**Неделя здорового питания прошла в детском саду № 13 "Радуга"**

Вся неделя с 17 по 23 октября 2022года в МБДОУ детский сад №13 «Радуга» проходила под лозунгом «Здоровое питание - здоровый ребенок». В каждой группе были организованны  мероприятия, направленные на обеспечение полноценного здорового питания дошкольников и приобщения родителей и детей к здоровому образу жизни, с целью формирования культуры здорового питания.

Перед началом недели в детском саду была проведена предварительная работа по подбору литературы и  разнообразного материала по этой теме,  разработан план мероприятий на каждый день, состоящий из калейдоскопа ярких и интересных событий познавательной направленности, организованных в игровой форме, форме целевых экскурсий на пищеблок МБДОУ, аптеку «Жизнь», путешествий в страну «Витаминию», где произошла встреча с шеф-поваром Еленой Олеговной, она провела для детей мастер-класс «От шеф-повара» по приготовлению  печенья «Волшебная фантазия».

С детьми проводились беседы на темы: «Дары осени», «Полезные и вредные продукты», «Витамины, полезные для здоровья», «Что мы любим, употреблять в пищу?». «Где живут витамины?» Дети узнали, что благодаря правильному питанию они растут здоровыми и крепкими.

Воспитатели читали  и разучивали  произведения художественной литературы и фольклора о полезных и вредных продуктах; рассматривали  иллюстрации. Во время режимных моментов закрепляли с детьми элементарные правила сервировки стола, обращали внимание на правила поведения за столом в процессе приёма пищи.   
Проводились разнообразные дидактические и **сюжетно-ролевые**игры: «Угадай что в мешке» «Съедобное – несъедобное», **«Сварим суп из овощей».**

Малыши из группы «Носики-курносики» лепили наливные яблочки и рассказывали как много витаминов в этом фрукте, дети группы «Радужка» рисовали яблоки и раскрашивали их губкой, а воспитанники группы «Пчелка» рассматривали микробы через микроскоп, и узнали – как много их может быть на грязных руках и немытых фруктах.

Педагоги и дети младших групп  вместе с родителями выпустили газеты:  «Организация питания в выходные дни», «Рецепты витаминных блюд»,  «Рекомендуемые нормы содержания витаминов в питании ребенка», «Здоровье ребенка в руках взрослых - молоко – источник здоровья».

Педагоги старших групп организовали выставку детского творчества из овощей и фруктов «В королевстве витаминов», провели НОД на тему «Путешествие пирожка по пищеварительному тракту».

Для родителей воспитанников педагоги провели консультации, разместили  на стенде рекомендации, памятки, интересные рецепты детского меню, главной целью которого было привлечение  внимания родителей к здоровому питанию детей, а также к снижению употребления поваренной соли, ее вреде для организма человека.

31 октября в ДОУ прошел «День снижения потребления поваренной соли».

У детей расширились знания о разных видах продуктов, появился интерес к здоровому питанию. Родители воспитанников и сотрудники ДОУ в количестве 30 человек приняли участие в федеральном проекте «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография», где прошли обучение по санитарно-просветительской программе «Основы здорового питания (для детей дошкольного возраста). За что получили сертификаты.









 