понимании пользы занятий физической культурой для укрепления здоровья;
Познание	Создавать условия для исследовательской деятельности детей при ознакомлении с работой основных систем своего организма;
Коммуникация	Создавать условия для развития различных способов позитивного общения участников проекта, развития словотворчества;
Социализация	Способствовать развитию положительной самооценки на основе выделения своих особенностей, достоинств и возможностей развития ;
Безопасность	Содействовать формированию основ безопасного поведения в быту, в природе, в обществе;
Художественно-эстетическое развитие	Создавать условия для развития конструктивного, изобразительного творчества в процессе моделирования в проекте

Ожидаемый результат проекта

- 1. Изменение отношения детей и взрослых к питанию:**
 - желание использовать полезные продукты;
 - отказ от употребления вредных продуктов.
- 2. Создание условий для включения всей команды группы в деятельность по приобщению к ценностям здорового жизни.**
- 3. Содействие развитию творческого и личностного потенциала детей, педагогов и родителей на основе общего интереса к здоровью.**
- 4. Снижение заболеваемости детей.**



Мы узнали, что в продуктах бывают различные витамины



**К нам доктор – ортопед приходил,
книжки интересные нам показал**



и про правильную осанку все рассказал

Мы узнали, что молочные продукты укрепляют наши зубки



Мама Миланы К., врач – стоматолог, научила нас правильно ухаживать за зубами.

Вместе с ней мы посчитали зубки и научились правильно пользоваться зубной щеткой.

Понюхали, взвесили, пробовали всё мы...





Уважаемые родители !



В нашей группе стартует детский тематический проект **“Питание и здоровье”**



Вы можете принять участие:

- принести художественную литературу, иллюстрации энциклопедии, лекарственные травы;
- выполнять с детьми задания педагогов по проекту;
- употреблять вместе с детьми полезный продукт **“Бифилин”**;
- составить и принести в группу рецепты полезных овощных и молочных блюд;
- помочь в оснащении центра **“Поварята”**
- участвовать в развлечении **“День рождения Бифилинчика”**



*Пусть наши совместные интересные дела станут вкладом в **“копилку”** здоровья каждого из нашего большого коллектива: детей, педагогов и родителей!*



В проекте помогали нам папы и мамы



**Чтобы найти ответы на вопросы мы изучали,
как устроен человек**



Что такое наше тело, что оно умеет делать?



Улыбаться и смеяться, ходить, прыгать, баловаться...

А укреплять наш организм помогал нам «Бифилин»

**Мы узнали, что «Бифилин»
увеличивает число
полезных бактерий**



**Мы с удовольствием
употребляем «Бифилин» в
кругу друзей»**



Как можем мы видеть, и как мы слышим

Что получится, если рисовать с закрытыми глазами



Моё ухо, как локатор



Как чувствуем мы,



и как мы дышим...



**Чтобы быть здоровым телу,
Надо нам зарядку делать.
Много спать и заниматься...**



Витаминами питаются!



**МОРОКОВКУ, ЯБЛОКИ И ГРУШИ
БОЛЬШЕ ДЕТЯМ НАДО КУШАТЬ.
БУДЕТЕ ЗДОРОВЫМИ,
К СПОРТУ, ИГРАМ, УЧЕБЕ
ГОТОВЫМИ!**

АВТОРЫ: Артем К., Лера К.

Садилы мы лук



и пили кефир

Но лучше из всех нам помог **БИФИЛИН!**



Так владеем мы умело



Этим стройным, сильным телом!

Родителей позвали, им сказку про Бифи показали



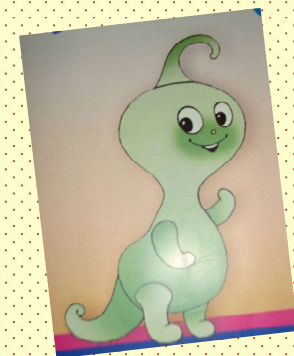
Мы узнали, чем полезны овощи
и фрукты и как победить
вредных микробов!



На вкус он прекрасный, и в меру тягучий



И цвет интересный – кофейный немножко



Его можно пить,



а можно есть ложкой...

**От врача мы не отстали,
и в больницу поиграли**



**Мы узнали, что лекарства
помогают победить болезнь.
Они приносят не только пользу,
но и вред.**

**Их можно пить только
по назначению
врача.**

**Каждая порция Бифилина стала кирпичиком
для нашего здорового организма,**



**как баночки для замка, в котором живет дружная
семейка Бифи.**

Что вы знаете о бифилине?

