Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 35

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Суковская Г.З.

Перспективный план по программе

«Здоровое питание»

в средней группе № 2

на 2020-2021 учебный год

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Формы работы с детьми** | **Задачи** | **Работа с родителями** |
| Октябрь | ***«Ребёнок и здоровье»*** | 1. Беседа: «Как я буду заботиться о своем здоровье»  2. Игра- занятие «Помоги Зайке сберечь здоровье»  3. С/рол. игры «Поликлиника», «Больница»  4. Чтение К.Чуковский «Доктор Айболит» | Формировать у детей первоначальные навыки охраны жизни и здоровья. На основе ситуационных моментов учить делать выводы о безопасности жизнедеятельности. Воспитывать чувство взаимовыручки, стремление оказывать помощь друг другу. расширить знания детей о профессиональных действиях медицинских работников, воспитывать уважение к их труду. Учить объединяться в игре, распределять роли.  Формировать представления о профессии врача. | 1.Консультация на тему: «Профилактика гриппа, ОРЗ».  2.Беседы с родителями «Растим здорового ребёнка». |
| Ноябрь | ***«Полезные продукты»*** | 1.Беседа: «Витамины и полезные продукты».  2. Дидактические игры «Разложи на тарелках полезные продукты», «Съедобное – несъедобное».  3.ООД: «Выбор полезных продуктов и отказа от вредных».  4. С/рол. игра «Овощной магазин», «Угостим куклу чаем»  4. Чтение Ю.Тувим «Овощи», Г.Зайцев «Приятного аппетита» | Закрепить название овощей и фруктов, умение узнавать их на ощупь и по описанию, упражнять в умении дифференцировать овощи и фрукты. Формировать первичное знание о съедобных и несъедобных продуктах. Способствовать формированию представлений детей о пользе и вреде еды для организма. Закрепить название овощей и фруктов, воспитывать культуру поведения в общественных местах. Формировать умение правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами. | Беседа на тему: «Витамины в жизни человека» |
| Декабрь | ***«Для чего нужно умываться?»*** | 1.Беседа «Чистота и здоровье», «Как правильно мыть руки»,.  2.Дидактические игры «Да здравствует мыло душистое», «Почистим зубки»  3. Игра-экспериментирование «Грязные и чистые ручки».  4. С/рол. игра «Искупаем куклу Катю», «Салон красоты»  5. Чтение К.Чуковский «Мойдодыр», А.Барто «Девочка чумазая». | Формировать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур.  Закреплять знания о предметах личной гигиены. Способствовать формированию привычки к опрятности (мыло, полотенце, зубная паста). Формировать умение детей о том, как нужно ухаживать за зубами и правильно питаться.  Формировать умение детей делать выводы, мышление, вызвать радость от открытия полученных опытов. Формировать практические умения при умывании и купании куклы, закреплять знания о предметах личной гигиены. | Консультация для родителей «Охрана здоровья детей и формирование в семье культуры здорового образа жизни». |
| Январь | ***«Витамины и здоровье»*** | 1. Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу».  2. Дидактические игры «Угадай на вкус».  3.ООД: «Путешествие за витаминами».  4. Чтение С.Михалков «Про девочку которая плохо кушала».  5. Развлечение «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу» | Рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека.  Закреплять знания детей о пользе овощей и фруктов, умение определять их по вкусу. Расширять представление детей о витаминах и их полезных свойствах.  В ходе развлечения, познакомить детей с группами витаминов, объяснить, как витамины влияют на организм человека, об их пользе и значении для здоровья человека | Памятка для родителей  «Упражнения для формирования правильной осанки у детей» |