

ПОРТФОЛИО

КОЗЛОВОЙ НАДЕЖДЫ ЮРЬЕВНЫ

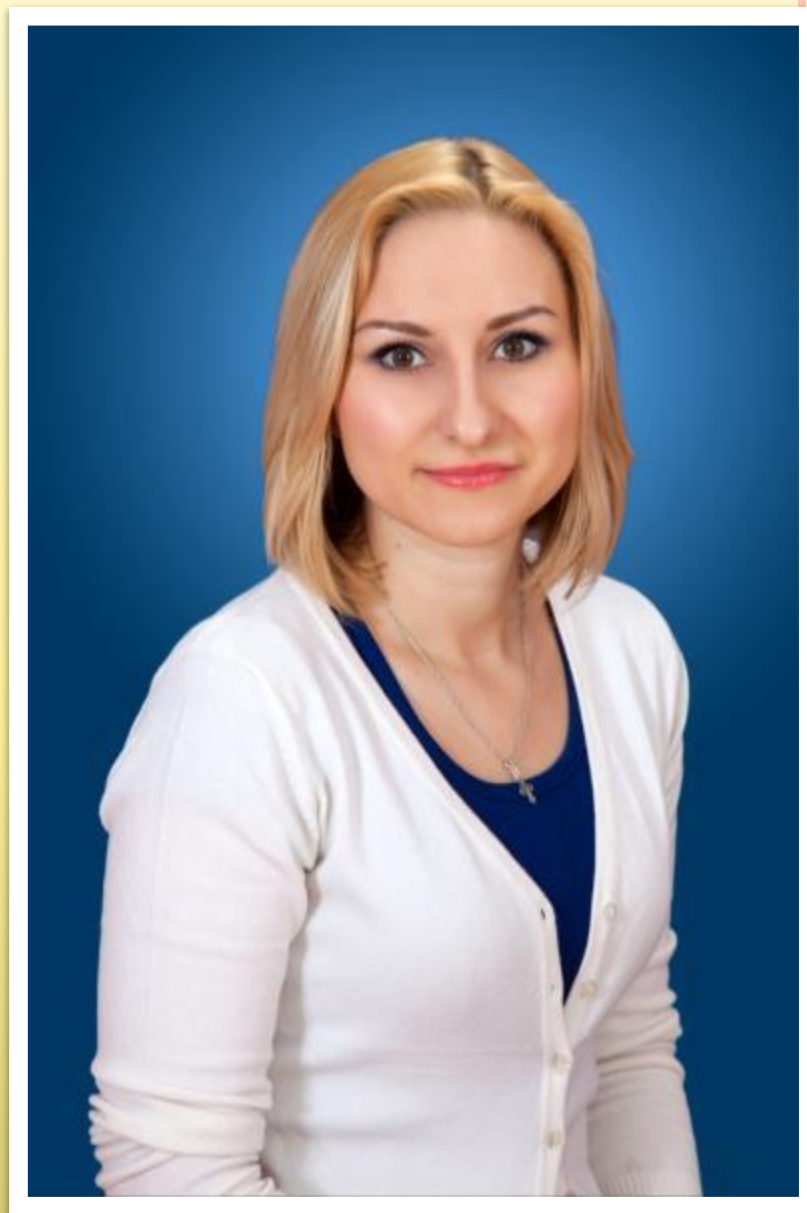
ВОСПИТАТЕЛЯ МБДОУ

ДЕТСКОГО САДА №5

КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА Г.ОРЛА

Козлова
Надежда Юрьевна

- воспитатель МБДОУ №5 г. Орла. Закончила Мезенский педагогический колледж по специальности «Дошкольное образование» С 2013 г. работаю в ДОУ №5. Педагогический стаж 2 года.
- Работаю над проблемой формирования знаний основ здорового питания у детей дошкольного возраста.



В последнее время в обществе остро встаёт проблема снижения уровня показателей здоровья детей.

Неконтролируемый поток рекламы (чипсов, газированных напитков, шоколадных батончиков, всевозможных конфет) формирует неправильный стереотип питания у детей. Сегодня рацион питания многих детей не соответствует рекомендациям специалистов: более 80% родителей указывают на то, что испытывают трудности при организации питания в семье, а их дети предпочитают полезным продуктам и блюдам сладости и фаст - фуды.

- Научить человека быть здоровым с детства – актуальная задача образовательных организаций. Ее решение - организация правильного питания.



- Практически все фрукты, ягоды и овощи приносят пользу здоровью и улучшают наше самочувствие. Кроме того, они легкодоступны и содержат минимум калорий. Удивительно, что при таком обилии полезных качеств наши дети получают не так много фруктов и овощей.