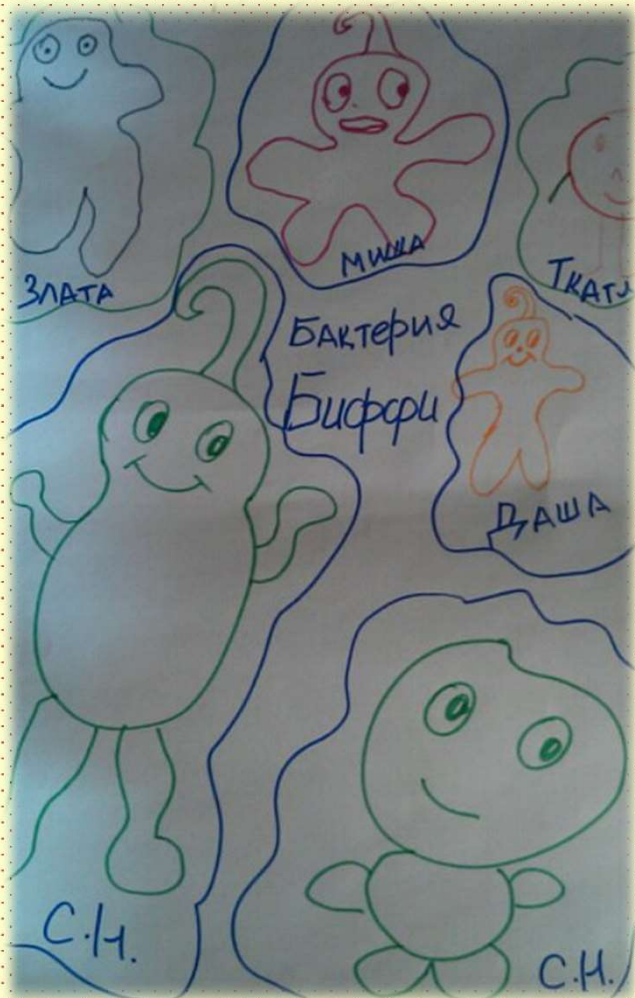
- **Наташа:** в бифилине много полезных бактерий, они побеждают вредных бактерий. Поэтому человек остаётся здоров. Об этом мы сказки сочиняли.
- **Вова:** нужно больше кушать молочных продуктов: творога, кефира, сыра, ряженки. Это продукты здоровье умножают.
- **Соня:** мы пили бифилин в детском саду, он очень вкусный. А бабушка приносила бифилин для мамы и папы.





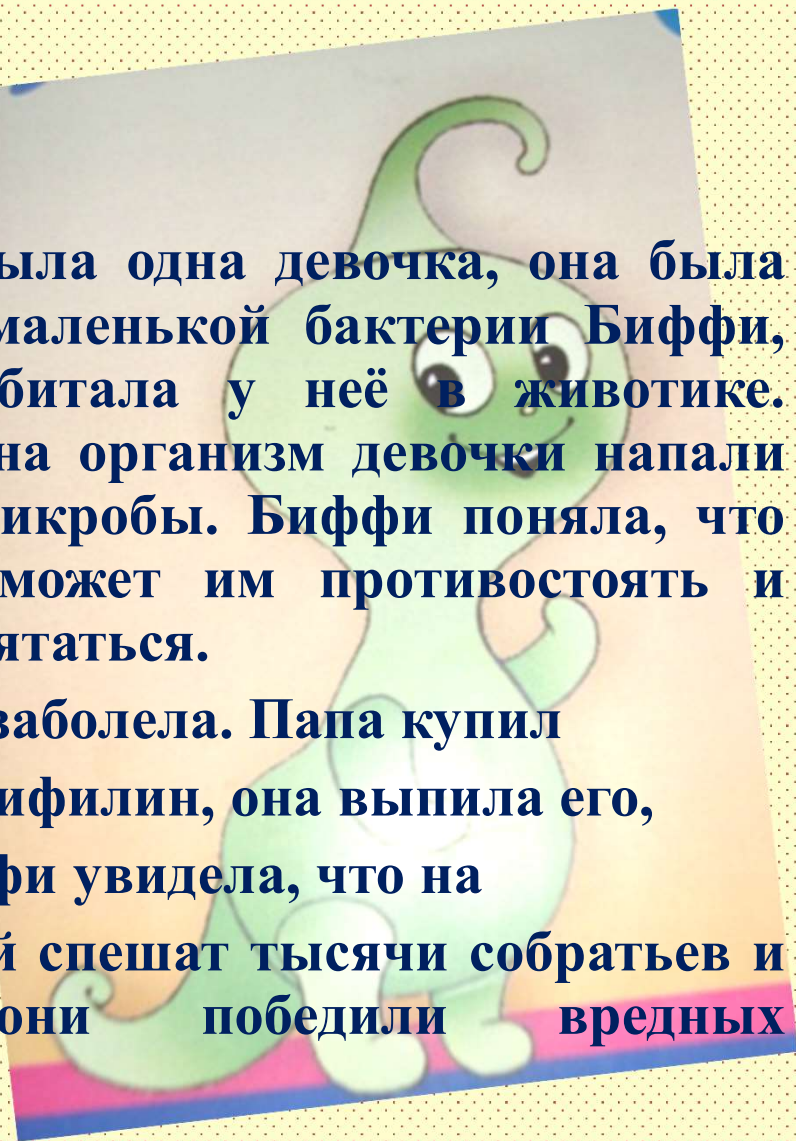
Он с радостью всеми будет выпит и съеден!

