



Отчет о проведении мероприятий в рамках месячника

«Организация правильного питания».

Русская пословица гласит: «В здоровом теле – здоровый дух!» К сожалению, многие из нас не задумываются, что здоровье человека во многом зависит от того, чем и как мы питаемся.

С целью привлечения внимания родителей, детей, педагогов к проблеме здорового питания в МБДОУ «Детский сад №2» в период с 21 ноября по 25 декабря был проведен месячник «Организация правильного питания».

Образовательная деятельность по формированию культуры и навыков здорового питания проводилась в ходе массовых мероприятий и индивидуальной работы с воспитанниками, родителями, педагогами по направлениям:

- ✚ Пропаганда здорового питания среди всех участников образовательных отношений.
 - ✚ Расширение и уточнение представлений детей о правильном питании.
 - ✚ Формирование представлений о продуктах ежедневного рациона, позитивного отношения к разнообразным продуктам и блюдам.
 - ✚ Воспитание интереса в сохранении собственного здоровья, желания употреблять полезную для здоровья пищу.
 - ✚ Воспитание у дошкольников культурно – гигиенических навыков.
- 



С детьми старшей и подготовительной групп воспитателями Бурлаковой В.А., Павловой Е.М. были проведены занятия «Витамины и полезные продукты», «Вкусная здоровая пища», где дети в игровой форме познакомились с витаминами А, В, С, Д и продуктами, в которых содержатся данные витамины.



Воспитанники участвовали в дегустации различных овощей и фруктов.



Старшие дошкольники приняли участие в выставке детских работ на темы: «Домашние заготовки», «Овощи в банке», «Спелые яблочки». Воспитанники через свои работы показали, что овощи и фрукты – богатый кладезь витаминов.





Воспитателями всех возрастных групп с детьми были организованы беседы: «Если хочешь быть здоров!» (старшая группа), «Все ли полезно, что вкусно?» (подготовительная группа), «О пользе геркулесовой каши» (средняя группа), «Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты» (младшая группа).

Вместе с детьми организовали чтение художественной литературы по теме правильного питания, старших дошкольников познакомили с разделами энциклопедии «Наш организм», «Полезная пища», «Витамины».

Для закрепления знаний у дошкольников по формированию культуры здорового питания воспитатели широко использовали дидактические игры, игровые упражнения. Были организованы игры: «Где живут витамины?», «Съедобное – несъедобное», «Витаминная горка», «Помоги повару» и др.

Лото «Полезные продукты»



*Дидактическая игра
«Пирамида здоровья»*



у

С помощью игровых заданий, проблемных ситуаций Гулидова Е.Е., учитель – логопед, закрепила у старших дошкольников обобщающее понятие «продукты питания», правильное название некоторых блюд.



Кроме того, для педагогов была подготовлена лекция: «Вредность продуктов быстрого приготовления», в уголках для родителей и на сайте учреждения была размещена красочная информация по теме: это буклеты «О вреде газированных напитков», «О чипсах и сухариках», памятки: «Основные принципы здорового питания», «Салаты каждый день – вкусно и полезно!», «Азбука здорового питания», консультации: «Режим питания», «Детское ожирение», «Сбалансированное питание – основа здоровья ребенка» и т.д.

Мы уверены, что наши воспитанники запомнили, что от правильного питания зависит их здоровье. Взрослые прислушаются к нашим рекомендациям и будут готовить правильную, здоровую еду без острого, жирного, с меньшим количеством соли и сахара, а предпочтение будут отдавать овощам и фруктам. Это будет отличным примером для ребенка и залогом семейного здоровья!

