|  |  |
| --- | --- |
| C:\Users\пк\Desktop\001.jpg |  |

**Программа культуры здорового питания**

«Программа культуры здорового питания» (далее Программа) – стратегический документ МДОУ «Детский сад № 54» (далее ДОУ), она способствует упорядоченности и совместной деятельности всех заинтересованных сторон и участников образовательных отношений в организации здорового питания обучающихся.

1. **Основание для разработки Программы**

* «Конвенция о правах ребенка» одобрена Генеральной ассамблей ООН от 20.11.1989 г.
* Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка» от 24.07.1998г. №124-ФЗ
* Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ
* СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»
* Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации N 213 н, Министерство образования и науки России N 178 от 11.03.2012 «Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений
* Устав ДОУ

1. **Разработчики Программы**

* Заведующий ДОУ
* Старший воспитатель
* Заместитель заведующего по АХР

1. **Основные исполнители Программы**

Основными ответственными за исполнение программы являются: администрация ДОУ, педагогический коллектив ДОУ, работники пищеблока, родители.

1. **Содержание проблемы и обоснование её решения**

Одним из приоритетных направлений деятельности государства и общества является обеспечение здоровья населения страны. Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях представляет особо социальную значимость. Основное время дети находятся в дошкольном учреждении. Поэтому от того, насколько правильно организовано питание в ДОУ, во многом зависит здоровье и развитие обучающихся. Правильное питание – залог здоровья. В условиях недостаточной грамотности родителей, которые не уделяют необходимого внимания организации питания своих детей,

возрастает роль организации питания, которое помимо возможности обеспечить каждого ребёнка основными пищевыми веществами, в том числе, незаменимыми (такими, как витамины и минеральные вещества), приобретает огромное воспитательное значение, так как позволяет сформировать у ребёнка оптимальное пищевое поведение в соответствии с принципами здорового питания.

На сегодняшний день ситуация с состоянием питания вызывает тревогу по целому ряду причин:

* современный мир с его техническим прогрессом разучил нас двигаться. Человек все меньше тратит свою собственную энергию, снижается двигательная активность, что неизбежно приводит к избыточному весу, ожирению. (наше дошкольное учреждение в настоящее время посещает 1,5% таких детей) ;
  + часть детей страдает от неполноценности рациона питания, причем в наиболее острых случаях это приводит к замедлению физического и функционального развития;
* родители, не демонстрируют грамотного, сознательного отношения к режиму питания, имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. И как следствие, дети не усваивают правил рационального питания;
* основные проблемы питания воспитанников связаны с нарушением питания вне стен учреждения: увлечение родителей фаст - фудами, чипсами, газированными напитками и т.д.

Между тем, нарушение принципов рационального питания – верный путь к развитию многочисленных заболеваний желудочно – кишечного тракта, нервно – психической сферы, дыхательной и сердечно – сосудистой систем, опорно – двигательного аппарата, возникновения стрессовых состояний, существенно снижающих эффективность образовательной деятельности и адаптацию к образовательному процессу. Все перечисленные факторы негативно сказываются на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Проблему оздоровления населения в настоящее время, пытаются решить на разных уровнях государственной власти, общественных организаций и образовательных учреждений.

* личностно – ориентированном образовании заложена определенная идеология: приобретение ребенком личного опыта – наиболее ценно для его развитии, ребенок развивается в процессе самостоятельного взаимодействия с окружающим миром.

Одной из важнейших задач воспитания детей дошкольного возраста, решение которой будет осуществляться посредством реализации Программы

ДОУ – формирование ценности здорового образа жизни для современного человека, ответственного отношения к собственному здоровью.

Все это возможно только в результате серьезной совместной работы педагогов, родителей и самих воспитанников.

1. **Концепция оптимального питания**

Рациональное, здоровое питание воспитанников в организованных коллективах является необходимым условием обеспечения их здоровья. Полноценное питание - существенный и постоянно действующий фактор, обеспечивающий адекватные процессы роста и развития организма, а также укрепление здоровья в детском и подростковом возрасте.

Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты. В организации питания большое значение имеют режим или ритм питания для каждой возрастной группы, правильное распределение рациона питания по отдельным приемам пищи.