Сказка про Биффи



Жила – была одна девочка, она была хозяйкой маленькой бактерии Биффи, которая обитала у неё в животике. Однажды на организм девочки напали вредные микробы. Биффи поняла, что одна не сможет им противостоять и успела спрятаться.

Девочка заболела. Папа купил Девочке Библин, она выпила его, и тут Биффи увидела, что на подмогу ей спешат тысячи собратьев и вместе они победили вредных микробов.



Злата Макеева, 7 лет.

Сказка про Катю



Жила – была одна девочка и звали её Катюша. Она была красавица, но грязнуля.

Когда Катюша вышла погулять, навстречу ей появился большой Микроб и сказал: «Я тебя заражу!», - и чихнул на неё. Катюша заболела: и горлышко болит, и животик болит, температура высокая.

Позвали к ней доктора, он осмотрел больную и сказал, чтобы она умылась, причесалась, почистила зубы. Девочка всё выполнила и ей сразу стало легче. А доктор подарил

Кате стаканчик с волшебным напитком – Бифилином, Катя его выпила и совсем выздоровела.

Саша Куренков, 5 лет

Стихи про Бифилин

Выпивая банку Биффи,
Позабудешь ты о гриппе,
И в животике всегда
Будет полезная среда!

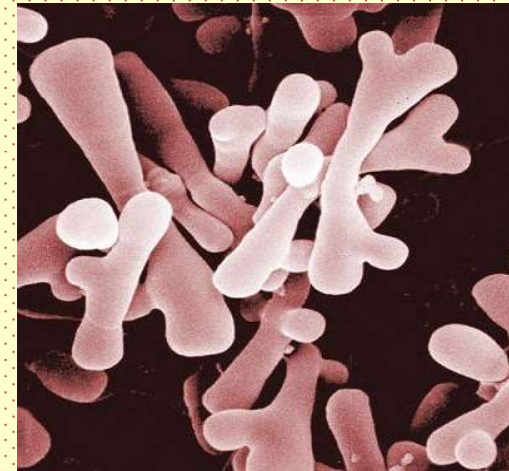


Знает каждый гражданин,
Надо пить Бифилин!
Пей его не пожалеешь,
Никогда не заболеешь

Настя Канунникова

Стихи про Бифилин

Мой папа пошёл в магазин
И купил там Бифилин.
Бактерия Биффи в моём доме живёт,
Здоровье и радость она принесёт



Бифи – бифи – бифилин,
Микробов много, я – один!
Чтобы было веселей,
Выпейте меня скорей!

Макеева Злата – 7 лет

Отзывы родителей о проекте

Проект «Питание и здоровье» понравился всей нашей семье, особенно Свете. Большое впечатление произвело на неё участие в изготовлении макета человека. Мы дома сделали такой же.

Раньше мы старались придерживаться здорового питания, но иногда позволяли себе съесть что-нибудь «вредное». Теперь же наш «Шеф - повар» - Света не разрешает отойти от меню здоровой и полезной пищи.

Семья Светы Кузнецовой



Мнение родителей об участии в проекте

Проект научил дочь многому. Раньше она постоянно требовала газировки, а теперь мы не слышим таких просьб. Нам понравилось участвовать в «Кулинарной гостиной». Такие совместные встречи помогают укрепить дружбу, как между детьми, так и между родителями.



Семья Кати Трофимцевой





И это реальность – это не мифы!