

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад «Мурзилка» с. Верхнекурганное»**

 **Симферопольского района Республики Крым**

297524, Республика Крым, Симферопольский р-н, с. Верхнекурганное, ул. Подгорная, д.1

тел. 33-72-81, E-mail: ira.loseva.1965@mail.ru, ОКПО 00826316

 УТВЕРЖДАЮ:

 Заведующий МБДОУ

«Детский сад «Мурзилка»

с.Верхнекурганное»

 \_\_\_\_\_\_ Кругликова А.В.

**План мероприятий конкурса: «Еда без вреда» с 06.02.2017 по 20.02.2017 год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятие | Ответственный | Дата |
| 1. | Беседы с детьми:* «Питание и здоровье» (цель: дать детям представление о связи рациона питания здоровья человека, о высококалорийных продуктах питания);
* «Самые полезные продукты – овощи и фрукты» (цель: закрепить у детей знания о полезных свойствах овощей и фруктов);
* «Гигиена питания» (цель: закрепить у детей основные навыки гигиены питания, как основы здорового образа жизни);
* «Как попадают на стол в наш детский сад овощи и фрукты?» (цель: показать детям путь, который проходят овощи и фрукты, прежде чем попасть в детский сад; закрепить названия и особенности труда данных профессий); «Где взять витамины зимой?» (цель: дать представление детям о том, какие витамины и минеральные вещества содержатся в продуктах, какие наиболее полезны и почему?);
* «Что такое консерванты?» (цель: познакомить детей с понятием «консерванты», подвести воспитанников к пониманию, что консервированные продукты содержат в себе недостаточное количество витаминов и минеральных веществ);
* «Ну а следом бутерброд подскочил – и прямо в рот» (цель: подвести воспитанников к пониманию, что еда «всухомятку» наносит вред органам пищеварения);
 | Воспитатели групп | 06.02.2017 20.02.2017 |
| 2. | Экскурсия на пищеблок детского сада (цель: расширять знания детей о профессиях работников пищеблока, о содержании их труда и значимости для жизнедеятельности детей).«Веселые поварята» (приготовление фруктового салата)(цель: помочь детям в осознании функциональных связей трудового процесса (постановка цели, определяющей выбор продуктов, инструментов, трудовых действий при приготовлении блюда). | Воспитатели групп | 07.02.201709.02.2017 |
| 3. | Наблюдение и труд в уголке природы (посев и выращивание лука) | Воспитатели групп | 06.02.201720.02.2017 |
| 4. | Сюжетно – ролевая игра, экскурсия в продуктовый магазин (цель: дать детям представление о многообразии продуктов питания, ее видах (молочная продукция, мучные изделия, продукты животного и растительного происхождения и др.); подвести к пониманию, что употребление продукта с истекшим сроком годности может привести к проблеме, связанной со здоровьем человека); | Воспитатели групп | 08.02.2017 |
| 5. | «Лаборатория правильного питания» (опыты):* «О вреде кока-колы» (цель: познакомить детей с любимым детьми напитком, наглядно показать, какой вред он приносит нашему организму);
* «Когда мы питаемся «всухомятку»…» (цель: наглядно показать, какой вред приносит нашему организму употребление пищи без воды);
* «Как самим сделать натуральный сок?» (цель: наглядно показать детям, как можно в домашних условиях приготовить сок, сравнить по вкусу натуральный и концентрированный сок).
 | Мацецкая А.А.Залесная В.В.Бабенко Т.А. | 10.02.2017 |
| 6. | Чтение художественной литературы В. Путилина «Теплый хлеб», К. Слуцкая «Дет Федот и его огород», Б. Гримм «Горшочек каши», рус. народная сказка «Каша из топора», чтение и обсуждение поговорок и пословиц «Сытый голодном не товарищ», «Сладкого досыта не наешься», «Щи да каша – пища наша», «Когда я ем - я глух и нем» и др.Загадывание загадок о продуктах питания (с использованием интерактивной доски); | Воспитатели групп | 06.02.201720.02.2017 |
| 7. | Непосредственно образовательная деятельность «Путешествие в страну полезных продуктов» (задачи: уточнить представления детей о полезных и вредных продуктах; углубить знания о пользе овощей и фруктов для организма человека; учить детей противостоять телевизионной рекламе, закрепить умение различать полезные и вредные для здоровья продукты питания). | Воспитатели средней группы | 08.02.2017 |
| 8. | Непосредственно образовательная деятельность «Когда овощи могут помочь,а когда могут навредить нашему здоровью»Программное содержание :Формировать представление о нитратах. Рассказать о том, в каких растениях они находятся, какой вред наносят здоровью. Закреплять умение детей загадывать загадки по картинкам. Продолжать закреплять знания детей о пользе витаминов для нашего организма.  | Воспитатели старшей группы | 17.02.2017 |
| 9. | Непосредственно образовательная деятельность «Где прячется здоровье?»Программное содержание: учить вести здоровый образ жизни, отрабатывать понимание значимости здоровья и необходимости [работать](http://pandia.ru/text/categ/wiki/001/92.php) над ним на протяжении всей жизни, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, развивать речь, мышление, умение делать умозаключение | Воспитатели подготовительной группы | 15.02.2017 |
| 10. | Дидактические игры и упражнения:«Азбука правильного питания» (учить детей так подбирать блюда для своего рациона, чтобы еда была не только вкусной, но и полезной);* «Витаминка» (цель: учить детей подбирать продукты, в которых содержаться определенный витамин);
* «Кто из гостей ведет себя не правильно» (цель: закрепить у детей представления о правилах этикета во время приема пищи);
* игровое задание «Составь меню на каждый день» (цель: учить детей составлять рациональное меню на день).

Составление рассказов «Что сначала, что потом» (по серии сюжетных картин), пересказ сказки «Горшочек каши», «Как в нашей семье готовят обед» (из личного опыта).* Викторина с детьми «Что мы знаем о правильном питании?» (цель: обобщить знания детей о продуктах питания, их разнообразии и жизненно важной ценности, о влиянии пищи на организм человека; закрепить у детей умения различать полезные и вредные для здоровья продукты питания, представления о пользе витаминов для здоровья человека, воспитывать осознанное отношение к выполнению правил здорового питания);
 | Воспитатели групп | 15.02.2017 |
| 11. | Работа с родителями:* Информационный стенд: Консультации «Питание в детском саду», «Рейтинг самых полезных и вредных продуктов питания», «Знакомим детей с правилами этикета за столом», «Достаточность питания»;
 | Воспитатели групп | 07.02.2017 |
| 12. | Итоговое мероприятие:Выставка продуктов питания национальной кухни в национальных костюмах. | Воспитатели групп | 20.02.2017 |