Немаловажное значение отводится кулинарной обработке, оформлению пищи и обстановке, в которой осуществляется ее прием, включая воспитание гигиенических навыков подготовки к приему пищи и правильное поведение во время еды.

Если в питании детей снижается потребление наиболее ценных в биологическом отношении мяса и мясопродуктов, молока и молочных продуктов, рыбы и рыбных продуктов, яиц, растительного масла, фруктов и овощей и при этом существенно увеличивается потребление хлеба и мучных продуктов, а также картофеля, то на первый план выходят следующие нарушения пищевого статуса:

* + дефицит животных белков, достигающий 15–20% от рекомендуемых величин, особенно в группах населения с низкими доходами;
* дефицит полиненасыщенных жирных кислот на фоне избыточного поступления животных жиров;
* выраженный дефицит большинства витаминов: С - у 70–100% обследованных, витаминов группы В и фолиевой кислоты - у 60–80%, бета-каротина - у 40-60%. Питание воспитанников должно быть сбалансированным. Для здоровья детей важнейшее значение имеет правильное соотношение питательных веществ. В меню дошкольника обязательно должны входить продукты, содержащие не только белки, жиры и углеводы, но и незаменимые аминокислоты, витамины, некоторые жирные кислоты, минералы и микроэлементы. Эти компоненты самостоятельно не синтезируются в организме, но необходимы для полноценного развития детского организма.

Соотношение между белками, жирами и углеводами должно быть 1:1:4.

Питание воспитанников должно быть оптимальным. При составлении меню обязательно учитываются потребности организма, связанных с его ростом и развитием, с изменением условий внешней среды, с повышенной физической или эмоциональной нагрузкой. При оптимальной системе питания соблюдается баланс между поступлением и расходованием основных пищевых веществ. Понятие качественного питания предполагает прежде всего его рациональность, возможность восполнения энергетических затрат подрастающего организма при увеличении умственных и физических нагрузок.

1. **Основная цель Программы**

Основной целью Программы является – обеспечение здорового питания обучающихся для сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний.

1. **Основные задачи Программы**:

* Обеспечение детей дошкольного возраста питанием, соответствующим возрастным, физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания
* Обеспечение доступности дошкольного питания
* Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании
* Модернизация материально – технической базы пищеблока
* Предупреждение (профилактика) среди детей инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания
* Повышение кадрового потенциала работников пищеблока и других специалистов, ответственных за организацию питания
* Пропаганда принципов здорового и полноценного питания. Организация образовательно – разъяснительной работы по вопросам здорового питания
* Совершенствование системы финансирования питания воспитанников, оптимизация затрат

1. **Направления Программы**

Реализация Программы осуществляется по следующим направлениям:

* организация рационального питания обучающихся;
* обеспечение высокого качества и безопасности питания;
* обеспечение разнообразия питания обучающихся;
* организация разъяснительной работы по вопросам здорового питания;
* пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
* обучение кадрового состава работников пищеблока современным технологиям

9**.** **Сроки реализации Программы**

Программа рассчитана на пять лет: 2020 – 2025 г.г.

* 1. **Ожидаемые результаты реализации Программы:**
* наличие сформированного пакета документов по организации питания;
* обеспечение обучающихся питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
* обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
* улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния пищеблока;
* отсутствие среди детей инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
* улучшение здоровья воспитанников дошкольного учреждения;
* повысится познавательный уровень развития детей в области правильного питания;
* обеспечение культуры приема пищи обучающимися;
* информация, полученная родителями, поможет пересмотреть семейное меню;
* улучшится представления о связи состояния здоровья с гигиеной питания, формированию представления о необходимости и важности соблюдения режима питания, как одного из условий рационального питания

