

«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ»

**Технологическая карта проекта во второй младшей
группе.**

Исполнитель: Караваева З.Ф.
Воспитатель ВКК
Муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное
учреждение - детский сад
комбинированного вида № 55

Технологическая карта проекта во второй младшей группе.

Содержание	Пояснения
Название проекта «Здоровое питание»	
Тип: познавательный	
Участники: дети второй младшей группы, родители, воспитатели.	
Масштаб: 2 недели	
Основания для разработки. Проблема.	Сегодня существует проблема правильного питания в семье. Многие родители не в состоянии обеспечить своим детям правильного питания из – за отсутствия теоретических знаний. Многие кормят детей однотипно. В лучшем случае – котлеты, картошка, в худшем – сосиска, макароны, пельмени. Из – за этого дети, не привыкшие к здоровой пище, отказываются в детском саду от овощных блюд, кисломолочной продукции, рыбы, запеканок. Некоторые дети плохо едят из-за сниженного аппетита.
Цель	Создание условий для формирования знаний детей и их родителей о правилах правильного питания.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> • Познакомить детей с полезными и неполезными продуктами питания; • привлекать детей к совместной театрализованной деятельности; • развивать речь, воображение и мышление; • дать представление о ценности здоровья; • формировать желание вести здоровый образ жизни.
Стратегия и механизмы реализации	1. Организационный (подготовительный)

Подобрать необходимую литературу, иллюстрационный материал, материал для игровой деятельности.

Заинтересовать детей и родителей темой проекта, подвигнуть их к совместной деятельности, направленной на достижение цели проекта.

2. Практический.

- Речевое развитие.

Сюрприз-беседа перед обедом «Ждем гостей».

Прослушивание звукозаписей детских сказок – «Колобок», «Репка», «Курочка Ряба».

Чтение: С. Маршак «Юля плохо кушает»
С. Кузьмин «Ложечку за маму», В. Сутеев «Мешок яблок». С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала».

Беседа – занятие «Секреты здорового питания».

Пальчиковые игры «Киселек», «Капуста».

Игра на развитие чувства прикосновения «Коза рогатая», «Сорока, сорока».

Игры в кругу «Ладушки», «Каравай».

- Игровая деятельность.

Настольные дидактические игры: «Что сначала?», «Разложи по тарелкам», «Что лишнее?», «Варим борщ и компот», «Овощное лото», «Расскажи по картинке».

Сюжетно - ролевая игра «Магазин полезных продуктов».

- Художественно-эстетическое развитие.

Рисование по шаблону – «Варим борщ и компот».

Готовим салфетки для стола.

- Работа по проекту с родителями.

Активизировать знания родителей о здоровом питании,

	<p>повысить их самообразование по теме. Формировать готовность родителей к сотрудничеству с педагогами. Анкетирование родителей «Питание вашего ребенка».</p> <ul style="list-style-type: none"> • 3. Заключительный (результаты) <p>Конкурс рисунков и фотографий на тему «Полезное блюдо для вашего малыша».</p>
Ожидаемые результаты	<ul style="list-style-type: none"> • Дети должны научиться отличать полезный продукт питания от неполезного. • Родители должны обратить внимание на рацион своих детей, изменить их меню, сделав его более витаминизированным и полезным.

Продукты проекта: Дидактическая игра «Полезная еда - вредная еда»
Консультация для родителей "Организация питания дома и в детском саду"

Приложение.

Сюрприз-беседа перед обедом «Ждем гостей».

Цель: способствовать формированию интереса и готовности к соблюдению правил рационального питания. Развитие словесной деятельности, мышления, воображения.

Материал: игрушки Маши и медведя, игрушечный стол и стулья для данных игрушек.

Слышен стук.

Воспитатель:

- Ребята, кто-то к нам в гости стучится.

Открывает дверь и вносит игрушки Маши и медведя.

Игрушки здороваются с детьми.

Маша:

-Зульфия Фановна, а Миша говорит, что дети сейчас будут ужинать. А я ему говорю, что они будут обедать. Разрешите наш спор.

Воспитатель спрашивает детей:

- Ребята, что мы с вами сейчас будем делать: обедать или ужинать?

Дети:

- Обедать.

Маша:

- А Миша еще говорит, что сейчас дети будут кушать только омлет.

Воспитатель просит детей рассказать, что они будут кушать за обедом.

Что нальем в глубокие чашки;

Что положим в мелкие чашки;

Что нальем в бокалы;

Без какого продукта не обходится ни завтрак, ни обед, ни ужин (хлеб);

Для чего нужны салфетки.

Медведь:

- Какие у вас детки умные! Они все знают! А умеют ли они вести себя за столом? Наверное, они все крошат хлеб, кушают неаккуратно, салфетками не умеют пользоваться.

Воспитатель:

- Маша и медведь мы приглашаем вас к нам на обед. Ребята покажут вам, как они умеют вести себя за столом, как аккуратно они кушают и съедают все, все, все.

Воспитатель усаживает игрушки за кукольный стол и дети садятся обедать.

Беседа- занятие: «Полезная и вредная пища».

Цель: Дать понятие о правильном питании; закрепить знания о продуктах питания; вызвать желание заботиться о своем здоровье; учить проявлять заботу.

