

Информация о мероприятиях, проводимых с целью формирования культуры питания у воспитанников и родителей

В рамках реализации федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография», утвержденного приказом Роспотребнадзора №397 от 07.07.2020 года в МБДОУ «Детский сад № 253» г.о. Самара реализуется

«ПРОГРАММА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»

Цели:

- формировать у детей целостное отношение к собственному здоровью, освоение навыков правильного питания, как составной части здорового образа жизни;
- продолжить вырабатывать навык соблюдения гигиенических правил в процессе хранения, приготовления и употребления пищи.

Задачи:

1. Помочь понять, что здоровье зависит от правильного питания.
2. Сформировать знания о том, какие продукты полезные, а какие вредные для здоровья, подвести к пониманию, что не все вкусное полезно.
3. Дать знания о безопасном питании, то есть сформировать осторожное отношение к несвежим и незнакомым продуктам.
4. Закрепить навыки санитарно-гигиенических правил при употреблении пищи.
5. Развивать у детей творческие способности, их интересы, познавательную деятельность.
6. Воспитывать у детей осознанное отношение к своему питанию.



В 2021-2022 учебном году в рамках реализации программы проведены:

Занятие – практикум «Как правильно накрыть стол»

Цель: знать об эстетических подходах и требованиях этикета в сферах питания, развивать умения использовать полученные знания на практике.





Непосредственно образовательная деятельность «Овощи и фрукты»

Цель: знать полезные фрукты и овощи; развивать у детей творческие способности, их интересы, познавательную активность.



Викторина «Знатоки полезных продуктов» (конкурс загадок о пище и витаминах).

Цель: знать полезные фрукты и овощи, уметь их отличать по форме и цвету; развивать у детей творческие способности, их интересы, познавательную деятельность.



Занятие – беседа «Здоровая пища»

Цель: развивать представление о пользе здоровой пищи на детский организм; формировать готовность заботиться о своем здоровье.

Занятие-исследование «Пирамида здорового питания»

Цель: формировать знания о здоровом и правильном питании, как составной части сохранения и укрепления здоровья; умения выбирать полезные продукты для здорового питания. **Взаимодействие с родителями (в том числе и в дистанционном формате):**

Младшая группа: индивидуальные беседы; консультация «Основы здорового питания», анкетирование, видео уроки. Средняя группа: анкетирование: «Правильное питание», информационный материал: «Питание для дошкольного возраста», «Рецепты салатов для детей». Старшая группа: анкетирование, консультации «Основные свойства продуктов питания», «Как помочь малоежкам?»; памятка «Вред жевательной резинки»; индивидуальные беседы «Питание ребёнка в детском саду». Подготовительная группа: анкетирование, консультация: «Правильное питание - залог здоровья», буклет «Что должен знать родитель о питании ребенка дома». Ежедневно, во время проведения «минуток здоровья», воспитателями ведутся познавательные беседы с детьми о соблюдении гигиенических правил перед едой и после: обязательно мыть руки и лицо перед едой и после; как правильно принимать пищу (есть медленно, тщательно пережевывать). В доступной форме детям рассказывают, сколько различных полезных продуктов содержат блюда, которые им готовят в детском саду, насколько важно соблюдение режима питания для детского растущего организма. Во время режимных моментов педагоги закрепляют с воспитанниками элементарные правила сервировки стола, обращают внимание на правила поведения за столом в процессе приёма пищи.



