Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

 «Детский сад комбинированного вида №7»

 ПРОЕКТ

 

 ТЕМА: «Здоровье дошколят».

 Разработал воспитатель Ю.В. Яковлева.

 Сосновоборск 2013г.



1. **Постановка проблемы:**

 От того , как организовано питание в ДОУ и семьях воспитанников, во многом зависит уровень физического и нервно-психического развития детей.

 Правильная организация питания является одним из наиболее эффективных моментов в комплексе профилактических мероприятий, направленных на снижение детских заболеваемости. По итогам устного опроса детей выяснилось, что многие дети отдают предпочтение полуфабрикатам питания, с неохотой кушают по утрам каши, заменили бы их колбасой, яичницей, лапшой быстрого приготовления, конфетами и другими неприемлимыми для детского организма блюдами.

 На каше выросли целые поколения детей.

 Основные достоинства каш в том, что после тепловой обработки содержащейся в крупах содержится много углеводов. Все это делает их хорошим источником энергии для организма.

 Питание и здоровье-это два тесно связанных между собой процесса. В детском возрасте питание формирует организм, оказывает влияние на физическое и психическое развитие маленького человека. Поэтому необходимо донести до каждого родителя и ребенка о важности здорового питания.

1. **Цель кратковременного проекта:**

Формирование у родителей и детей дошкольного возраста представления о пользе потребления каш в рацион питания.

1. **Задачи проекта:**

- Познакомить родителей с оновами рационального питания как основной части здорового образа жизни.

- Объединить усилия педагогов и родителей для создания условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья детей через пропаганду полноценного питания ребенка.

- Формировать у дошкольников представления о правильном питании, о пользе молочной каши в детском возрасте.

**4. Ресурсы:**

**Человеческие:** Дети дошкольного образовательного учреждения, семьи воспитанников, педагогический коллектив группы.

**Материальные:** Родительский потенциал, Фотоальбом «Полезная каша».

**5. Срок осуществления проекта:**

Кратковременный (Одна неделя).

 **6. Мероприятия, направленные на достижения ожидаемого результата.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Время проведения | Название мероприятия | Цель проведения мероприятия | Участники мероприятия |
| В течение недели | Сбор информации,беседы с детьми, воспитателями и родителями. | Выяснить, каким блюдам отдают предпочтение родители и дети. Что известно родителям о правильном питании. | Воспитатели и семьи воспитанников. |
| Заседание родительского комитета группы. | Познакомить членов родительского комитета с организацией питания в группе с меню питания дошкольников. | Мед. Работник учреждения, заведующий, шеф-повар пищеблока. |
| В течение недели | Экскурсия родительского комитета в пищеблок ДОУ. | Знакомство родительского комитета с механизмом работы пищеблока, с соблюдениями технологий приготовления блюд. | Мед. Работник учреждения, шеф-повар пищеблока. |
| Организация сюжетно-ролевой игры с детьми дошкольного возраста связанной с питанием. | Приобщать детей к выполнению бытовых действий, связанных с приготовлением пищи, ненавязчиво учить сервировать стол, украшать еду, воспитывать положительное отношение к еде. | Воспитатели групп. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  В течение недели | Наглядная пропаганда. | Демонстрация сервировки стола и подачи завтрака детям с целью пропаганды психолопедагогических и гигиенических знаний по вопросам организации питания дошкольников, воспитание культурно-гигиенических навыков во время еды. | Младший воспитатель, воспитатели и семьи воспитанников. |
|  | Дегустация каш на завтрак родителями. | С целью оценивания мастерства поваров детского учреждения, убеждения родителей в том. Что каши не только вкусны, но и полезны. | Воспитатели и семьи воспитанников. |
| Четверг | Рекомендации о пользе каш. | Изготовление и распространение памяток для родителей с рецептами каш с наполнителями.  | Воспитатели и семьи воспитанников. |
|  Анкетирование родителей.  | Формирование у родителей значимости данной проблемы «Правильное питание детей» для профилактики заболеваний и укрепления здоровья воспитанников. | Воспитатели групп. |
| Пятница | Презентация каши. | Формирование у родителей и детей представлений о пользе молочной каши в детском возрасте, о содержании в ней полезных веществ, нужных для развития и роста детского организма. | Воспитатели дошкольники и родители. |
|  | Круглый стол. | Анализ проделанной работы. Подведение итогов совместных мероприятий педагогов, детей и родителей для создания условий способствующих сохранению и укреплению здоровья детей через пропаганду полноценного питания ребенка завтраком-полезной кашей. Уверить родителей, что правильное питание не требует больших финансовых затрат, полезная и здоровая пища не всегда самая дорогая. | Воспитатели и семьи воспитанников. |

**7. Ожидаемые результаты:**

1. Осознание взрослыми и детьми понятия «Правильное питание» и его влияние на состояние здоровья.

2. Приучение детей и родителей употреблению в пищу различных каш. Убеждении в том, что каши приносят пользу-не как процесс утоления голода, а именно как забота о своем здоровье.

**8. Механизм отслеживания:**

- анкетирование родителей.

- опрос и наблюдение детей.

- накопление материала по данной теме.