Ход беседы-занятия.

Педагог предлагает детям приготовить обед для кукол, которые живут в группе.

Воспитатель:

Сначала нужно решить, что мы будем готовить. Давайте приготовим то, что вы больше всего любите кушать. (Каждый ребенок называет свои любимые блюда.) Как много всего вы назвали, молодцы. Но, наверное, нашим куклам не стоит так много всего есть. Ведь, если съесть слишком много пищи, может заболеть живот, может стошнить. А что еще может произойти? (Дети делятся соответствующим личным опытом.)

Давайте решим, что мы приготовим. Сегодня у нас будет не праздничный, а обычный обед. Что мы с вами едим на обед каждый день? (Суп, второе, салат, хлеб, компот.) Нам нужно купить все необходимое в магазине.

Все вместе «идут в магазин», роль продавца исполняет воспитатель, который спрашивает, что дети хотят купить. В диалоге воспитателя и детей называются полезные продукты. Продавец, «делая рекламу», расхваливает все продукты, в том числе конфеты, пирожные и другие сладости. Но дети должны выбрать только продукты для приготовления обеда, а не покупать все, что им хочется.

Все вместе готовят обед и накрывают на стол, затем кормят кукол. В процессе идет разговор о том, что полезно и нужно есть в обед, а что не очень полезно; какие продукты нужно есть реже, чем остальные.

Пальчиковая игра: «Киселек»

Бабушка кисель варила	Правая рука «помешивает кисель»
На горушечке,	Кончиками пальцев правой и левой руки соединяются, руки расходятся под углом.
В черепушечке	Округленные ладони, смыкаясь, образуют горшок-черепушечку.
Для Андрюшечки	Ладонь правой руки ложится на грудь.
Летел, летел соколог Через бабушкин порог.	Ладони скрещиваются, большие пальцы рук цепляются друг за друга. Помахать скрещенными ладонями, как крыльями.
Вот он крыльями забил, Бабушкин кисель разлил.	Руки несколько раз сильно ударяют по бокам, затем вытягиваются вперед и вниз, пальцы растопыриваются.
Вот и нету киселька	Руки развести в стороны.
В черепушечке У старушечки	Руки снова показывают горшок-черепушечку.
На горушечке	Руки вновь показывают горку.
Бабка плачет: «Ай-ай-ай!»	Руки «утирают слезы»
Не плачь, бабка, не рыдай!	Указательный палец правой руки «грозит бабке»
Чтоб ты стала весела, Мы наварим киселя.	Правая рука снова «помешивает кисель»
Во-о-от сколько.	Руки расходятся широко-широко в стороны.

Пальчиковая игра «Идет коза рогатая».

Идет коза рогатая, Идет коза бодатая:	Средние и безымянные пальцы обеих рук согнуты, большие их придерживают. Указательные пальцы и мизинцы выставлены вперед. Покачивать кистями рук.
Ножками - топ, топ!	Пальцы сжаты в кулаки. Постучать кулачком по кулачку

Глазками - хлоп, хлоп!	Похлопать в ладоши.
Кто каши не ест,	Погрозить указательным пальцем правой руки
Кто молока не пьет,	Погрозить указательным пальцем левой руки
Того забодает.	Выполнить первое движение «коза»

Пальчиковая игра «Сорока, сорока».

Сорока, сорока,	Ладони скрещиваются. Помахать скрещенными ладонями, как крыльями.
Кашу варила, Деток кормила.	Водим указательным пальцем правой руки круговыми движениями на тыльной стороне ладони левой руки.
Этому дала на блюдечке, Этому – на тарелочке, Этому – на ложечке, Этому – поскребушки,	Загибаем пальцы, начиная с большого.
А этому – нет ничего, Он воды носил, Дров не рубил, Кашу не варил	«Грозим» указательным пальцем.

Игры в кругу: «Ладушки».

Ладушки, ладушки, Мы пекли оладушки. Испекли мы целых	Поочередно: поворот вправо, левой ладонью сделать хлопок по правой; поворот влево, правой ладонью сделать хлопок по левой.
Пять,	Показать пять пальцев.
Один кошке надо дать.	Отвести правую руку в сторону, показывая один (указательный палец).
Один коту	Отвести левую руку в сторону, показывая один (указательный палец).
С усами,	Показать «усы»,
Три	Показать три пальца
Съедим мы сами!	Поглаживаем живот,

Игры в кругу: «Каравай».

Как на (имя ребенка) именины Испекли мы каравай:	Дети водят хоровод вокруг ребенка-именинника.
Вот такой вышины,	Поднимают сомкнутые руки вверх
Вот такой нижины,	Присаживаются на корточки, опускают руки.
Вот такой ширины,	Дети расходятся на ширину вытянутых рук, растягивая круг.
Вот такой ужины,	Дети сходятся в центр круга, опуская руки вниз и немного вперед.
Каравай, каравай, Кого любишь выбирай!	Именинник выбирает детей, обходя по кругу.
Я, по правде, люблю всех, А вот (имя выбранного ребенка) больше всех!	Показывает на одного ребенка. (Игра повторяется с выбранным ребенком)