

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 399»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА**

443125, г. САМАРА, ул. НОВО-САДОВАЯ, 365 А
тел.: (846) 952-45-66 факс: (846) 952-94-63 e-mail: mdou399@yandex.ru

**План мероприятий по пропаганде здорового питания
в МБДОУ «Детский сад № 399» г.о. Самара**

№	Наименование мероприятия	Рекомендации	Ответственный
1.	Беседы «Овощи, ягоды и фрукты - витаминные продукты», «Знатоки овощей и фруктов», «Здоровая пища»	Знакомство с «золотыми правилами питания». Рассказывать детям о продуктах питания и их значении для человека, познакомить с понятиями «питательные вещества», «правильное», или «здоровое питание» Развивать любознательность, умение выделять правила здорового питания. Воспитывать у детей отношение к своему здоровью и здоровью окружающих. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.	Старший воспитатель, воспитатели групп
2.	Дидактические игры «Правильное питание» «Витаминный бильярд» «Где растет каша?»	Игровая ситуация «Готовим завтрак, обед, ужин». Вариант: «Приготовим обед для больного человека». Рассказ о продукте, на который попал шарик-витамин. Определить какое растение подарило нам гречку (рис, пшено...). Расскажи, что из нее можно приготовить.	Старший воспитатель, воспитатели групп

«Во фруктовом царстве, овощном государстве»	Составление монологов героев-фруктов, овощей. Создание игровой ситуации «Расскажи все о себе»	
«Грибники»	Игровая ситуация «Заготовка грибов», «Изготовление лекарства из мухоморов», «В лес по грибы».	
«Кто в домике живет?»	<p>Рассматривание картинок, разрешение проблемных ситуаций по заданию воспитателя.</p> <p>Вариант 1. Отгадать какие продукты спрятались за дверью под названием: белки, жиры, углеводы, витамины.</p> <p>Вариант 2. Рассмотреть картинки, скажи к какой группе полезных веществ они относятся, проверь свой ответ, закрыв дверцу, прочитай, что на ней написано.</p> <p>Вариант 3. Предложить решить проблемные ситуации: Что будет, если ребенок не будет есть мясо, рыбу, молочные продукты? Будет мало есть каши и хлеба? Будет много есть сладостей?</p>	
«Назови одним словом»	<p>Игровая ситуация «Что растет в саду, в огороде»</p> <p>Вариант. Расскажи, какой овощ, фрукт ты любишь больше всего? Почему?</p>	
«Витаминный домик»	<p>По названию витаминов вспомнить продукты, в которых он содержится.</p> <p>Вариант 1. Открой окошечко и скажи, семья какого витамина в ней живет.</p> <p>Вариант 2. Как ты думаешь, наши продукты живут в семье витамина А, В, С, D, фосфора, кальция?</p>	

	«Что изменилось»	Составление сравнительного описательного рассказа по картинкам, разрешение предложенной взрослым проблемной ситуации связанной с употреблением в пищу незрелых плодов.	
3.	Творческие задания с контурными картинками овощей и фруктов	<p>1.Раскрась красным цветом овощи и фрукты, содержащие витамин А (зеленым витамин В, желтым витамин С, синим витамин D).</p> <p>2.Раскрась овощи и фрукты, из которых можно приготовить салат (варенье, компот, суп).</p> <p>3.Вырежи овощи и фрукты, содержащие вещества фитонциды?</p> <p>4.Обведи по контуру овощи и фрукты, которые растут в наших садах и огородах.</p>	Старший воспитатель, воспитатели групп
4.	Чтение художественной литературы	<p>Произведения для чтения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. И. Токмакова «Каша» 2. З. Александрова «Вкусная каша». 3. Э. Мошковская «Маша и каша» 4. М. Пляцковский «Кому что нравится». 5. В. Осеева «Печенье». 6. Р. Н. с. «Горшочек каши» 7. В. Гауф. Карлик нос. 8. В. Драгунский. Что любит Мишка. 9. С.Силин. Куда пропал файл? 10. П.Синявский. Яишница – отличница. 11. В. Драгунский. Хитрый способ. 12. А.Усачев.Пудинг. 13. В.Медведев. “Калорийные” ботинки. 14. О.Сердобольский. Бублик. 15. М.Лукашкина. Получаться блины. 16. Д.Герасимова. Лунный пирог. 17. Братья Гримм. Сладкая каша. 18. В. Драгунский. Куриный бульон. 	Старший воспитатель, воспитатели групп

		<p>19. П.Синявский. Окрошкина компания. 20. Л.Фадеева. Салат. 21. А.Шевченко. В гостях у Насти. 22. А.Усачев. Баллада о Конфете. 23. А.Игнатова. Сказка на три голоса. 24. С.Силин. Что как называется 25. Н.Хрущева. Средневековые стихи для улучшения аппетита. 26. М.Тахистова. На кухне. 27. А.Усачев. Компот 28. И.Шевчук. Живет в буфете слово. 29. Р.н. сказка. Три калача и одна баранка. Кашица из топора.</p>	
5.	Проекты	Реализация краткосрочных и долгосрочных проектов «Каша – сила наша», «Правильно питайся – здоровья набирайся», «Еда без вреда»	Старший воспитатель, воспитатели групп
6.	Онлайн-марафон «Здоровая семья – крепкая семья»	Мастер-класс по приготовлению вкусного и полезного блюда. Создание видео рецепта «Полезное блюдо»	Старший воспитатель, воспитатели групп
7.	Театрализованная деятельность	Придумывание сказочных историй и показ театрализованной деятельности по темам: «Как овощи и фрукты о своей пользе спорили», «Какой фрукт (овощ) самый полезный», «Готовим праздничный обед».	Старший воспитатель, воспитатели групп
8.	Оформление выставки книжек-малышек «Здоровое питание»	Создание книжек-малышек с загадками, пословицами, поговорками и стихотворения об овощах и фруктах.	Старший воспитатель, воспитатели групп