Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 3»

**Перспективный план по**

***санитарно-просветительской программе***

***для детей дошкольного возраста***

**"Основы здорового питания"**

**2 мл. группа**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Тема | Цель и задачи | Совместная деятельность | Самостоятельная деятельность | Работа с родителями |
| **Сентябрь** | Овощи и фрукты | Дать представление о полезных продуктах, формировать знания об овощах, фруктах. | Беседа «Овощи и фрукты – витаминные продукты»  Ц: дать представление об овощах и фруктах, их пользе  Д/И «Волшебный мешочек», «Фрукты и овощи»  Ц: Учить находить и называть предметы на ощупь, развивать логику, речь, мышление.  Творческая деятельность  «Фрукты, овощи в корзине»  Чтение стихов об овощах и фруктах | Д/и «Сложи картинку» (овощи), «Узнай по описанию»  «Выложи по контуру» (фрукты, овощи)  Ц: развитие мелкой моторики | Беседа «Правильное питание для роста и развития малышей» |
| **Октябрь** | Без обеда никуда | Обогатить позитивный эмоциональный опыт детей при освоении первых правил поведения за столом. | Чтение «Маша обедает» С.Капутикян.  Беседа «Мы обедаем»  «Как правильно сервировать стол?»  Ц: Знакомить с названиями столовой посуды, их формой, цветом | С/Р игра «Мы готовим обед» | Консультация «Едим в кругу семьи» |
| **Ноябрь** | Гигиена и ребенок (самообслуживание) | Учить детей заботиться о своем здоровье, совершенствовать навыки пользования предметами личной гигиены | Игра - занятие «Угостим куклу Катю чаем»  Ц: Формировать умение последовательно выполнять действия, называть предметы и действия с ними;  Творческая деятельность «Угощение для Мишки» | С/Р игра «Помогаю маме помыть посуду» | Консультация для родителей «Гигиена и ребенок» |
| **Декабрь** | В стране разноцветных витаминок | Дать представление о понятии витамины, рассказать о пользе витаминов для организма. | Беседа «Что такое витамины?»  Ц: учить ребенка заботиться о своем здоровье  Чтение «Азбука здоровья»  С. Волков.  С/р игра «Овощной магазин» | С/р игра «Овощной магазин»  Ц: закрепить название овощей и фруктов, воспитывать культуру поведения в общественных местах. | Конкурс рецептов:  «Любимый салат нашей семьи»  Памятка для родителей «Растим здорового ребенка» |
| **Январь** | Полезные и вредные продукты | Формировать знания о правильном питании. | Д/и «Разложи на тарелках полезные продукты»  Ц: закрепить название овощей и фруктов, упражнять в умении дифференцировать их. | Д/И «Полезные и вредные продукты» | Консультация для родителей |
| **Февраль** | Гигиена – залог здоровья | Формировать культурно-гигиенические навыки» | Беседа-игра «Наша помощница – салфетка»  Ц: закрепить правила пользования салфеткой во время еды?»  Рассматривание иллюстраций «Мама купает малыша»  Потешка «Водичка, водичка» | Д/И «Накормим куклу кашей»  КГН: Игровой тренинг «Как правильно мыть руки» | Консультация для родителей «Воспитание культурно-гигиенических навыков» |
| **Март** | Села Машенька за стол | Воспитывать культурно-гигиенические навыки. | Д/И «Кормление куклы»  Игровая ситуация «К кукле Маше пришли гости»  Рассматривание иллюстраций «Сервируем стол» | Рассматривание иллюстрации «Сервируем стол» | Беседа «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей» |
| **Апрель** | Спорт и здоровье | Способствовать приобретению детьми навыков здорового образа жизни. | Беседа «Моя семья и физкультура» Ц: вызвать желание общаться, делиться впечатлениями о занятиях спортом в семье.  Чтение стихов о спорте и инвентаре | Рассматривание иллюстраций «спортсмены»  Д/и «Полезно-неполезно» Ц: расширять представления и закреплять знания детей о вреде и пользе продуктов питания. | Веселые старты «Моя спортивная семья» |
| **Май** | Ай, да каша | Формировать у детей представление о здоровом питании, о пользе каши, ее значении для здоровья человека | Игра- хоровод «Варим кашу»  Пальчиковая игра «Кашка- малашка ты так хороша…»  Беседа о каше Ц: формировать представления детей о каше, как о полезном продукте питания | С/р игра «Магазин», «Покорми куклу Катю кашей» | Буклеты для родителей «Рецепт вкусной каши – или как научить ребенка кушать кашу» |