

Принят

на заседании педагогического совета
« 31 » 08 2022 г.

Утвержден

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистинск:

« 01 » 09 2022 г.
В.Р.Гайналова

План

по формированию основных представлений о правильном питании
с обучающимися

СП «Детский сад Умка» ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево
2022-2023уч.год

Месяц	Мероприятия с обучающимися	Цели и задачи
Сентябрь	1.Мониторинг по образовательным областям детей старшей группы. 2.Экскурсия на пищеблок. 3.Сюжетно – ролевая игра «Мы готовим обед».	1.Выявить уровень знаний и умений в области здорового питания детей. 2.Познакомить детей с пищеблоком. 3.Закрепить знания детей о столовой посуде и ингредиентах блюд.
Октябрь	1.Беседа « Самые полезные продукты» 2.Разучивание пальчиковой гимнастики « Полезные продукты». 3.Дидактическая игра «Вершки и корешки». 4. Показ презентации «Откуда хлеб к нам пришел?»	1.Формировать представление о том, какие продукты наиболее полезны для человека. 2.Учить детей выполнять движения соответственно тексту. 3.Расширить знания детей об овощах, у которых в пищу употребляют плоды, растущие в земле и на кусте. 4.Формировать представление о пользе хлеба и хлебобулочных изделий, и о процессе их изготовления.
Ноябрь	1.Беседа «Кто умест жить по часам». 2.Беседа «Вместе весело гулять». 3.Игротека подвижных игр: «Мышеловка», «Караси и щука», «Сделай фигуру».	1.Формировать представление о значении режима дня и важности его соблюдения. 2.Рассказать о необходимости и важности прогулок на свежем воздухе. 3.Учить детей ходить и бегать врассыпную. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.
Декабрь	1.Беседа «Каша разные пухны, каша разные важны». 2.Чтение Н.Ю. Чуприной «Спортивная». 3.Беседа	1.Формировать представление о завтраке, как обязательной части ежедневного меню. Формировать представление о каше, как о полезном продукте. 2.На основе прочитанной сказки закрепить знания о пользе каши. 3.Формировать представление об основных

Январь	<p>1.Беседа. « Полдник. Время есть булочки».</p> <p>2.Беседа «Пейте дети молоко – будете здоровы».</p> <p>3.Чтение Н.Ю. Чуприной «Молоко, йогурт, кефир».</p>	<p>1.Формировать представление о продуктах, которые могут быть включены в меню полдника.</p> <p>2.Формировать представление о пользе молока для растущего организма.</p> <p>3.Рассказать детям на примере прочитанной сказки о пользе молочных продуктов.</p>
Февраль	<p>1.Составление рассказа «Что я больше всего люблю кушать на ужин».</p> <p>2.Беседа «На вкус и цвет товарищей нет».</p> <p>3.Дидактическая игра «Определи на вкус».</p>	<p>1.Расширить представление о блюдах, которые могут быть включены в меню ужина.</p> <p>2.Познакомить детей с разнообразием вкусовых свойств различных продуктов и блюд.</p> <p>3.Формировать умение описывать вкусовые свойства продукта.</p>
Март	<p>1.Беседа «Вода - источник жизни».</p> <p>2.Беседа «Как утолить жажду».</p>	<p>1.Формировать представление у детей о воде как источнике жизни.</p> <p>2.Воспитывать бережное отношение к воде.</p>
Апрель	<p>1.Беседа «Что нужно есть, если хочешь стать сильнее».</p> <p>2.Сюжетно – ролевая игра «Накорми себя сам».</p> <p>3.Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты».</p>	<p>1.Формировать представление о высококалорийных продуктах питания. Дать представление о том , как правильно составить свой рацион питания.</p> <p>2.Закрепить навыки в составлении полезного рациона.</p> <p>3.Формировать знания детей, о полезных и вредных продуктах питания.</p> <p>4.Формировать у детей осознанное отношение к здоровью и потребности к здоровому образу жизни.</p>
Май	<p>1.Развлечение «Веселое путешествие в страну полезных продуктом».</p> <p>2.Итоговый мониторинг по образовательным областям детей старшей группы</p>	<p>1.Закрепить знания детей о свойствах полезных продуктов и витаминов.</p> <p>2.Закрепить полученные знания о пользе здоровой пищи.</p> <p>3.Воспитывать культуру правильного питания.</p> <p>4. Исследовать знания детей в области правильного питания.</p>