

План мероприятий для формирования культуры здорового питания

Мероприятие	Цель	Ответственные	Сроки реализации
<p>Тематика родительских уголков (родительских собраний)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Организация питания в выходные дни</li> <li>- Рецепты витаминных блюд</li> <li>- Рекомендуемые нормы содержания витаминов в питании ребенка</li> <li>- Правила поведения за столом</li> <li>- Здоровье ребенка в руках взрослых</li> <li>- молоко – источник здоровья</li> <li>- Питание – основа жизни</li> <li>- Режим дня – залог здоровья дошкольника</li> <li>- Физическое развитие дошкольника</li> <li>- мастер классы от родителей</li> </ul>	<p>Помочь родителям в получении информации о правильном питании, здоровье дошкольника</p>	<p>Воспитатели групп, старшая медсестра</p>	<p>В течение года</p>
<p>Тематика бесед с детьми дошкольного возраста <i>Форма проведения – игра</i></p>			
<p>«Овощной салат»</p>	<p>Дать детям представления по необходимости питания.</p> <p>Закрепить знания детей об овощах, рассказать детям о пользе овощей для</p>	<p>Воспитатели групп</p>	<p>Сентябрь</p>

	здоровья		
«Хлеб – всему голова»	Рассказать детям откуда появляется хлеб на нашем столе, познакомить ребят с разными видами хлеб, их пользой для здоровья		Октябрь
«Фруктовый салат ( мусс) »	Закрепить знания детей о фруктах, познакомить детей с их свойствами.		Ноябрь
«Полдник. Время есть булочки»	Формировать представление о полднике, как обязательной части ежедневного меню, формировать представление о продуктах и блюдах, которые могут быть включены в меню полдника		Декабрь
«Пейте дети молоко – будете здоровы»	Рассказать детям о пользе молока и молочных продуктов	Воспитатели групп	Январь
«Пора ужинать»	Формировать представление об ужине как обязательной части ежедневного меню, расширить представление о	Воспитатели групп	Февраль

	блюдах, которые могут быть включены в меню ужина		
«Что не надо кушать»	Дать детям представление о самых вредных для организма продуктах		Март
«Завтрак для космонавта»	Рассказать детям о профессии космонавта и необходимости здорового питания в космосе		Апрель
«Как утолить жажду»	Формировать представления о роли воды для организма человека, расширить представление о разнообразии напитков и вреде различных видов напитков	Воспитатели групп	Май
Интерактивная игра «Здоровье в тарелке»	Закрепить знания детей о полезных и вредных продуктах	Воспитатели групп	Июнь
Массовые мероприятия (досуги, развлечения, праздники)			
Физкультурный досуг «Праздник картошки»	Формировать у детей привычку к ЗОЖ	Воспитатели групп, музыкальный руководитель	Сентябрь

		ль, родители	
Развлечение с родителями «Быть здоровыми хотим»	Формировать у детей привычку к ЗОЖ	Воспитатели групп, музыкальный руководитель, родители	В рамках проведения недели здоровья (по плану)
Викторина «Здоровейка»	Закрепить знания детей о пользе тех или иных продуктов питания.	Воспитатели групп	1 раз в квартал
Развлечение «Праздник урожая»	Расширить представления детей о сезонных витаминах – овощах и фруктах	Воспитатели групп, музыкальный руководитель	Октябрь
Встреча с родителями «За чашкой чая»: «Вопрос – ответ на тему «Столовый этикет»	Расширить представления родителей и детей о правилах и нормах столового этикета, необходимости привития детям этих норм и правил детям.	Воспитатели групп	Декабрь
Встреча с родителями «Конкурс кулинарных рецептов»	На конкурсной основе выявить наиболее полезный рецепт блюда и	Зам. зав. по ВР, воспитатели и группы,	Март

	<p>порекомендовать его для приготовления дома.</p>	<p>родители.</p>	
<p>Конкурс рисунков «Самые полезные продукты»</p>	<p>Закрепить знания детей о пользе тех или иных продуктов</p>	<p>Зам. зав. по ВР, воспитатель и группа, родители.</p>	<p>Май</p>