



**Отчет о реализации муниципального проекта
«Здоровые дети-счастливые родители»
2024-2025 уч. г.г.**

Цель проекта:

- совершенствование и обновление практики «здорового питания» среди воспитанников и их семей;
- формирование здоровьесберегающей пищевой привычки;
- привитие нормы здорового питания для детей в семье с самого начала знакомства со взрослой пищей.

Задачи проекта:

- усилить работу по формированию здоровьесберегающей пищевой привычки детей дошкольного возраста в семье и социуме;
- расширить возможности и условия развития принципов здорового питания среди семей воспитанников,
- привить ребенку культуру гигиены здорового питания,
- сохранение физического здоровья,
- уменьшение уровня заболеваемости среди детей.

19.09.2024 г.



Количество участников – 20 воспитанников

«Разговоры о дыне»

Цель: познакомить с дыней; познакомить детей с разнообразием вкусовых свойств различных продуктов питания. Формировать у дошкольников навыки правильного питания и здорового образа жизни.

Сегодня воспитанники старшей группы "Знайки" узнали много интересного о дыне. Дыня родом из Средней и Малой Азии. Она не только вкусная и сладкая, но ещё и очень полезная. Дыня является отличным источником витаминов А, В, С и минералов: калия, натрия, кальция, железа. Полезна для сердца и сосудов, поддерживает зрение и способствует правильному пищеварению. Как диетический продукт дыня рекомендуется людям, страдающим атеросклерозом сосудов головного мозга и сердца при некоторых заболеваниях почек, печени, сердечно-сосудистой системы, геморрое; ослабленным детям — в связи с наличием в плодах легкоусвояемых солей железа, необходимых для улучшения окислительно-восстановительных процессов.

23.10.2024 г.

Количество участников – 20 воспитанников



Правильное питание-залог здоровья"

Цель: расширение представлений детей о правильном и здоровом питании. Закрепить представление о пользе витаминов и их значении для здоровья человека.

Детский организм развивается бурно и быстро. Поэтому очень важно правильно организовать питание детей. Однако детей окружает множество соблазнов в современном мире: сладкая газировка и чипсы, телереклама фаст-фуда, шоколад, жвачка и многое другое. Чтобы уберечь детей от нехороших последствий, в старшей группе "Знайки" прошла познавательная беседа на тему "Правильное питание - залог здоровья". Дети узнали, что существуют продукты животного и растительного происхождения, их значение в питании человека; выяснили, что необходимо укреплять своё здоровье полезными продуктами, заниматься физкультурой, а главное необходимо вести здоровый образ жизни. В результате, воспитанники сделали вывод о том, что правильно организованное питание является необходимым условием гармоничного роста и развития детей дошкольного возраста.

21.11.2024 г.

Количество участников – 18 воспитанников



«Витамины осенью»

Цель: расширение представлений детей о правильном и здоровом питании. Закрепить представление о пользе витаминов и их значении для здоровья человека.

Ноябрь – темное и холодное время года, практически зима. В этот период наш организм нуждается в усиленной поддержке, чтобы противостоять вирусам и инфекциям. Поэтому основная задача – укрепить иммунитет с помощью правильного питания. Ноябрь – прекрасная пора, чтобы побаловать себя сезонными фруктами, которые богаты полезными веществами. Среди них, например, сладкий гранат. Его плоды благотворно влияют на сердечно-сосудистую, мочеполовую и эндокринную системы, пищеварение, состояние кожи и полости рта. В гранате высокая концентрация кислот, много витаминов В5, В6, В12, К. Еще одна «витаминная бомба» ноября – хурма. В ней особенно много витамина В5 (пантотеновая кислота), который помогает синтезировать жирные кислоты, холестерин, гемоглобин, влияет на обмен жиров, углеводов и белков. И это далеко не все полезные продукты последнего осеннего месяца. Ноябрь еще и сезон сочных мандаринов, апельсинов, грейпфрутов, инжира и киви.

19.12.2024 г.

Количество участников – 18 воспитанников



«Организация рационального питания»

Цель: Формирование у обучающихся ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни; приобретение обучающимися познаний об основных условиях и способах укрепления здоровья.

От того как организовано питание в ДОО, во многом зависит физическое и нервно-психическое развитие детей, а так же их заболеваемость. Полнота и сбалансированность организации питания заключается в полном удовлетворении физиологических потребностей детей в основных пищевых веществах и энергии. Немаловажным условием организации питания в детском саду является тесный контакт и согласованная работа администрации и родителей воспитанников детского сада. Регулярный контроль за качеством питания воспитанников осуществляется администрацией ДОО совместно с родительской общественностью. Такая плодотворная работа по организации питания в детском саду обеспечивает конституционное право каждого ребенка на охрану жизни и здоровья. А здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к действиям инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды.

14.01.2025 г.

Количество участников – 18 воспитанников



«Из чего же сделана каша?»

Цель: Формирование у обучающихся ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни; приобретение обучающимися познаний об основных условиях и способах укрепления здоровья.

В детском саду почти ежедневно детям дают по утрам кашу, которая сварена поварами с нежностью и любовью к ним. Сегодня в группе «Лучики» прошла тематическая беседа, посвящённая каше. Мальчишки и девчонки познакомились с разными видами круп, узнали какие каши из них получаются, какие продукты необходимы для приготовления. Поиграли в игру : " Узнай кашу по крупе. " Сами "сварили" кашу в игре " Раз, два, три- ты горшочек наш вари." Из беседы дети узнали, что каши очень полезны для организма человека, его роста и здоровья. Посмотрели мультфильм " Каша из топора", с интересом наблюдая за тем, как солдат, проявив смекалку, сварил вкусную кашу из "топора". Мы надеемся, что узнав много нового о пользе каш, ребята с аппетитом будут их есть не только в детском саду , но и дома, где она готовится с любовью.

