

«Правильно питаться – здоровья набираться»

Здоровье детей невозможно обеспечить без правильного, рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и психического развития.

В нашей группе прошла лексическая тема недели «Продукты питания. Хлеб».

С детьми проводились беседы «Здоровая пища», «Витамины полезные для здоровья», «Умеем ли мы правильно питаться», «Что такое злаки и из чего пекут хлеб?», «Военный хлеб». Во время режимных моментов закрепляли с детьми элементарные правила сервировки стола, обращали внимание на правила поведения за столом в процессе приёма пищи.

Во время НОД дети с удовольствием не только выполнили аппликацию «Витаминная тарелка», но и рассказали о пользе фруктов и овощей.

Большое значение уделялось чтению художественных произведений, а именно рассказам В. Сутеева «Яблоко», Н. Носова «Мишкина каша», Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала»

Играли в дидактические игры: «Составь меню», «Вредно-полезно», «Что такое хорошо, что такое плохо».

Уделялось внимание и работе с родителями в данном направлении. На сайте детского сада была размещена консультация для родителей: «Витамины. Их польза для детского организма»

Работа по данной тематической неделе прошла успешно. Дети научились оценивать полезность продуктов, различать понятия «Правильная еда», «Здоровый образ жизни». Наши ребята обязательно будут здоровыми, веселыми, сильными, ловкими!

