

Чермакова Анна Николаевна,

старший воспитатель,

МБДОУ «Детский сад № 127»,

г. Чебоксары, Чувашская Республика, Россия

**РЕАЛИЗАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ПРОЕКТА
ПО ПРИОБЩЕНИЮ У ДОШКОЛЬНИКОВ
ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ
«ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ – СЧАСТЛИВЫЕ РОДИТЕЛИ»**

Аннотация. В данной статье раскрывается опыт работы дошкольного учреждения по реализации муниципального проекта «Здоровые дети – счастливые родители», который направлен на привитие норм здорового питания у детей в семье, формирование у детей интереса к соблюдению правил рационального и здорового питания.

Ключевые слова: гармоничный рост, физическое и нервно-психического развитие, эффективные формы работы, здоровое питание.

Anna N. Chermakova,

senior educator,

MBPEI «Kindergarten № 127»,

Cheboksary, the Chuvash Republic, Russia

**THE IMPLEMENTATION OF A MUNICIPAL PROJECT
ON INTRODUCING PRESCHOOLERS TO
HEALTHY NUTRITION
«HEALTHY CHILDREN – HAPPY PARENTS»**

Abstract. This article reveals the experience of the preschool institution in the implementation of the municipal project "Healthy children-happy parents", which is aimed at instilling norms of healthy nutrition in children in their family, the for-

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

mation of children's interest in observing the rules of rational and healthy nutrition.

Key words: harmonized growth, physical and neuro-mental development, effective forms of work, healthy nutrition.

Дошкольное образовательное учреждение обеспечивает конституционное право каждого ребёнка на охрану жизни и здоровья. Рациональное питание детей дошкольного возраста – необходимое условие их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды. Роль питания в современных условиях значительно повышается с ухудшением состояния здоровья детей в результате целого комплекса причин, одной из которых является нарушение структуры питания и снижение его как в семье, так и в ДОУ.

Дети, посещающие ДОУ, основную часть суточного рациона питания (не менее 100%) получают именно в учреждении. Поэтому организация питания в ДОУ должна предусматривать обеспечение детей большей частью необходимой им энергии и пищевых веществ.

С целью приобщения дошкольников к здоровому питанию, расширения знаний детей о продуктах здорового и нездорового питания в семье, в детском саду реализуется муниципальный проект **«Здоровые дети – счастливые родители»**.

В детском саду в рамках проекта с дошкольниками систематически и активно ведется работа в данном направлении. С детьми с младшего возраста организуются разные виды деятельности: блиц-опросы о вкусной и здоровой пище, дидактические игры, познавательные беседы о здоровом питании, просмотр презентаций «Вредная и здоровая пища», экспериментирование, образовательная деятельность, выставки рисунков «Здоровое питание», игры-беседы «Пейте дети молоко – будьте здоровы!», игры-загадки «Витамины для здоровья», музыкальные развлечения и театрализованные представления. В

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

реализацию проекта вовлечены родители воспитанников, с которыми проводятся разные формы работы: наглядная информация для родителей о здоровом питании в семье, памятки «Питание и здоровье детей», «Организация питания ребенка в зимний и летний период», фотовыставки «Мое любимое блюдо», конкурс семейных творческих презентаций «Культура питания в моей семье», круглые столы по обсуждению питания детей в детском саду, анкетирование и др.

С педагогами эффективны такие формы работы, как консультации, беседы, педагогические советы, семинары-практикумы, методические рекомендации по питанию дошкольников в детском саду.

В практике ДООУ в работе с родителями проводятся мастер – классы по приготовлению блюд. Так, в ноябре 2018г. родители были приглашены на мастер-класс по приготовлению овощного блюда. Повара рассказали родителям о пользе овощных блюд для укрепления и развития детского организма, какие блюда из овощей включены в меню детского сада, нормы СанПин по овощам. Родителям подробно показали технологию приготовления блюда: «Картофельная запеканка с овощами» и пригласили на дегустацию данного блюда. Родители отметили вкусовые качества и пользу овощных блюд для детей.



С целью приобщения детей и родителей к здоровому питанию на сайте детского сада на баннере «Питание в детском саду» систематически размещаются новости по работе с дошкольниками.

«Творог для зубов»

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Правильное питание имеет большое значение для формирования и укрепления здоровья ребенка. С появлением у ребенка зубов, необходимо менять и характер питания.

Сегодня воспитанники младшей группы "Красная шапочка" более подробно узнали, какие же продукты нужны для зубов? Самым незаменимым из продуктов можно считать творог, так как в нем содержится кальций. Роль кальция в растущем организме ребенка, когда формируется и крепнет тело малыша, переоценить просто невозможно. Ребенок должен получать все микроэлементы, витамины и минералы. Творог для детского питания считается необходимым продуктом, который полезен и в натуральном виде, и в составе разнообразных блюд.

С ребятами также была проведена беседа на тему "Вредная еда для наших зубов". Дети узнали о вредных продуктах питания, такие как: чипсы, конфеты, шоколадные батончики, жевательные конфеты и прочие сладости, которые разрушают зубы. В ходе беседы малыши пришли к выводу, что лучше отдать предпочтение полезным продуктам. Полезная и здоровая еда – это залог крепкого здоровья ребенка.

