Здоровье – это первая важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоничное развитие личности. Здоровье – это эликсир жизни. Ещё В.Г. Белинский говорил, что «Без здоровья невозможно счастье».

Мы часто говорим детям – здоровье нужно беречь, сохранять. Но что такое здоровье? Для чего нужно беречь его? Эти и другие вопросы дети задают ежедневно.

Педагоги и родители нашей группы пришли к единому мнению о необходимости формирования у детей среднего дошкольного возраста желаний, понятий, убеждений с целью сохранения и укрепления здоровья, в процессе ознакомления с понятиями: витамины, овощи, фрукты, ягоды, а также о правилах приема полезных продуктов.

Таким образом, во взаимодействии педагог – дети – родитель, в нашей группе родился проект «Овощи и фрукты - витаминные продукты. В рамках этого проекта был организован познавательный досуг. На празднике дети обыгрывали сценку про овощи, рассказывали стихи, пели песни. В конце праздника состоялась презентация блюд, приготовленных из овощей, фруктов и ягод детьми и родителями.