

Краткое содержание методики реализации программы «Разговор о правильном питании»

В рамках реализации программы «Разговор о правильном питании», дошкольники узнают о важности соблюдения режима питания, об основных питательных веществах, входящих в состав пищи, полезных продуктах и блюдах, основах составления рациона питания. Кроме того, они учатся сервировать стол и соблюдать правила этикета и гигиены, а также знакомятся с традициями и кулинарными обычаями, как своей страны, так и других стран.

Цель программы: формирование у детей представления о необходимости заботы о своём здоровье и о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья.

Реализации программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:

- расширять знания детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила;
- формировать представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности;
- воспитывать у детей культуру здорового питания;

Реализация программы «Разговор о правильном питании» осуществляется:

- в специально организованной непосредственно образовательной деятельности
- в совместной деятельности педагога и детей;
- в самостоятельной деятельности детей
- при организации режимных моментов
- в совместной деятельности с родителями (в процессе проведения праздников, экскурсий, мастер-классов, совместных выставок и.т.п.)

Работа осуществляется поэтапно:

1 этап - изучение программы, дополнительной методической литературы, разработка перспективных планов работы с детьми и родителями:

- разработка перспективного плана работы с детьми и родителями;
- организация развивающей среды, оформление уголка для родителей; изготовление и оформление дидактических, настольно-печатных игр и пособий, атрибутов к сюжетно-ролевым играм;
- проведение анкетирования.

2 этап – практическая работа с детьми по программе, целью которой является знакомство детей с полезными продуктами питания, их витаминной ценностью для

растущего организма; формирование навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни; соблюдение правил правильного питания.

Формы работы с дошкольниками в соответствии с образовательными областями

Познавательное развитие: наблюдения за работой помощника воспитателя, поваров, старшей медицинской сестры, врача-педиатра; экскурсии на кухню и в медицинский кабинет; решение и моделирование обучающих ситуаций по программе «Разговор о здоровье и правильном питании»; работа с рабочими тетрадями, решение логических задач, конкурсы и викторины.

Социально-коммуникативное развитие: беседы, обсуждение с детьми различных ситуаций возникающих в результате неправильного питания; ситуативные разговоры о соблюдении культурно гигиенических правил и правил поведения за столом; сюжетно-ролевые игры; игры с правилами, настольно-печатные и дидактические игры.

Физическое развитие: подвижные игры и соревнования; игровые упражнения, игры с правилами и пальчиковая гимнастика.

Художественно-эстетическое направление: организация и проведение детских творческих конкурсов (совместно с родителями); слушание и исполнение детских музыкальных произведений; музыкально-дидактические игры; чтение, обсуждение и разучивание детских литературных произведений по формированию ЗОЖ составление и отгадывание загадок, игры с пословицами и поговорками; продуктивная деятельность.

Речевое направление: образовательные ситуации и ситуации общения; составление рассказов из личного опыта и творческое рассказывание.

3 этап - контроль качества образования по его результатам является обязательным компонентом образовательного процесса.

Проверка усвоения программы проводится в форме наблюдения, вопросов, выполнения творческих заданий.

Подведение итогов реализации программы проводится в виде выставок работ воспитанников, праздников, игр, викторин.

Формы работы с родителями:

- анкетирование
- организация и проведение общих и групповых родительских собраний и консультаций, «Дня открытых дверей» на тему здорового питания
- участие родителей в творческих конкурсах, выставках фотовыставках совместной деятельности дошкольников и родителей;
- участие родителей в подготовке и проведении тематических праздников и досугов;
- изготовление наглядного материала и дидактических пособий.

