



## «Организация питания в детском саду»

В проекте принимали участие дети  
средней группы «Теремок».  
Воспитатели: Лубенцова Е.Б.,  
Лихачева О.Н.  
ЦРР д/с 164,  
г. Воронеж.

**2017г.**

*Rylik.ru*



## Актуальность

С самого раннего детства у ребенка формируются вкусовые пристрастия и привычки. В их формировании важнейшую роль играет семья. Именно в дошкольном возрасте важно сформировать у детей правильное представление о здоровом питании, способствовать пониманию того, что здоровое питание должно являться неотъемлемой частью повседневной жизни. Без преувеличения можно сказать, что правильное питание – это залог хорошего самочувствия, работоспособности, активной деятельности, отличного настроения, важнейшее и неременное условие нашего здоровья и долголетия.

Мы постоянно ищем все новые и новые способы позаботиться о своем здоровье, и в этом поиске забываем о самых простых и естественных вещах: необходимо обратить пристальное внимание детей и родителей на свое питание. Пересмотреть некоторые взгляды в этом направлении явилась основной причиной создания нашего проекта.



© 2012/2013 - Фотосток



**Цель:** формировать у детей представления о правильном питании и здоровом образе жизни.

**Задачи:**

- Информировать детей об особенностях организации питания в детском саду;
- Расширить знания детей о принципах здорового питания, продуктах полезных для здоровья;
- Создать условия для укрепления взаимоотношений между родителями и детьми в процессе выполнения творческих заданий;
- закреплять понятия «овощи», «фрукты», «ягоды», пользе их употребления;
- познакомить с понятием «витамины», их роли в жизни человека;
- предложить родителям составить рецепты полезных блюд для ребенка дома.

**Предполагаемый результат:**

- Понимание детьми значения витаминов для сохранения и укрепления здоровья;
- Понимание необходимости правильного питания;
- Развитие познавательных и творческих способностей детей;
- Повышение речевой активности, активизация словаря по теме «Витамины».

# 1 этап – ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ



© 2010/2011 - Фотосток



1. *Создание развивающей среды:*
  - Уголок для сюжетно-ролевых игр «Фруктовое кафе»; «Магазин «Овощной отдел»;
  - *Подбор дидактических игр:* лото «Овощи и фрукты», «Урожай» и т.д.
2. *Информации для родителей:* папка-передвижка «Азбука витаминов», памятка «Овощи и фрукты – источник здоровья», цикл консультаций «Воспитание основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста»;
3. *Подбор методической и художественной литературы.*
4. *Экскурсия на кухню.*
5. *Дежурство по столовой.*



## 2 этап – основной

**Совместная деятельность педагога с детьми.**

**НОД.** Тема: «Овощи и фрукты полезные продукты».;

**Лепка** «Что созрело в огороде?»

**Беседа** «Где живут витамины».

**Чтение** стихотворения Ю. Тувим «Овощи», И.

Токмаковой «Купите лук», сказки «Репка». Загадывание загадок об овощах, фруктах, ягодах

**Дидактические игры и упражнения:**

«В огороде у козы Лизы»

«Угадай-ка»;

«Съедобное-несъедобное»

«Угадай на вкус»;

«Вершки – корешки»;

«Где что растет?»;

«Братъ - не братъ ягоды»;

**Развивающие игры:**

«Во саду ли, в огороде»;

«Поваренок».



## 2 этап – основной



**Дыхательная гимнастика:** «Щи кипят», «Узнай овощ, фрукт» (развитие глубокого вдоха)

**Пальчиковые игры:** «Рубим капусту», «Мы делили апельсин».

**Сюжетно-ролевые игры:** «Овощной магазин», «Семья» сюжет «Мама варит компот».

**Совместная деятельность родителей и детей.**

- Поиск информации о пользе овощей, фруктов и ягод;
- Чтение и заучивание загадок об овощах и фруктах, ягодах;
- Составление рецептов полезных блюд для стенгазеты «Витаминное меню»;



## 3 этап - заключительный

1. Организация питания в детском саду
2. Размещение рецептов полезных блюд в газете «Витаминное меню»
3. Презентация проекта

### Итог

У детей и их родителей появился интерес к здоровому питанию, дети стали понимать, что еда должна быть не только вкусной, но и полезной.





# Дидактические игры



# Сюжетно-ролевые игры



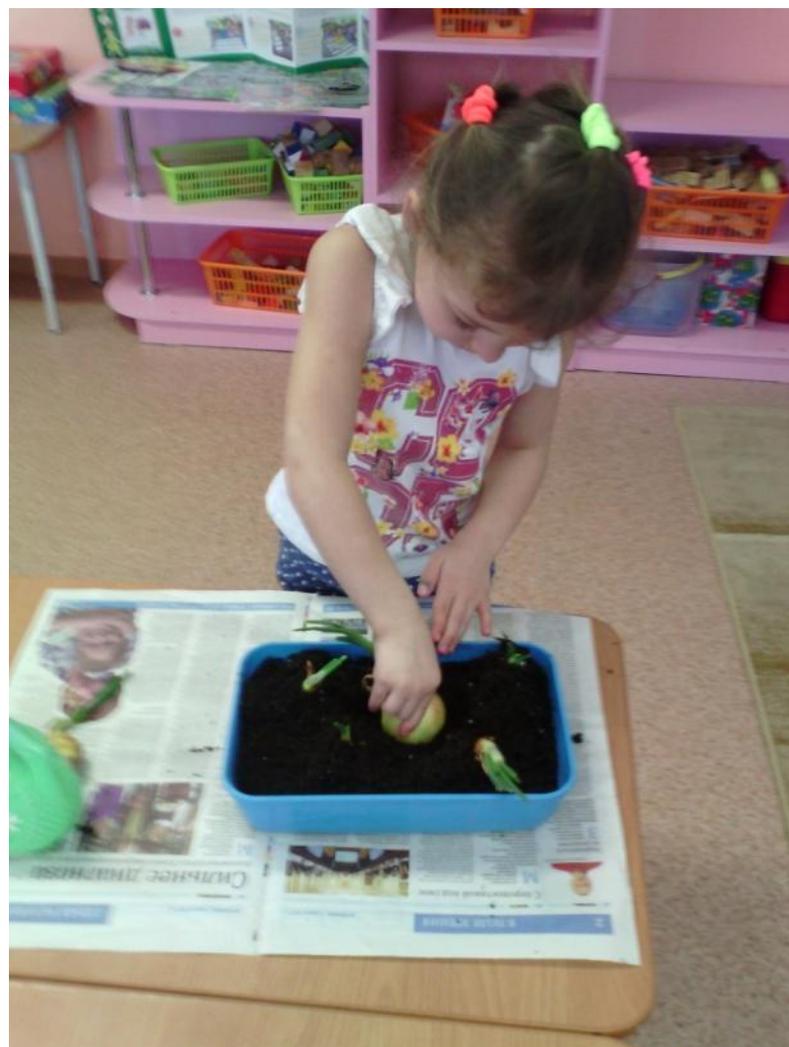
## Беседа с детьми « Где живут витамины»



# Беседа с детьми « Где живут витамины»



## Посадка лука



## Посадка лука



# Папки-передвижки для родителей



# Папки-передвижки для родителей



# Папки-передвижки для родителей



# Экскурсия на кухню



# Дежурство по столовой



# Дежурство по столовой





A decorative border of fresh vegetables and fruits surrounds the central text. The border includes items like tomatoes, bell peppers, onions, cucumbers, eggplants, and leafy greens, arranged in a circular pattern around the center.

***Спасибо за  
внимание!***

*Rylik.ru*