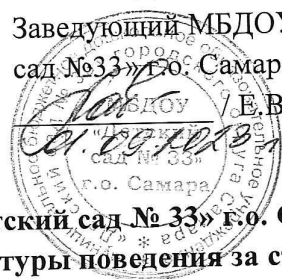


УТВЕРЖДЕН

Заведующий МБДОУ «Детский сад №33» г.о. Самара

Е.В. Лаврушева



### ПЛАН

## мероприятий с воспитанниками МБДОУ «Детский сад № 33» г.о. Самара по формированию культуры питания и культуры поведения за столом на 2023-2024 учебный год

**ЦЕЛЬ:** формирование у детей основы культуры питания как составляющей здорового образа жизни; создание условий для организации здорового полноценного питания в ДОУ и в семье

**ЗАДАЧИ:**

- Развитие умения есть самостоятельно, в соответствии со своими возрастными возможностями;
- Закрепление представлений о разнообразии блюд, приготовленных поварами, их значении в развитии ребенка; о продуктах, используемых для приготовления;
- Формирование культуры поведения за столом, навыков вежливого общения;
- Формирование умения пользоваться столовыми приборами, салфеткой;
- Воспитание умения ценить чужой труд, заботу, умение быть благодарным

Образовательная область	Формы работы с детьми (мероприятия)
Познавательное развитие	Наблюдения (за работой помощника воспитателя, поваров, старшей медицинской сестры); Экскурсии (знакомство с кухней; медицинским кабинетом); Решение, моделирование обучающих ситуаций «Разговор о здоровье и правильном питании» («Если хочешь быть здоров, что для этого надо делать?», «Мы идем в магазин», «Как сделать кашу вкуснее?», «Как утолить жажду», «Что помогает быть сильным и ловким», «Чем должен питаться здоровый человек? и др.); Решение логических задач, кроссвордов; Обсуждение режима дня в группе; Просмотр мультфильмов и видео фильмов по вопросам питания; о продуктах питания; о том, какие продукты - полезные; «Советы тетушки Совы»; о витаминах и т.д.; Рассматривание познавательной литературы, энциклопедий; «Посадка лука...», «Посадка огорода» и т.д.
Социально-коммуникативное развитие	Беседы, обсуждение с детьми различных ситуаций о продуктах питания и культуре питания: («Как правильно мыть руки?», «Как правильно принимать пищу?», «Чем надо питаться, чтобы стать сильнее?», «Фрукты полезны взрослым и детям», «Вкусная и здоровая пища», «Моя любимая еда - какая она?», «Все ли полезно, что вкусно?», «Где живут витамины?», «История разных продуктов», «Овощи, ягоды и фрукты - полезные продукты», «Откуда берется хлеб?», «Профессия - повар», «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу» и др.); Ситуативный разговор / решение проблемных ситуаций/ («Где взять витамины зимой?», «Что значит: летний день - год

	<p>кормит», «Как можно самим на окошке вырастить витамины?», «Как угостить гостей?», «Почему зерна тонут, а мука нет?»);</p> <p>Сюжетные-ролевые игры («Семья», «Супермаркет», «Приглашаем гостей», «Поварята», «Кафе», «Помогаем маме готовить», «Овощной магазин», «Кухня», «Кондитерская», и др.);</p> <p>Игры с правилами (настольно-печатные, дидактические): «Чудесный мешочек», «Фруктовое лото», «В лес за ягодами», «Во саду ли, в огороде», «Сок пей и не болей», «Овощи и фрукты – полезные продукты», «Назови лишний продукт», «Тарелка здоровых продуктов.» и др.;</p> <p>Составление и отгадывание загадок: «Ягоды, овощи, фрукты», «Урожай в лесу», «Угадай продукт», о спорте и о здоровье.</p>
Физическое развитие	<p>Подвижные игры («Кто быстрее соберет урожай овощей», «У медведя во бору», «Съедобное - несъедобное», «Щука и караси», «Огуречик», «Каравай», «Яблонька» «Игра в классики», «Мы сажали огород», «Собери р.);</p> <p>Игровые упражнения, пальчиковая гимнастика («Соберем орешки», и др.);</p> <p>Соревнования со старшими дошкольниками («Чья команда соберет быстрее урожай», «Веселые старты»);</p> <p>Игры с правилами («Маленькие поварята», «Ждем гостей», «Детский сад», и др.).</p>
Художественно-эстетическое развитие	<p>Рисование «Полезные продукты, «Яблоко - спелое, красное, сладкое», «Во саду ли, в огороде», «Бублики - баранки», «Мои любимые продукты», «Мое меню» и др.</p>
Речевое развитие	<p>Чтение художественных произведений (Э.Успенский «Дети, которые плохо едят», Б.Гримм «Горшочек каши», З.Александрова «Вкусная каша», «Каша из топора», К.Луцис «Здоровый желудок», Л.Зилберг «Витамины», О.Русенко «Вкусный суп», Н.Мигунова «Малышам о гигиене», П.Синявский «Суп для силача», К Паустовский «Теплый хлеб» и др.);</p> <p>Игры с пословицами и поговорками «Объясни пословицу», «Пословицы запутались», «Венок из пословиц», Сложные слова», «Подбери рифму», «Доскажи словечко», «Раз, два, три - слово подбери» и т.д.;</p> <p>Отгадывание загадок об овощах и фруктах, продуктах питания, о витаминах и т.д.;</p> <p>Словесные игры и упражнения «Совершенно верно!», «Вкусненько - приятненько!», Какой сок пьет бабочка?» (мак - маковый, роза – розовый и т.д.)), «Я не буду есть этот продукт, потому что.», «Бывает - не бывает», «Варенье для Карлсона», «Кто больше назовет изделий из муки..», «Что можно есть на ужин?» и т.д.</p>
Развлечения и досуги, викторины	<p>«Полезные продукты в сказке и наяву»; «Знатоки молока», «Хлеб в сказках и рассказах», «Милости просим гости дорогие», «Здоровейка», «Что за чудо - пирожки», развлечение - квест «Поход в страну здоровья</p>
Конкурсы рисунков и поделок,	<p>Конкурсы рисунков «Мое любимое блюдо», «Витамины - наши друзья», «Украшения из ягод», «Меню спортсмена» и т.д.;</p> <p>коллажи «Приглашаем всех к столу», «Наш организм» (правила</p>

выставки, коллажи	здорового питания), «Продукты, содержащие витамин А, В, С, Д.; «Соблюдаем правила здорового питания», «Хлеб всему голова», «Мы за здоровый образ жизни», «Режим выходного дня», «Увлечения моей спортивной семьи» выставка детского творчества из овощей и фруктов (поделки) «Щедрая осень», «Спорт и я», «Овощная корзина», «Чудо из картошки» и др.
----------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------