1. Содержание Программы

Содержание Программы разработано в соответствии с поставленными задачами:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Задачи |  |  |  |  | Содержание работы | | |  |
| Обеспечение | детей | | дошкольного возраста | |  разработка нормативно – правовой и | | |  |
| питанием, соответствующим возрастным, | | | | | технологической документации по организации | | |  |
| физиологическим потребностям в пищевых | | | | | дошкольного питания | | |  |
| веществах | и | энергии, | | принципам |  | создание | системы производственного |  |
| рационального | | и | сбалансированного | | контроля | |  |  |
|  | разработка | сбалансированного меню  |  |
| питания |  |  |  |  | организация работы по С- витаминизации | | |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | третьего блюда | |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Обеспечение |  | доступности | | дошкольного | |  выплата компенсаций различным группам | | | | |
| питания |  |  |  |  |  | воспитанников | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  учет социального положения различных | | | | |
|  |  |  |  |  |  | категорий семей воспитанников | | | |  |
| Гарантированное | | | качество | и безопасность | |  контроль за соблюдением законодательства | | | | |
| питания | и |  | пищевых | продуктов, | | РФ в области прав потребителей | | | |  |
| используемых в питании | | | |  |  |  приоритет продукции производителей РФ | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  | использование современных | | | технологий |
|  |  |  |  |  |  | приготовления | | |  |  |
| Модернизация материально – технической | | | | | |  | замена | устаревшего | технологического | |
| базы пищеблока | | |  |  |  | оборудования на более новое и современное | | | | |
| Предупреждение (профилактика) среди | | | | | |  просветительская работа о соблюдении | | | | |
| детей инфекционных и неинфекционных | | | | | | санитарных норм и личной гигиены | | | |  |
| заболеваний,связанныхсфактором | | | | | |  формирование у родителей грамотного | | | | |
| питания |  |  |  |  |  | отношения к детскому питанию | | | |  |
| Повышение |  |  | кадрового | потенциала | |  обучение персонала санитарному минимуму и | | | | |
| работников |  | пищеблока | | и | других | работе на современном оборудовании | | | | |
| специалистов, | |  | ответственных | | за |  просветительская работа среди педагогов по | | | | |
| организацию питания | | | |  |  | вопросам питания | | |  |  |
| Пропаганда |  | принципов | | здоровогои | |  использование форм, обеспечивающих | | | | |
| полноценного | |  | питания. | Организация | | открытость | | информации | об | организации |
| образовательно – разъяснительной | | | | | работы | питания детей дошкольного возраста | | | | |
| по вопросам здорового питания | | | | |  |  проведение в ДОУ мероприятий по | | | | |
|  |  |  |  |  |  | формированию навыков здорового питания, | | | | |
|  |  |  |  |  |  | культуры приема пищи | | |  |  |
| Совершенствование | | | | системы | |  организация контроля за соблюдением | | | | |
| финансирования | | | питания | воспитанников, | | ценообразования, выделением и освоением | | | | |
| оптимизация затрат | | | |  |  | финансовых средств | | |  |  |

Комплекс мероприятий, направленных на реализацию Программы

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Мероприятия | Сроки | Ответственный |
|  |  |  |
| Проведение бесед, в рамках | В течение года | Воспитатели возрастных |
| недели здоровья «Детское |  | групп |
| питание» |  |  |
| Ведение учета детей по | В течение года | ИФК |
| группам здоровья. |  |  |
| Формирование групп |  |  |
| здоровья по показателям |  |  |
| Своевременное выявление | В течение года | Воспитатели возрастных |
| воспитанников с |  | групп |
| инфекционными |  |  |
| заболеваниями |  |  |
| Организация своевременной | В течение года | Ответственный за |
| сдачи документации по |  | организацию питания |
| выплате компенсаций части |  |  |
| родительской платы |  |  |
| Ведение пропаганды | В течение года | Все сотрудники ДОУ |
| здорового питания |  |  |
| Просветительская работа | В течение года | Все сотрудники ДОУ |
| среди родителей о |  |  |
| правильном и полноценном |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| питании воспитанников на |  |  |
| родительских собраниях |  |  |
| «Основы формирования у |  |  |
| ребёнка навыков здорового |  |  |
| образа жизни. Атмосфера |  |  |
| жизни семьи как фактор |  |  |
| физического и психического |  |  |
| здоровья ребёнка. |  |  |
| Профилактика вредных |  |  |
| привычек и социально |  |  |
| обусловленных заболеваний |  |  |
| у детей» |  |  |
| Изучения отношения | 1 раз в год | Старший воспитатель |
| родителей к организации |  |  |
| питания в ДОУ |  |  |
| Привлечение родителей к | В течение года | Все сотрудники ДОУ |
| проведению мероприятий, |  |  |
| связанных с формированием |  |  |
| правильного отношения к |  |  |
| ЗОЖ, проводимых в ДОУ |  |  |
| Помещение на стендах | В течение года | Ответственный за |
| информации по организации |  | организацию питания |
| питания |  |  |
| Составление распорядка | В течение года | Старший воспитатель |
| дня, НОД для каждой |  |  |
| возрастной группы |  |  |
| Рейд по проверке | В течение года | Члены бракеражной |
| организации питания в ДОУ |  | комиссии |
| Проверка соответствия | ежедневно | Ответственный за |
| рациона питания согласно |  | организацию питания |
| утвержденному меню |  |  |

