



Проект "В стране здоровой пищи"

МБДОУ - детский сад
примотра и оздоровления № 143

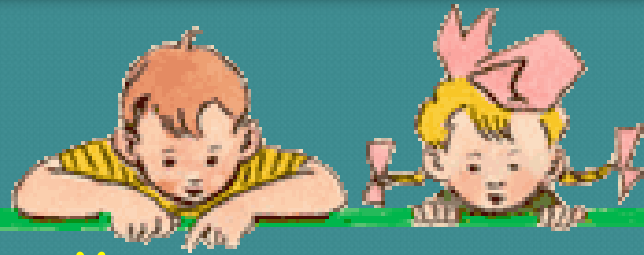
Воспитатель:

Васильева Мария Александровна

Цитата:

**С правильной едой дружу –
я здоровьем дорожу!**





Цель проекта:

Формирование у детей основ здорового питания.

Задачи:

- **Расширить знания детей о значимости питания для их здоровья;**
- **Познакомить дошкольников с витаминами, их пользе для человека;**
- **Развивать способность к поисковой деятельности;**
- **Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.**

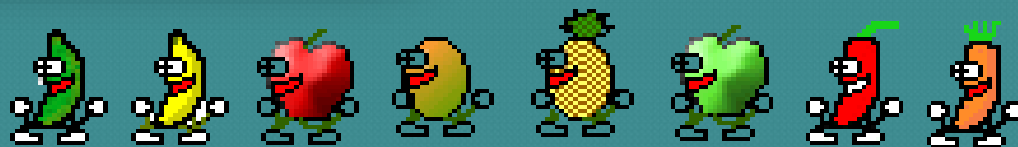
Предполагаемый результат

- ◎ изменение отношения детей и родителей к сохранению своего здоровья;
- ◎ обогащение детей знаниями о пользе витаминов для нашего организма;
- ◎ создание в группе информационного центра (включающего в себя советы, консультации), предметно-развивающей среды.

Основные
направления
проекта



Дружно, весело играем, ВИТАМИНЫ ИЗУЧАЕМ!



Чтоб здоровым, сильным быть,
надо овощи любить!



Соки и фрукты – лучшие продукты!



Работа с родителями

Вкусный овощной салат любит каждый из ребят!



“В стране здоровой пищи”

Что растёт у нас
на грядке ?



Проект семьи Баязитовых

ЗАГАДКИ С ГРЯДКИ

Проект семьи Даниловых



Кто мне друг, а кто - враг!?



Проект семьи Стоцких

Где живут ВИТАМИНЫ?

Проект семьи Басаргиных



Что растёт у нас на грядке ?



Проект семьи Баязитовых



Где живут ВИТАМИНЫ?

Проект семьи Басаргиных



Теперь мы знаем, где живут витамины!



ЗАГАДКИ С ГРЯДКИ

Проект семьи Даниловых



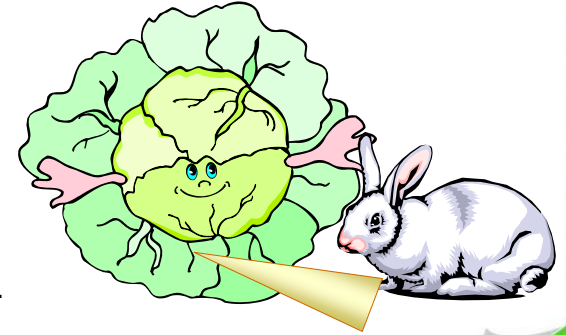
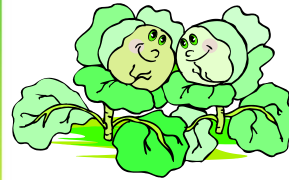


МОРКОВЬ

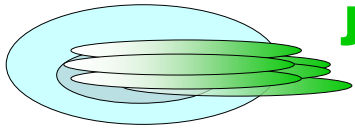
Любопытный
Красный
Нос
По макушку
В землю
Врос,
Лишь торчат
На грядке
Зеленые
Пятки.



КАПУСТА



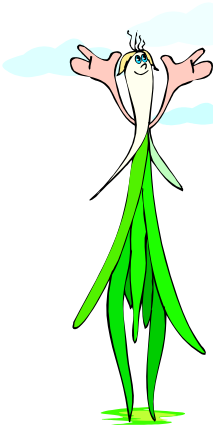
Стоит на поле дочка –
Тридцать три платочка.
Прискакал зайчишка,
Осталась кочерыжка.



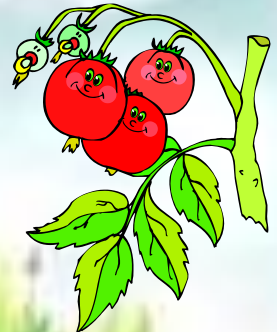
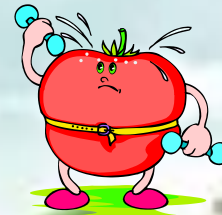
ЛУК



Ох и зол,
Хоть и мал!
В солнце
Стрелки
Выпускал.
Не попали
В солнце
Стрелки,
Угодили
К нам в тарелки.



