

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –
детский сад № 34**

620078, г. Екатеринбург, ул. Педагогическая, 26, e-mail: mdou-34@yandex.ru, сайт: <http://34.tvoyasadik.ru/>

**План работы по проекту
«Разговор о здоровье и правильном питании»
для подготовительных групп МБДОУ – детского сада № 34
на 2023-2024 учебный год**

№ п\п	Тема	Цель и задачи	Форма проведения	Сроки	Взаимодействие с родителями	Ответственный
1	Если хочешь быть здоров	Познакомить детей с героями программы. Выяснить круг представлений ребенка о здоровом образе жизни	Презентации: «Здравствуй дорогой друг» «Если хочешь быть здоров» Беседа - рассуждение	05.09.2023	Информационная справка: «Рацион питания ребенка»	Воспитатели подготовительных групп
2	Самые сладкие продукты	Дать представления о том, какие продукты наиболее полезны и почему есть их необходимо регулярно, научить детей выбирать самые полезные продукты.	Информационная беседа	22.09.2023	Консультация «Этот любимый всеми сахар»	Воспитатели подготовительных групп
3	Удивительное превращение пирожка	Дать представление о необходимости и важности регулярного питания, соблюдения режима питания, познакомить с основными	Информационная беседа	11.10.2023	Консультация: «Типовой режим питания детей 6-8 лет»	Воспитатели подготовительных групп

		правилами гигиены питания.				
4	Кто умеет жить по часам ?	Сформировать у детей представление о значении режима дня и важности его соблюдения	Беседа – презентация: «Кто жить умеет по часам»	30.11.2023	Консультация: «Режим дня»	Воспитатели подготовительных групп
5	Вместе весело гулять.	Дать представление о необходимости и важности ежедневных прогулок на свежем воздухе	Игровая ситуация Презентация «Вместе весело гулять»	07.12.2023	Консультация: «Двигательная активность детей 6-8 лет»	Воспитатели подготовительных групп
6	Из чего варят каши и как сделать кашу вкусней	Формирование у детей представление о завтраке как обязательном компоненте ежедневного рациона питания, различных вариантах завтрака.	Беседа - презентация» Из чего варят кашу»	22.12.2023	Консультация: «Полезный завтрак»	Воспитатели подготовительных групп
7	Плох обед, если хлеба нет	Формирование представления об обеде как обязательном дневном приеме пищи, его структуре	Беседа – презентация «Плох обед , если хлеба нет»	19.01.2024	Консультация: «Полезный и питательный обед»	Воспитатели подготовительных групп
8	Время есть булочки	Сформировать представление о полднике как возможном приёме пищи между обедом и ужином; познакомить детей со значением молока и молочных продуктов.	Беседа – презентация: «Время есть булочки», «Молоко и молочные продукты»	9.02.2024	Информационная справка: «Молоко, молочные продукты и их польза»	Воспитатели подготовительных групп

9	Пора ужинать	Формирование представления у детей об ужине, как об обязательном вечернем приеме пищи, его составе»	Беседа – презентация: «Пора ужинать»	28.02.2024	Консультация: «Полезный ужин, варианты блюд для ужина»	Воспитатели подготовительных групп
10	На вкус и цвет товарищей нет	Дать представление о разнообразии вкусовых ощущений от разных продуктов и блюд.	Беседа-рассуждение	11.03.2024	Информационная справка: «Пряности и их роль в блюдах»	Воспитатели подготовительных групп
11	Как утолить жажду	Сформировать представление о значении жидкости для организма человека и ценности разнообразных напитков.	Информационная беседа	29.03.2024	Информационная справка: «Разнообразие напитков и их польза»	Воспитатели подготовительных групп
12	Что помогает быть сильным и ловким	Сформировать представление о связи рациона питания и занятий спортом, о высококалорийных продуктах питания»	Беседа – рассуждение Беседа – презентация: «Что помогает быть сильным и ловким»	18.04.2024	Консультация: «Высококалорийные продукты»	Воспитатели подготовительных групп
13	Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты	Познакомить детей с разнообразием фруктов, ягод, овощей, их полезными свойствами и значением для организма. Познакомить со значением витаминов и	Беседа – презентация: «Овощи, ягоды, фрукты – витаминные продукты»	29.04.2024	Консультация: «Овощи, ягоды, фрукты и их польза», «Витамины, минеральные вещества и их значение»	Воспитатели подготовительных групп

		минеральных веществ.				
14	«Праздник здоровья»	Закрепить полученные знания о рациональном питании и здоровом образе жизни	Развлечение: «Праздник здоровья»	15.05.2024	Участие родителей в развлечении «Праздник здоровья»	Воспитатели подготовительных групп