1. **Механизм реализации Программы**

Организация контроля за исполнением Программы:

* + общественный контроль за организацией и качеством питания членами бракеражной комиссии
* информирование общественности о состоянии дошкольного питания через сайт дошкольного учреждения;
  + информирование родителей на родительских собраниях

Производственный и общественный контроль за организацией питания

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид контроля | |  | Ответственный |
|  | | |  |
| Контроль за формированием рационального | | | Заведующий, зав. производством |
| питания |  |  |  |
| Входной производственный контроль | | | Заведующий, зав. производством, зам.зав по АХР |
| Контроль | санитарно– | технического | зам.зав по АХР |
| состояния пищеблока | |  |  |
| Контроль | сроков годности | и условий | Заведующий, зав. производством |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| хранения продуктов | | |  |  |  |  |  |
| Контроль за санитарным содержанием и | | | | Зав. производством, зам.зав по АХР | | |  |
| санитарной |  | обработкой | предметов |  |  |  |  |
| производственного окружения | | |  |  |  |  |  |
| Контроль | за | состоянием | здоровья, | Заведующий | , | ответственный | за |
| соблюдением правил личной гигиены, | | | | организацию питания | |  |  |
| гигиеническими знаниями и навыками | | | |  |  |  |  |
| Контроль за приемом пищи | | |  | Ответственный за организацию питания. | | |  |

**Приложение к Программе №1**

Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении

вопросов здорового питания детей дошкольного возраста.

1. Задачи администрации ДОУ:

Составление расписания непрерывной образовательной деятельности с обеспечением необходимого режима питания, с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста

* Контроль качества питания;
  + Контроль обеспечения порядка во время прием пищи;
* Контроль культуры принятия пищи;
* Контроль проведения воспитательной работы с воспитанниками по привитию навыков культуры приема пищи.

1. Обязанности старшей медсестры и работников пищеблока: · Составление рационального питания на день и перспективного меню;

• Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;

• Обеспечение пищеблока качественными продуктами для приготовления пищи;

• Использование современных технологий приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

1. Обязанности воспитателей :

* Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма;
* Воспитание навыков культуры поведения во время приема пищи;
* Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;

Организация конкурсов и викторин на тему правильного питания.

1. Обязанности родителей:

* Прививать навыки культуры питания в семье;
* Выполнять рекомендации педагогов ДОУ и медработников по питанию в семье.
* принимать активное участие в проведение мероприятий ДОУ (досуги, праздники и т.д.)

5. Обязанности воспитанников :

* Соблюдать правила культуры приема пищи;
* выполнять посильную работу по дежурству в группе;