ПОМИДОР



На троне
В зеленой короне
Царь сидит на припеке,
И лоснятся от важности
красные щеки.
Ветер поднялся,
Трон зашатался,
Царь удивился,
С трона свалился.

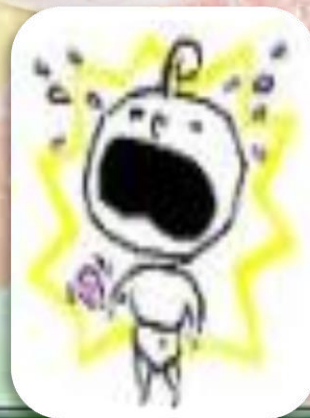


Кто мне друг, а кто - враг!?



Проект семьи Стоцких

Что со мною происходит!?





В ГОСТИ

К ФРУКТАМ

Проект семьи Яковлевых



Так растет груша



Так растут апельсины.
Апельсин это дерево.



Так растет абрикос



Как хорош наш
добрый сад,
Фруктами всегда
богат!
Летом – вишен
целый ряд -
Рубином ягоды
горят.
А потом пойдет и
слива,
Плодами сочными
красива.
Груш и яблок
аромат,
Наполнит наш
осенний сад.

Так растут киви. Киви это лианы.



Выставка поделок "Осенняя фантазия"



Вкусные сказки



Мастерить нам нравится –
красиво получается!



Картофельный супчик с яйцом

- 1 картофелина
- 75г филе индейки
- 1 желток
- вода
- немного лука и моркови.



Сварите бульон из индейки, слив воду после первого закипания. В бульон + лук и морковь. За 10 мин до окончания варки + картофель, нарезанный кубиками и взбитый желток. Перед подачей малышу измельчите мясо индейки в блендере.



«Книжка любимых блюд»



Звездочки из телятины с пюре из кабачка

- * 75 г телятины
- * 1 маленький кабачок
- * 1 ч.л. растительного масла
- * Вода

1. Отварить телятину и измельчить в блендере. Добавив немного бульона, при помощи формочки сформировать звездочки.
2. Очищенный от кожицы кабачок сварить или приготовить на пару. Измельчить в блендере с растительного масла и выложить на тарелку. Сверху положить звездочки из телятины.
3. Подавать с сухариком из черного хлеба и кефирчиком.



Картофельный ежик

- Ваше фирменное картофельное пюре,
- 2 маслины,
- сердцевинка болгарского перца.

Приготовьте картофельное пюре так, как Вам больше нравится. Я предпочитаю разминать картофель с горячим молоком и сливочным маслом до нужной консистенции. Выложите большую часть в форме тельца ежика. Кондитерским шприцом выдавите ежику иголки. Глазки и носик - из маслин, бантик - из сердцевинки болгарского перца.



Поделись скорей, дружок, как испечь нам пирожок!



**ПИРОГ
ЗОЛОТАЯ РЫБКА**
900 г слоеного теста
1 филе рыбы, 1 луковица
4 ст.л. растительного
масла, 1 яйцо

ФОРМЕННЫЕ РЕЦЕПТЫ Ольги Буриной

1 ПО ШАБЛОНУ ВЫРЕ-
ЗАЕМ ИЗ ТЕСТА РЫБУ

2 * БОРТИКИ ИЗ ПОЛОСОК,
НАКОЛОТЬ, ПЕЧЬ 10 МИН*

3 * РЫБУ КУСОЧКАМИ,
ЛУК, СОЛЬ, МАСЛО

4 ВЫРЕЗАТЬ ХВОСТ
И ГОЛОВУ

5 СМАЗАТЬ ЯЙЦОМ

6 СМАЗКОЙ ВНИЗ
ПОЛОЖИТЬ НА РЫБУ

7 РЮМКОЙ ВЫРЕЗАТЬ
КРУГИ - ЧЕШУЮ

8 УКЛАДЫВАТЬ С ХВОСТА,
ПРИКЛЕПАЯ НА ЯЙЦО

9 * РОТ, ГЛАЗ,
ПЛАВНИКИ

10 НАКОЛОТЬ
ВИЛКОЙ

11 ВСЕ СМАЗАТЬ ЯЙЦОМ

12 ПЕЧЬ 15-20 МИН

* ПРИ 200С, НА ЛИСТЕ СПЕТКА СМОЧЕННОМ ВОДОЙ

Семинар – практикум ДЛЯ педагогов



**Дети –
главное богатство!...
Деткам нужно развиваться!
Чтоб расти и развиваться –
нужно правильно питаться.
Чтоб зимою не болеть –
витамины нужно есть!...
И даем мы Вам совет –
Кушать супчик на обед!...**



Спасибо за внимание!