13.02.2025 г.

Количество участников – 18 воспитанников

«Полезная и вредная еда»

Цель: Способствовать формированию у детей представлений о роли правильного питания в жизни человека. Рассказать детям о продуктах питания и о их значении для человека, познакомить с понятиями «питательные вещества», «правильное», или «здоровое питание».



Чтоб расти и развиваться человек должен правильно питаться. Человек употребляет в пищу разнообразные продукты. Есть продукты полезные и не полезные, вредные. А для того, чтобы быть здоровым, нужно знать, что вредно для нас. Ведь здоровье необходимо каждый день укреплять. Воспитатель группы "Почемучки" провела беседу «Полезная и вредная еда». В ходе беседы дети активно обсуждали, высказывали свои мнения о продуктах, которые полезны, и которые могут нанести вред организму. Также ребята закрепили правила поведения во время приёма пищи, поиграли в игру «Полезно-вредно». В итоге, было решено правильно питаться не только в детском саду, но и дома, постараться как можно меньше есть вредные продукты, ежедневно употреблять свежие фрукты и овощи.

31.03.2025 г.

Количество участников – 20 воспитанников

«Контроль за качеством питания»

Цель: изучение условий приема пищи в группах; анализ согласованности взрослых при организации питания детей; анализ профессиональных умений воспитателей по организации приема пищи; анализ взаимодействия с родителями по вопросу питания.



С целью обеспечения эффективного контроля за качеством питания в нашем детском саду сегодня был проведён родительский контроль за организацией питания детей в подготовительной к школе группе. В мероприятии приняли участие родители. В ходе контроля родители ознакомились с процессом выдачи готовых блюд и организацией питания детей в группе. Они имели возможность посетить группу во время приёма пищи и увидеть, как сервируются столы, как дети готовятся к трапезе, а также как воспитатель организует процесс питания. Родители убедились, что в группах царит благоприятная эмоциональная обстановка, и дети с удовольствием едят полезную и вкусную еду. После мероприятия родители ушли спокойные и довольные, теперь они знают, что их детей кормят не только полезно, но и вкусно, с соблюдением всех правил и норм.

10.04.2025 г.

Количество участников – 18 воспитанников

«День банана»



Цель: сформировать представление детей о смузи , приготовить и провести дегустацию напитка; познакомить детей с названием «смузи», каких видов он бывает. Расширить представление детей о правильном питании, его значимости для здоровья; развитие кулинарных способностей.

10 апреля отмечается День банана! День банана стал для детей старшей группы "Мечтатели" по - настоящему незабываемым! Они узнали много интересного о банане. Например, что банан - это не фрукт, а ягода, потому что растет на банановом кусте, который может быть выше самого бамбука! Дошкольники узнали, что кожура банана темнеет под воздействием давления. Кстати, а Вы знали, что кожурой банана можно отбелить зубы? Еще одним открытием для ребят стало известие о том, что кожурой можно натереть поцарапанный DVD - диск и восстановить его! Также оказалось, что кожура банана является прекрасным средством для полировки кожаной обуви и даже листья цветов! Также кожура банана является отличным удобрением для цветов. Всегда полезно знать, как использовать все части наших любимых продуктов! В завершение мероприятия ребята вместе с мамой Родиона и Тимура с Алиной Владимировной приготовили вкусный банановый смузи. Ведь банан - это не только интересный объект изучения, но и вкусный и полезный продукт!

15.05.2025 г.



Количество участников – 15 воспитанников

«Фруктовые шашлычки»

Цель: Расширять представления детей о фруктах, их пользе для человека, узнавать фрукты. Развивать познавательно-исследовательскую и продуктивную деятельность.

В рамках реализации муниципального проекта "Здоровые дети-счастливые родители", педагоги нашего сада ежедневно уделяют разговорам о здоровой и вредной пище. Ребята прекрасно ориентируются в том, что полезно, а что вредно. Но в доверительной беседе признаются, что самая вредная еда оказывается самая вкусной, по их мнению, и они ее предпочитают. Ведя беседы о пользе фруктов, воспитанники старшей группы «Знайки» решили оформить фруктовые блюда в виде шашлычков. А вы когда-нибудь ели фруктовый шашлык? Всем известно, что из фруктов готовят разнообразные блюда. Оказывается, из них даже можно приготовить сочные и вкусные "шашлыки". Для шашлычка ребятам понадобились: Дети с удовольствием самостоятельно нанизывали фрукты на шпажки.

22.05.2025 г.

Количество участников – 20 воспитанников



«День винегрета»

Цель: Закреплять у детей понятие о назначении труде поваров. Формировать значимость и уважение к данной профессии. Формировать у детей навыки безопасного обращения с опасными предметами в быту, умение правильно ими пользоваться(шинковать овощи).

22 мая отмечается День винегрета. Винегрет — это визитная карточка русской кухни. В рамках реализации "Здоровые дети-счастливые родители" в старшей группе «Фантазеры» прошел мастер-класс «День винегрета». Винегрет - холодное блюдо русской кухни, разновидность салата, обязательным ингредиентом которого является отварная свекла. В начале мероприятия была проведена беседа о пользе овощей: свеклы, картофеля, моркови, огурца. После, ребята приступили к самому интересному - приготовлению винегрета. Ребята познакомились со способами нарезки овощей, приемами правильного обращения с ножом во время работы. Все старались и получали удовольствие от процесса. Когда все овощи были порезаны, приступили к сборке салата. Затем продегустировали наш салат. В ходе мастер-класса дети расширили свои представления об овощах, о способах их приготовления, испытали удовольствие от совместного труда и гордость за его результат, который вызвал у них положительные эмоции. Винегрет получился очень вкусным!