**Приложение к Программе № 2**

Примерная тематика бесед, тематических занятий, мероприятий

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Мероприятия | |  |  |  | цель |  |  |  |  | ответственный | сроки |  |
| Тематика | | родительских | | | Помочь | | родителям | | | Воспитатели | В | течение |
| уголков | | (родительских | | | в |  | получении | | | групп | года |  |
| собраний) | |  |  |  | информации | | |  | о |  |  |  |
| - | Организация питания | | | в | правильном | | |  |  |  |  |  |
| выходные дни | |  |  |  | питании, | | здоровье | | |  |  |  |
| - Рецепты витаминных блюд | | | |  | дошкольника | | | |  |  |  |  |
| - | Рекомендуемые | | нормы | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| содержания | | витаминов | | в |  |  |  |  |  |  |  |  |
| питании ребенка | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| - | Правила | поведения | | за |  |  |  |  |  |  |  |  |
| столом | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| - Здоровье ребенка в руках | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| взрослых – | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| молоко – источник здоровья | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| - Питание – основа жизни | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| - Режим дня – залог здоровья | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| дошкольника | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| - | Физическое | | развитие | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| дошкольника | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| - мастер классы от родителей | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Тематика бесед с детьми дошкольного возраста Форма проведения – игровая | | | | | | | | | | | |  |
|  | | |  |  |  |  |  |  | |  |  | |
| «Овощной салат» | | |  |  | Дать |  |  | детям | | Воспитатели | сентябрь | |
|  |  |  |  |  | представления | | | | по | групп |  |  |
|  |  |  |  |  | необходимости | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | питания. | | Закрепить | | |  |  |  |
|  |  |  |  |  | знания |  | детей | | об |  |  |  |
|  |  |  |  |  | овощах, | | рассказать | | |  |  |  |
|  |  |  |  |  | детям |  | о | пользе | |  |  |  |
|  |  |  |  |  | овощей | |  |  | для |  |  |  |
|  |  |  |  |  | здоровья | |  |  |  |  |  |  |
| «Хлеб – всему голова» | | | |  | Рассказать | | | детям | |  | октябрь | |
|  |  |  |  |  | откуда |  | появляется | | |  |  |  |
|  |  |  |  |  | хлеб | на | | нашем | |  |  |  |
|  |  |  |  |  | столе, | познакомить | | | |  |  |  |
|  |  |  |  |  | ребят | с | разными | | |  |  |  |
|  |  |  |  |  | видами | | хлеб, | | их |  |  |  |
|  |  |  |  |  | пользой | |  |  | для |  |  |  |
|  |  |  |  |  | здоровья | |  |  |  |  |  |  |
| «Фруктовой салат (мусс)» | | | |  | Закрепить | | | знания | |  | ноябрь | |
|  |  |  |  |  | детей | о | фруктах, | | |  |  |  |
|  |  |  |  |  | познакомить | | | детей | |  |  |  |
|  |  |  |  |  | с их свойствами. | | | | |  |  |  |
| «Полдник. | | Время | есть | | Формировать | | | |  |  | декабрь | |
| булочки» | |  |  |  | представление | | | | о |  |  |  |
|  |  |  |  |  | полднике, | | |  | как |  |  |  |
|  |  |  |  |  | обязательной части | | | | |  |  |  |
|  |  |  |  |  | ежедневного меню, | | | | |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | формировать | | |  |  |  |  |  |
|  |  | представление | | | |  | о |  |  |
|  |  | продуктах | |  |  |  | и |  |  |
|  |  | блюдах, | | которые | | | |  |  |
|  |  | могут |  |  |  | быть | |  |  |
|  |  | включены | | в | меню | | |  |  |
|  |  | полдника | |  |  |  |  |  |  |
| «Пейте дети молоко – будете | | Рассказать детям о | | | | | |  | январь |
| здоровы» |  | пользе | молока | | | | и |  |  |
|  |  | молочных | |  |  |  |  |  |  |
|  |  | продуктов | |  |  |  |  |  |  |
| «Пора ужинать» |  | Формировать | | |  |  |  |  | февраль |
|  |  | представление | | | |  | об |  |  |
|  |  | ужине |  |  |  | как | |  |  |
|  |  | обязательной части | | | | | |  |  |
|  |  | ежедневного меню, | | | | | |  |  |
|  |  | расширить | |  |  |  |  |  |  |
