

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 472**

620014, г. Екатеринбург, пер. Северный, 4 E-mail: madou472@yandex.ru, тел/факс: 8(343) 310-27-

«Разговор о правильном питании»

Подготовила: Курмашева Лариса Александровна, воспитатель;

Пояснительная записка.

Формирование основ правильного питания ребенка – это, прежде всего, овладение полезными навыками, которые помогут ему в повседневной жизни.

Воспитание культуры здорового питания – одна из актуальных тем, которая должна рассматриваться всеми. Непременной основой здоровья ребенка, независимо от его возраста, является полноценное питание и культура поведения. Как показывает практика, в домашних условиях питание детей зачастую не рационально (неумеренно, однообразно, нарушен режим питания), в дошкольных образовательных учреждениях многие педагоги избирают чрезмерно консервативный подход к формированию культуры питания.

Цель проекта: приобщение воспитанников к культуре здорового питания.

Задачи:

- Продолжить формирование у воспитанников поведения в соответствии с культурными нормами здорового питания;
- повысить интерес у родителей (законных представителей) к формированию культуры здорового питания у детей;
- выявить опыт среди педагогических работников в МАДОУ детский сад №472.
- ООП ДО задачи: охрана и укрепление здоровья детей, обеспечение их физической и психологической безопасности, эмоционального благополучия; создание комфортных условий жизнедеятельности, в которых каждый ребенок чувствует себя защищенным и уверенным в том, что его любят и принимают таким, какой он есть;
- развитие социальных, нравственных, физических, интеллектуальных, эстетических качеств; создание благоприятных условий для гармоничного развития каждого ребенка в соответствии с его возрастными, гендерными, индивидуальными особенностями и склонностями;

В реализации данного игрового проекта принимают участие: дети дошкольного возраста, педагоги, родители.

Ожидаемые результаты: воспитанники знают о культуре здорового питания, о поведении в соответствии с культурными нормами; вырос интерес родителей.

Формы и методы, которые использовались ранее: рассматривание рисунков, фотографий; свободное и тематическое рисование; рассказы, беседы; сюжетно – ролевые игры; чтение художественной литературы. Это оказалось малоэффективным.

Этапы реализации:

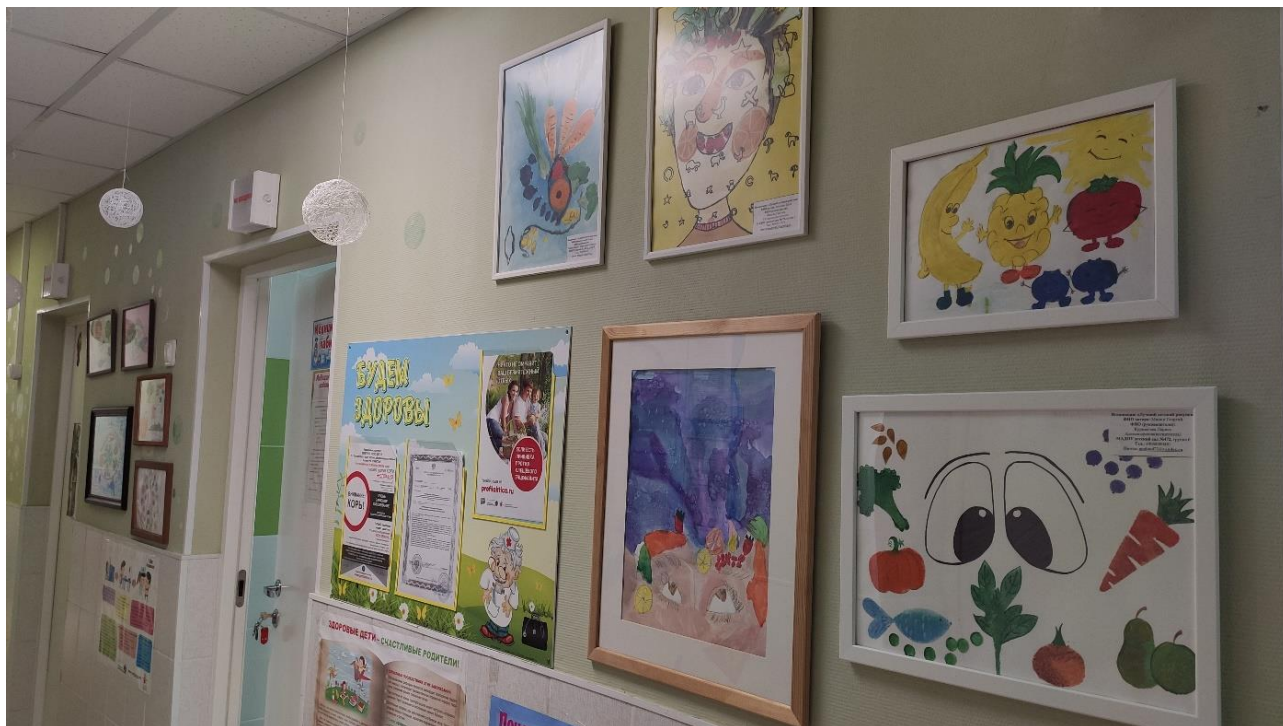
План реализации		
1	Организовать центр в каждой группе «Культура питания»; Иметь представление о полезных продуктах, правильной сервировке стола.	Воспитатели, младшие воспитатели.