АПРОБАЦИЯ ПРОГРАММЫ
«РАЗГОВОР О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ»
Безруких М.М., Филипповой Т.А., Макеевой А.Г.
НА БАЗЕ МБДОУ №5 г.Орла.

Основной целью работы в рамках реализации данной программы является:

- формирование у детей представления о необходимости заботы о своём здоровье и о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья.

Исходя из поставленной цели, были сформулированы следующие задачи:

- -расширять знания детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила;
- -формировать представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности;
- -воспитывать у детей культуру здорового питания;
- -просвещать родителей в вопросах организации правильного питания детей.



Непосредственно образовательная деятельность в рамках программы «Разговор о правильном питании» включила в себя следующие формы работы

- 1. Беседы
- 2. Составление рассказов по картинкам
- 3. Дидактические игры
- 4. Театрализованные игры.
- 5. Игры - инсценировки
- 7. Проекты
- 6 Наблюдение и экспериментирование и т. д.



СМОТР - КОНКУРС «ОГОРОД НА ОКОШКЕ» МАРТ 2015Г.



УЧАСТИЕ В МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЕ В ДОУ.

- Мастер класс для педагогов «В поисках весны» апрель 2014г.



ПРАЗДНИКИ В ДЕТСКОМ САДУ.



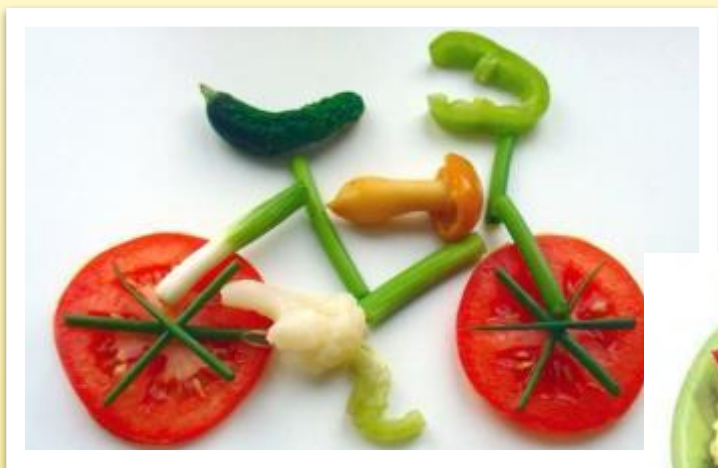
КОНКУРС «СКАЗКА НА УЧАСТКЕ»



РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ. КОНКУРС ПОДЕЛОК ИЗ ФРУКТОВ И ОВОЩЕЙ «ЩЕДРАЯ ОСЕНЬ» ОКТЯБРЬ 2015Г.



ОФОРМЛЕНИЕ БЛЮД.



МАТЕРИАЛЫ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ.



Овощи

Занимаемся по теме

Знает ли Ваш ребенок?

- ◆ Названия овощей?
- ◆ Какую пользу приносят овощи?
- ◆ Какой они формы, цвета, текстуры, какие они на вкус?
- ◆ Где растут?
- ◆ Из и как готовят из овощей?
- ◆ Зачем и как заготавливают их на зиму?



Вместе с Вами учим детей:

- Называть овощи в единственном и множественном числе:
- огурец – огурцы, тыква – тыквы...
- Образовывать существительные с уменьшительно-ласкательными суффиксами: помидор – помидорчик, лук – лукошко...
- Использовать в речи прилагательные: Качественные: мягкий, гладкая, круглая, горький, полезный

Эти игры помогут закрепить полученные знания:

«Идиное слово»

МЯ, машина, морковь, кукиа; картошка, авека, огурец...

«Назови ласково»

Редис – редисочка, укроп – укролтик...

«Назови сок, пюре, кашу»

Сок из помидора – томатный, томатное, томатна; из огурца – огуречный, огуречное, огуречная.

«Один – много»

Кочан – много кочанов, лук – лука, помидор – помидоров...

«Счет овощей»

Один кабачок, два кабачка, три кабачка – пять кабачков.

«Расскажи все!»

О луке: луковица круглая, оранжевая, гладкая. В ней много слоев, лук сонный, горький. Когда его чистишь, то плачешь. Лук растет на огороде, в грядке. Осенью его выкапывают. Лук добавляют в суп, салат, котлеты. Он очень полезный. На зиму его сушат, маринуют. Продается лук в овощном магазине.

Заполни и повтори!

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПИТАНИЯ

- 400** различных заболеваний, связанных с нерегулярной и несбалансированной диетой, имеют профилактику
- 500** тысяч случаев острой кишечной инфекции и пищевых токсикоинфекций регистрируется в России ежегодно
- 17%** случаев конъюнктивита, кератита, блефарита, конъюнктивита могут привести к развитию острой бактериальной конъюнктивиты при несоблюдении правил гигиены

НЕ СТОИТ НЕДОУЧИВАТЬ опасность пищевых бактериальных отравлений!