|  |  | представление | | | |  | о |  |  |
|  |  | блюдах, | | которые | | | |  |  |
|  |  | могут |  |  |  | быть | |  |  |
|  |  | включены | | в | меню | | |  |  |
|  |  | ужина |  |  |  |  |  |  |  |
| «Что не надо кушать» |  | Дать |  |  | детям | | |  | март |
|  |  | представление | | | |  | о |  |  |
|  |  | самых вредных для | | | | | |  |  |
|  |  | организма | |  |  |  |  |  |  |
|  |  | продуктах | |  |  |  |  |  |  |
| «Завтрак для космонавта» | | Рассказать | | детям о | | | |  | апрель |
|  |  | профессии | |  |  |  |  |  |  |
|  |  | космонавта | | |  |  | и |  |  |
|  |  | необходимости | | | | |  |  |  |
|  |  | здорового | | питания | | | |  |  |
|  |  | в космосе | |  |  |  |  |  |  |
| «Как утолить жажду» |  | Формировать | | |  |  |  |  | май |
|  |  | представления | | | |  | о |  |  |
|  |  | роли | воды | |  | для | |  |  |
|  |  | организма | |  |  |  |  |  |  |
|  |  | человека, | |  |  |  |  |  |  |
|  |  | расширить | |  |  |  |  |  |  |
|  |  | представление | | | |  | о |  |  |
|  |  | разнообразии | | |  |  |  |  |  |
|  |  | напитков | | и | вреде | | |  |  |
|  |  | различных | |  | видов | | |  |  |
|  |  | напитков | |  |  |  |  |  |  |
| Интерактивная | игра | Закрепить | | знания | | | |  | июнь |
| «Здоровье в тарелке» |  | детей о полезных и | | | | | |  |  |
|  |  | вредных продуктах | | | | | |  |  |
| Массовые мероприятия (досуги, развлечения, праздники) | | | | | | | | |  |
| Физкультурный | досуг | Формировать | | |  |  | у | Воспитатели | Сентябрь |
| «Праздник картошки» |  | детей | привычку | | | | к | групп, |  |
|  |  | ЗОЖ |  |  |  |  |  | музыкальный |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | руководитель, |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | родители |  |  |  |
| Развлечение | с | родителями | Формировать | | | | у | Воспитатели | В | рамках | |
| «Быть здоровыми хотим» | | | детей | | привычку | | к | групп, | проведения | | |
|  |  |  | ЗОЖ |  |  |  |  | музыкальный | недели | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | руководитель, | здоровья | | (по |
|  |  |  |  |  |  |  |  | родители | плану) | |  |
| Викторина «Здоровейка» | | | Закрепить | | | знания | | Воспитатели | 1 | раз | в |
|  |  |  | детей о пользе тех | | | | | групп | квартал | |  |
|  |  |  | или |  |  | иных | |  |  |  |  |
|  |  |  | продуктов питания. | | | | |  |  |  |  |
| Развлечение |  | «Праздник | Расширить | | |  |  | Воспитатели | Октябрь | |  |
| урожая» |  |  | представления | | | |  | групп, |  |  |  |
|  |  |  | детей | | о сезонных | | | музыкальный |  |  |  |
|  |  |  | витаминах | | |  | – | руководитель |  |  |  |
|  |  |  | овощах и фруктах | | | |  |  |  |  |  |
| Встреча с родителями «За | | | Расширить | | |  |  | Воспитатели | Декабрь | |  |
| чашкой чая»: «Вопрос – ответ | | | представления | | | |  | групп |  |  |  |
| на тему «Столовый этикет» | | | родителей | | | и детей | |  |  |  |  |
|  |  |  | о | правилах | | | и |  |  |  |  |
|  |  |  | нормах | | столового | | |  |  |  |  |
|  |  |  | этикета, | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | необходимости | | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  | привития | | | детям | |  |  |  |  |
|  |  |  | этих норм и правил | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  | детям. | |  |  |  |  |  |  |  |
| Встреча | с | родителями | На |  | конкурсной | | | Старший воспитатель, | Март |  |  |
| «Конкурс |  | кулинарных | основе | |  | выявить | | воспитатели |  |  |  |
| рецептов» |  |  | наиболее полезный | | | | | групп, родители. |  |  |  |
|  |  |  | рецепт | | блюда | | и |  |  |  |  |
|  |  |  | порекомендовать | | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  | его |  |  | для | |  |  |  |  |
|  |  |  | приготовления | | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  | дома. | |  |  |  |  |  |  |  |
| Конкурс рисунков «Самые | | | Закрепить | | | знания | | Старший воспитатель, | май |  |  |
| полезные продукты» | | | детей о пользе тех | | | | | воспитатели |  |  |  |
|  |  |  | или |  |  | иных | | групп, родители. |  |  |  |
|  |  |  | продуктов | | |  |  |  |  |  |  |