2	Оформить вернисаж «Здоровое питание» в детском саду.	Воспитатели, дети, родители.
3	Работа с родителями: организовать в каждой группе выставку детско-родительских рисунков на тему: «Воспитание культуры здорового питания детей дошкольного возраста». Продолжить работу по формированию культуры здорового питания в детском саду путем сотрудничества с родителями.	
4	Сделать картотеки: сюжетно-ролевые игры, дидактические игры.	Воспитатели
5	Провести мастер-класс для педагогов на тему: «Воспитание культуры здорового питания детей дошкольного возраста».	Муз.рук., логопед
6	Провести развлечение по теме «Воспитание культуры здорового питания детей дошкольного возраста» с детьми. Закрепить соблюдение детьми правил питания; помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания: еда должна быть не только вкусной, но и полезной.	Инструктор по ф. к., педагог- психолог
7	Экскурсия на пищеблок с целью показа места приготовления пищи. Беседа «Как правильно питаться, чтобы быть сильным и здоровым». Цель: -уметь ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные.	Воспитатели, повара.
8	Просмотр и обсуждение презентации «Витамины в нашей жизни», «Здоровое питание – здоровые зубы». Цель: иметь представление, в каких продуктах содержатся витамины и какую роль они играют в нашей жизни.	Воспитатели
9	Закрепить умения правильно пользоваться столовыми приборами, есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом. Продолжать прививать навыки культуры поведения: выходя из-за стола, тихо задвигать стул, благодарить взрослых. Обучать детей правилам поведения за столом можно как на специально организованных занятиях, так и во время приема пищи. Воспитатель должен демонстрировать правила этикета, разумность и необходимость их соблюдения. Умение накрывать на стол.	Воспитатели, младшие воспитатели, родители.

1. Центр в каждой группе «Культура питания»;



2. Оформили вернисаж работ: «Здоровое питание», «Моя здоровая семья».



4. Подготовили картотеки: сюжетно-ролевые игры, дидактические игры.



5. Проведен мастер-класс для педагогов на тему: «Воспитание культуры здорового питания детей дошкольного возраста».



6. Провели развлечение по теме: «Воспитание культуры здорового питания детей дошкольного возраста» с детьми.



**7. Экскурсия на пищеблок с целью показа места приготовления пищи.
Беседа «Как правильно питаться, чтобы быть сильным и здоровым».**



8. Просмотр и обсуждение: «Витамины в нашей жизни», «Здоровое питание – здоровые зубы».



9. Закрепить умения правильно пользоваться столовыми приборами, есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом.

Умение накрывать на стол.



Заключение

Реализация данного проекта позволила расширить и обогатить знания детей о правильном питании и его пользе.

Совместная проектная деятельность объединила воспитателей, детей и родителей в общей творческой работе и сплотила детско-взрослый коллектив.

В результате работы над проектом у детей повысился интерес к своему здоровью посредством организации здорового питания.