«Утверждаю»

Директор ГБОУ СОШ с.Константиновка

_____Абрашкина Е.Н.

Приказ №_42-од_от 30.08.2022г.

План работы по формированию навыков здорового питания
с воспитанниками СП – детский сад «Чебурашка»
ГБОУ СОШ с.Константиновка муниципального района Большеглушицкий
Самарской области на 2022-2023 уч. год.

Месяц	Формы проведения	Цели и задачи	Работа с родителями
Сентябрь	Мониторинг по образовательным областям детей старшей группы Беседа «Если хочешь быть здоровым» Экскурсия на пищеблок. Сюжетно – ролевая игра «Мы готовим обед»	Выявить уровень знаний и умений в области здорового питания. Формировать представление о ценностях здоровья, значения правильного питания детей. Познакомить детей с местом приготовления пищи. Закрепить знания детей о столовой посуде и ингредиентах блюд.	Анкетирование родителей «Рациональное питание» «Организация здорового питания в ДОУ».
Октябрь	Беседа « Самые полезные продукты» Разучивание пальчиковой гимнастики « Полезные продукты» Занятие« Овощи и фрукты - витаминные продукты» Дидактическая игра «Вершки и корешки»	Формировать представление о том, какие продукты наиболее полезны для человека. Учить детей выполнять движения соответственно тексту. Расширить представление о пользе фруктов и овощей , как об источниках витаминов. Расширить знания детей об овощах, у которых в пищу употребляют плоды, растущие в земле и на кусте.	Консультация для родителей «Основные свойства продуктов питания»
Ноябрь	Беседа «Кто умеет жить по часам» Занятие «Будем спортом заниматься, чтоб здоровыми расти» Беседа «Вместе весело гулять» Игротека подвижных игр: «Мышеловка» «Караси и щука» «Сделай фигуру»	Формировать представление о значении режима дня и важности его соблюдения. Расширить представление детей о необходимости занятия спортом . Рассказать о необходимости и важности прогулок на свежем воздухе. Учить детей ходить и бегать врассыпную. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.	Индивидуальная беседа «Значение режима дня в жизни дошкольника.

Декабрь	Беседа «Каши разные нужны, каши разные важны» Чтение Н.Ю. Чуприной «Спорщицы» Бесед а «Час обеда наступил» Сюжетно – ролевая игра «Сервируем стол к обеду»	Формировать представление о завтраке, как обязательной части ежедневного меню. Формировать представление о каше, как о полезном продукте. На основе прочитанной сказки закрепить знания о пользе каши. Формировать представление об основных блюдах, входящих в состав обеда. Закрепить умение правильно раскладывать столовые приборы, и знать их предназначение.	Дегустационный конкурс для родителей и детей «Наша каша вкуснее всех» Консультация для родителей «Как организовать воскресный обед»
Январь	Беседа. « Полдник. Время есть булочки» Показ презентации «Откуда хлеб к нам пришел?» Беседа «Пейте дети молоко – будете здоровы» Чтение Н.Ю. Чуприной «Молоко, йогурт, кефир»	Формировать представление о продуктах, которые могут быть включены в меню полдника. Формировать представление о пользе хлеба и хлебобулочных изделий, и о процессе их изготовления. Формировать представление о пользе молока для растущего организма. Рассказать детям на примере прочитанной сказки о пользе молочных продуктов.	Консультация для родителей «Вредные продукты. Какие болезни мы приготовили для своих детей?»
Февраль	Составление рассказа «Что я больше всего люблю кушать на ужин» Беседа «На вкус и цвет товарищей нет». Дидактическая игра «Определи на вкус»	Расширить представление о блюдах, которые могут быть включены в меню ужина. Познакомить детей с разнообразием вкусовых свойств различных продуктов и блюд. Формировать умение описывать вкусовые свойства продукта.	Памятка для родителей «Авитаминоз. Причины симптомы и лечение» Дискуссионная гостиная «Любимое блюдо моего ребенка»
Март	Беседа «Вода - источник жизни»	Формировать представление у детей о воде как источнике жизни. Воспитывать бережное	Памятка для

	Занятие « О чем поспорили Пепси-кола и вода» Беседа «Как утолить жажду»	отношение к воде. Обобщить знания детей о пользе воды и вреде Пепси-колы для здоровья человека. Расширить представление о разнообразии напитков, пользе различных видов напитков	родителей. «Почему у ребенка пропадает аппетит. Консультация для родителей «Вред жевательной резинки»
Апрель	Беседа «Что нужно есть, если хочешь стать сильнее» Сюжетно – ролевая игра «Накорми себя сам» Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты». Беседа «Мы со спортом дружим, он для здоровья нам нужен»	Формировать представление о высококалорийных продуктах питания. Дать представление о том , как правильно составить свой рацион питания. Закрепить навыки в составлении полезного рациона. Формировать знания детей, о полезных и вредных продуктах питания. Формировать у детей осознанное отношение к здоровью и потребности к здоровому образу жизни.	Папка – передвижка «Правила хорошего аппетита» Памятка для родителей «Полезные для зубов продукты»
Май	Итоговый мониторинг по образовательным областям детей разновозрастной группы Развлечение «Веселое путешествие в страну полезных продуктов»	Исследовать знания детей в области правильного питания. Закрепить полученные знания о пользе здоровой пищи. Воспитывать культуру правильного питания. Закрепить знания детей о свойствах полезных продуктов и витаминов.	

C=RU, O=ГБОУ СОШ с.Константиновка, CN=Абрашкина Е_ Н_, E=konst_sch@samara.edu.ru
00b472b3ae1c1bebc6
2022-12-20 14:48:49