

«Принято»

Педагогическим советом
ГБОУ лицей № 16 СПДС «Вишенка»
Протокол № 1 от « 29 » августа 2022 г.

«Утверждаю»

Руководитель СПДС «Вишенка»

**План
работы с воспитанниками по формированию навыков здорового
питания в СПДС «Вишенка» на 2022-2023 учебный год**

Месяц	Наименование мероприятий	Цели и задачи	Ответственные
Сентябрь 2022	Мониторинг по выявлению знаний и умений в области здорового питания детей.	Выявить уровень знаний и умений в области здорового питания детей.	Старший воспитатель, воспитатели групп
	Организация проведения цикла бесед с воспитанниками по пропаганде здорового питания: «Если хочешь быть здоровым» «Все ли полезно, что вкусно?»; «Где живут витамины?»; «История разных продуктов»;	Формировать представление о ценностях здоровья, значения правильного питания.	
	Краткосрочный проект «Разговор о правильном питании» (подготовительная группа)	Привить детям навыки здорового образа жизни, необходимость заботы о своем здоровье, формировать представления о продуктах полезных для организма, о важности правильного здорового питания.	
	Сюжетно – ролевая игра «Мы готовим обед»	Закрепить знания детей о столовой посуде и ингредиентах блюд.	

Октябрь 2022	Беседа « Самые полезные продукты»	Формировать представление о том, какие продукты наиболее полезны для человека.	Старший воспитатель, воспитатели групп
	Выставка детских работ из соленого теста «Бабушкина сдоба»		
	Разучивание пальчиковой гимнастики « Полезные продукты»	Учить детей выполнять движения соответственно тексту.	
	ООД 1 младшая группа: «Вредная и полезная еда» 2 младшая группа «Овощи и фрукты - витаминные продукты» Средняя группа «Полезные продукты в сказке и наяву» Старшая группа «Разговор о правильном питании» Подготовительная группа «Лук от семи недуг»-	Расширить представление о пользе фруктов и овощей, как об источниках витаминов.	
	Дидактическая игра «Вершки и корешки»	Расширить знания детей об овощах, у которых в пищу употребляют плоды, растущие в земле и на кусте.	
Ноябрь 2022	Беседа «Кто умеет жить по часам» (старшие группы)	Формировать представление о значении режима дня и важности его соблюдения.	Старший воспитатель, воспитатели групп, инструктор по физической культуре
	Экскурсия на пищеблок	Познакомить детей с местом приготовления пищи.	
	ООД «Будем спортом заниматься, чтоб здоровыми расти»	Расширить представление детей о необходимости занятия спортом.	
	Беседа «Вместе весело гулять»	Рассказать о необходимости и важности прогулок на свежем воздухе.	
	Игротека подвижных игр: «Мышеловка» «Караси и щука» «Сделай фигуру»	Учить детей ходить и бегать враспынную. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.	
Декабрь 2022	Беседа «Каши разные нужны, каши разные важны» (в разных возрастных группах)	Формировать представление о завтраке, как обязательной части ежедневного меню. Формировать представление о каше, как о полезном продукте.	Старший воспитатель, воспитатели групп

	Чтение Н.Ю. Чуприной «Спорщицы»	На основе прочитанной сказки закрепить знания о пользе каши.	
	Беседа «Час обеда наступил» (в разных возрастных группах)	Формировать представление об основных блюдах, входящих в состав обеда.	
	Сюжетно – ролевая игра «Сервируем стол к обеду»	Закрепить умение правильно раскладывать столовые приборы, и знать их предназначение.	
Январь 2023	Беседа. « Полдник. Время есть булочки»	Формировать представление о продуктах, которые могут быть включены в меню полдника.	Старший воспитатель, воспитатели групп
	Показ презентации «Откуда хлеб к нам пришел?»	Формировать представление о пользе хлеба и хлебобулочных изделий, и о процессе их изготовления.	
	Изготовление атрибутов из соленого теста к сюжетно-ролевой игре «Магазин продуктов»		
	Беседа «Пейте дети молоко – будете здоровы»	Формировать представление о пользе молока для растущего организма.	
	Чтение Н.Ю. Чуприной «Молоко, йогурт, кефир»	Рассказать детям на примере прочитанной сказки о пользе молочных продуктов.	
Февраль 2023	Составление рассказа «Что я больше всего люблю кушать на ужин» (старшие группы)	Расширить представление о блюдах, которые могут быть включены в меню ужина.	Старший воспитатель, воспитатели групп
	Проект по формированию культуры здорового питания в средней группе «Правильно питайся - здоровья набирайся!»	Формировать у детей первоначальные знания о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья.	
	Беседа «На вкус и цвет товарищей нет».	Познакомить детей с разнообразием вкусовых свойств различных продуктов и блюд.	
	Дидактическая игра «Определи на вкус»	Формировать умение описывать вкусовые свойства продукта.	
Март 2023	Беседа «Вода - источник жизни»	Формировать представление у детей о воде как источнике жизни. Воспитывать бережное отношение к воде.	Старший воспитатель, воспитатели групп

	Коллаж «Ребятки из банки»		
	ООД « О чем поспорили Пепси-кола и вода»	Обобщить знания детей о пользе воды и вреде Пепси-колы для здоровья человека.	
	Беседа «Как утолить жажду»	Расширить представление о разнообразии напитков, пользе различных видов напитков.	
Апрель 2023	Беседа «Что нужно есть, если хочешь стать сильнее»	Формировать представление о высококалорийных продуктах питания. Дать представление о том , как правильно составить свой рацион питания.	Старший воспитатель, воспитатели групп
	Педагогический проект по формированию культуры здорового питания в старшей группе «Здоровое питание!»	Расширить и уточнить представление у детей о продуктах, приносящих пользу организму, об организации правильного здорового питания.	
	Сюжетно – ролевая игра «Накорми себя сам»	Закрепить навыки в составлении полезного рациона.	
	Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты».	Формировать знания детей, о полезных и вредных продуктах питания.	
	Беседа «Мы со спортом дружим, он для здоровья нам нужен»	Формировать у детей осознанное отношение к здоровью и потребности к здоровому образу жизни.	
Май 2023	Итоговый мониторинг в области правильного питания.	Исследовать знания детей в области правильного питания. Закрепить полученные знания о пользе здоровой пищи. Воспитывать культуру правильного питания.	Старший воспитатель, воспитатели групп
	Развлечение «Веселое путешествие в страну полезных продуктом»	Закрепить знания детей о свойствах полезных продуктов и витаминов.	
	Изготовление макета «Полезная вода»		

