

Утверждаю:
Заведующий
МБДОУ «Детский сад № 281» г.о. Самара

Л.П.Михайлина
Приказ № 89-од от «26» августа 2023 г.

ПЛАН
мероприятий с обучающимися (воспитанниками) МБДОУ «Детский сад № 281» г.о. Самара по формированию культуры питания и культуры поведения за столом на 2023-2024 уч. год

Цель: формирование у детей основы культуры питания как составляющей здорового образа жизни, создание условий для организации здорового полноценного питания в ДОУ и семье.

Задачи:

- Развивать умение есть самостоятельно, в соответствии со своими возрастными возможностями;
- Закреплять представления о разнообразии блюд, приготовленных поварами, их значении в развитии ребенка, о продуктах, используемых для приготовления;
- Формировать навыки культурного поведения за столом, вежливого обращения, умения пользоваться столовыми приборами, салфеткой;
- Воспитывать умение ценить чужой труд, быть благодарным.

Образовательная область	Содержание и формы работы с детьми
Познавательное развитие	Наблюдения (за работой помощника воспитателя, поваров, старшей медицинской сестры, врача-педиатра); • Экскурсии (Знакомство с кухней; медицинским кабинетом и др.); • Решение, моделирование обучающих ситуаций по программе «Разговор о здоровье и правильном питании» («Если хочешь быть здоров, что для этого надо делать?», «Мы идем в магазин», «Как сделать кашу вкуснее?», «Как утолить жажду», «Что помогает быть сильным и ловким», «Чем должен питаться здоровый человек?», «» и др.); • Работа с рабочими тетрадями, решение логических задач. • Конкурсы-викторины «Знатоки молока», «Витаминиада», «Хлеб в сказках и рассказах» и др.

Социально-коммуникативное развитие	• Беседы, обсуждение с детьми различных ситуаций возникающих в результате неправильного питания («Чем надо питаться, чтобы стать сильнее?», «Что случилось с Вини Пухом?», и др); • Ситуативный разговор /решение проблемных ситуаций/ («Где взять витамины зимой?», «Что значит: летний день – год кормит», «Как можно самим на окошке вырастить витамины?»); • Сюжетные – ролевые игры («Семья», «Супермаркет», «Приглашаем гостей», «Поварята», «Кафе», «Овощной магазин», «Кухня», и др.); • Игры с правилами /настольно-печатные, дидактические («Фруктовое лото», «В лес за ягодами», «Во саду ли, в огороде», и др.); • Составление и отгадывание загадок по теме: «Ягоды, овощи, фрукты»
Физическое развитие	• Подвижные игры («Кто быстрее соберет урожай овощей», «У медведя во бору», «Съедобное-несъедобное», «Щука и караси», «Огуречик», «Яблонька» «Игра в классики» и др.); • Игровые упражнения, пальчиковая гимнастика («Соберем орешки», и др.); • Соревнования со старшими дошкольниками («Чья команда соберет быстрее урожай», «Веселые старты»); • Игры с правилами («Маленькие поварята», «Ждем гостей», «Детский сад», и др.).
Художественно-эстетическое развитие	• Организация и проведение детских творческих конкурсов (совместно с родителями) «Щедрая Осень», «Соблюдаем правила здорового питания», «Хлеб всему голова», «Мы за здоровый образ жизни»; • Слушание, исполнение детских музыкальных произведений («На горе – то калина», р.н. мелодия; «Во саду ли, в огороде», р.н. мелодия; и др.); • Музыкальные подвижные игры; • Музыкально-дидактические игры.
Речевое развитие	• Чтение, обсуждение, разучивание детских литературных произведений по формированию ЗОЖ ; • Игры с пословицами и словами «Объясни пословицу», «Пословицы запутались», «Венок из пословиц», Сложные слова» и т.д. • Игровые задания «Подбери рифму»

Ежедневные мероприятия, способствующие формированию культуры здорового питания у детей дошкольного возраста

№	Мероприятие	Ответственные
1	Качественный полноценный завтрак, полдник, обед и ужин	Медсестра, повар, воспитатели
2	Гигиенические процедуры до и после приема пищи	Воспитатели, помощники воспитателя
3	Систематическое наблюдение за состоянием здоровья воспитанников	медсестра
4	Беседы с детьми о соблюдении гигиенических правил и культуре поведения за столом:	Воспитатели

Предполагаемые результаты: у детей сформированы представления о необходимости заботы о своем здоровье, о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья; у детей воспитана не только культура питания, но и сформированы первоначальные представления о здоровом образе жизни.

Работа с родителями (законными представителями)

- Организация и проведение общих и групповых родительских собраний на тему: «Организация в ДОУ работы с детьми по организации здорового питания» ;
- Организация консультации «Как вкусно, а главное полезно накормить ребенка дома
- Участие родителей в творческих конкурсах-выставках детских работ «Щедрая Осень», «Мы за здоровый образ жизни» и др., «Кулинарный конкурс»;
- Активное участие родителей в подготовке и проведении тематических праздников, досугов «Дары Осени», «Масленица», «Праздник Урожая», «День здоровья», «В гостях у Витаминки», «Ягоды, овощи, фрукты – полезные продукты» и др.;
- Изготовление пособий, мягких модулей «Пирамиды здорового питания»
- Фотовыставка совместной деятельности дошкольников и родителей
- Анкетирование «Необходимость работы с детьми по формированию первоначальных представлений о здоровом питании»