БОТУЛИЗМ!

Ботулизм – это острое инфекционное заболевание, вызываемое бактерией Clostridium botulinum. Бактерия выделяет ядовитый токсин, который может вызвать паралич и даже смерть. Основные симптомы: двоение в глазах, сухость во рту, мышечная слабость, нарушение глотания. Лечение: введение сыворотки против ботулизма.

5 признаков острой кишечной инфекции:

1. Сильнейшее желание рвоты и тошнота
2. Боль в животе
3. Частый жидкий стул
4. Головокружение
5. Повышение температуры

3 признака пищевой токсикоинфекции:

1. Сильная тошнота и рвота
2. Частый жидкий стул
3. Головокружение

ПОМНИТЕ!

Если вы не уверены в качестве продуктов, лучше отказаться от их употребления. Не употребляйте просроченные продукты. Не употребляйте продукты, которые вызывают аллергию. Не употребляйте продукты, которые вызывают расстройство желудка.

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

Питание – это важнейший фактор здоровья и долголетия. Оно обеспечивает организм всеми необходимыми веществами для жизнедеятельности. Правильное питание – это сбалансированная диета, которая обеспечивает организм всеми необходимыми веществами.

1. Употреблять продукты, богатые клетчаткой.
2. Употреблять продукты, богатые белком.
3. Употреблять продукты, богатые жирами.
4. Употреблять продукты, богатые углеводами.
5. Употреблять продукты, богатые витаминами.

Здоровое питание – здоровый образ жизни

РОДИТЕЛЯМ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

ПРАВИЛА ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ

Питание детей – это важнейший фактор их здоровья и развития. Оно обеспечивает организм всеми необходимыми веществами для жизнедеятельности. Правильное питание – это сбалансированная диета, которая обеспечивает организм всеми необходимыми веществами.

1. Не стоит особо переживать за ребенка. В еде он сам знает, что ему нужно.
2. Если ребенок отказывается от еды, не стоит заставлять его есть. Лучше подождать, пока он захочет есть.
3. Не стоит кормить ребенка насильно. Это может привести к ожирению.
4. Не стоит давать ребенку сладости. Это может привести к кариесу.
5. Не стоит давать ребенку жирную пищу. Это может привести к ожирению.
6. Не стоит давать ребенку жареную пищу. Это может привести к ожирению.
7. Не стоит давать ребенку соленую пищу. Это может привести к ожирению.
8. Не стоит давать ребенку холодную пищу. Это может привести к ожирению.
9. Не стоит давать ребенку горячую пищу. Это может привести к ожирению.
10. Не стоит давать ребенку много еды. Это может привести к ожирению.
11. Не стоит давать ребенку мало еды. Это может привести к ожирению.
12. Не стоит давать ребенку неправильную пищу. Это может привести к ожирению.
13. Не стоит давать ребенку правильную пищу. Это может привести к ожирению.
14. Не стоит давать ребенку здоровую пищу. Это может привести к ожирению.
15. Не стоит давать ребенку нездоровую пищу. Это может привести к ожирению.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

«ЗНАКОМСТВО С ОКРУЖАЮЩИМ МИРОМ И РАЗВИТИЕ РЕЧИ»

ОВОЩИ в картинках

✓ баклажан	✓ редька
✓ горох	✓ репа
✓ кабачок	✓ сельдерей
✓ капуста	✓ свекла
✓ картофель	✓ томат
✓ лук	✓ тыква
✓ морковь	✓ укроп
✓ огурец	✓ фасоль
✓ перец	✓ чеснок
✓ петрушка	✓ щавель
✓ редис	

Наглядное пособие для педагогов, логопедов, воспитателей и родителей



Т.А. ШОРЫГИНА

Фрукты Какие они



Т.А. ШОРЫГИНА

Ягоды Какие они



◆ ЗНАКОМСТВО С ОКРУЖАЮЩИМ МИРОМ
◆ РАЗВИТИЕ РЕЧИ




А. ЛОПАТИНА
М. СКРЕБЦОВА

ОВОЩИ ЦЕЛИТЕЛИ



«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ»

Элизабет Дэвид



из овощей

Плоды земли

Тема: Фрукты

Комплект из 4 плакатов с методическим пособием



Книга.ру
ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН

ФРУКТЫ

Демонстрационный материал
Разработан ИИРА
Казанского ЦИТО
Палатин



УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКТ



Т.А. ШОРЫГИНА

ОВОЩИ Какие они?



◆ ЗНАКОМСТВО С ОКРУЖАЮЩИМ МИРОМ
◆ РАЗВИТИЕ РЕЧИ



Грамоты, достижения:



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!!

