

Реализация программы «Разговор о правильном питании» в МБДОУ «Детский сад №463» г.о. Самара включает три основных этапа:

1 этап (сентябрь) – подготовительный: знакомство с программой детей и родителей.

2 этап (октябрь - апрель) – основной: реализация программы.

3 этап (май) – заключительный: подведение итогов.

Подготовительный этап включает в себя следующие мероприятия:

- организацию и проведение анкетирования родителей «Вкусовые предпочтения вашего ребенка»;
- проведение родительского собрания «Правильное питание – основа здоровья наших детей!»;
- знакомство детей с героями программы и предстоящей деятельностью «Здравствуй, дорогой друг!»

Основной этап включает в себя непосредственно реализацию программы, включая все её элементы:

- в непосредственно образовательную деятельность (НОД), если тема недели согласно основной программы ДОУ органично комбинируется с темой программы «Разговор о правильном питании»;
- в совместную деятельность воспитателя с детьми (рассматривание плакатов и демонстрационного материала; чтение художественной литературы, разучивание стихотворений, пословиц и поговорок, динамических пауз и пальчиковых гимнастик; дидактические и настольные игры; сюжетно – ролевые игры и игры – драматизации; игры – экспериментирование и т.д.);
- в самостоятельную деятельность детей (соблюдение режима дня и выполнение правил гигиены; настольные и дидактические игры; самостоятельное чтение художественной литературы; решение ребусов и разгадывание кроссвордов соответствующей тематики т.д.);
- во взаимодействие с семьями воспитанников (регулярное информирование родителей и о ходе реализации программы; выполнение рекомендаций; участие в конкурсах и т.д.)

Заключительный этап включает в себя следующие мероприятия:

- организацию и проведение анкетирования родителей «Отношение вашего ребенка к своему здоровью»;
- подготовка и проведение игрового досуга «Праздник здоровья».

Календарно – тематический план реализации программы

«Разговор о правильном питании»

МЕСЯЦ	НЕДЕЛЯ	ТЕМА	ПРОГРАММНЫЕ ЗАДАЧИ	МЕТОДИЧЕСКИЙ РЕСУРС
С Е Н Т Я Б Р Ь	3-я	«Здравствуй, дорогой друг!»	познакомить детей с героями программы	[1, 9; 2]
О К Т Я Б Р Ь	1-я	«Если хочешь быть здоров»	выявить круг представлений о здоровом образе жизни	[1, 9; 2]
	3-я	«Самые полезные продукты»	дать представление о том, какие продукты наиболее полезны	[1, 10; 2]
Н О Я Б Р Ь	1-я	«Удивительные превращения пирожка»	дать представление о необходимости и важности регулярного питания	[1, 13; 2]
	3-я	«Кто жить умеет по часам»	сформировать представление о значении режима дня	[1, 17; 2]
Д Е К А Б Р Ь	1-я	«Вместе весело гулять»	дать представление о необходимости и важности ежедневных прогулок на свежем воздухе	[1, 20; 2]
	3-я	«Из чего варят кашу и как сделать кашу вкусной»	формировать представление о завтраке, как о необходимом компоненте ежедневного рациона	[1, 23; 2]
Я Н В А Р Ь	3-я	«Плох обед, если хлеба нет»	формировать представление об обеде, как обязательном дневном приеме пищи	[1, 29; 2]
Ф Е В	1-я	«Время есть булочки»	формировать представление о полднике, как возможном приеме пищи между обедом и ужином	[1, 36; 2]

Р А Л Ь				
	3-я	«Пора ужинать»	формировать представление об ужине, как обязательном вечернем приеме пищи	[1, 40; 2]
М А Р Т	1-я	«На вкус и цвет товарищей нет»	дать представление о разнообразии вкусовых ощущений от разных продуктов	[1, 43; 2]
	3-я	«Как утолить жажду»	сформировать представление о значении жидкости для организма человека	[1, 46; 2]
А П Р Е Л Ь	1-я	«Что помогает быть сильным и ловким»	сформировать представление о связи рациона питания и занятий спортом	[1, 51; 2]
	3-я	«Витаминные продукты»	дать представление о пользе фруктов, ягод и овощей для организма	[1, 55; 2]
М А Й	3-я	«Праздник здоровья»	закрепить полученные знания о рациональном питании и здоровом образе жизни	[1, 73; 2]

Список методических ресурсов:

1. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Разговор о правильном питании / Методическое пособие. – М.: БИНОМ. Лаборатория знаний, 2020. – 80 с.
2. <https://www.prav-pit.ru>