



Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение города Новосибирска
«Средняя общеобразовательная школа № 15
имени Красовского Ильи Станиславовича»

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом
уровня дошкольного образования
МБОУ СОШ № 15
Протокол № 1
от 31 августа 2026 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 15
С.С. Винивитин
Приказ № 366-од
от 31 августа 2026 г.

ПРОГРАММА ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

Срок реализации: 5 лет

Содержание

1.	Целевой раздел	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.1.	Содержание проблемы и обоснование её решения	3
1.1.2.	Цель и задачи программы	5
1.1.3.	Сроки реализации	6
1.2.	Содержание программы	6
1.3.	Концепция оптимального питания	7
1.4.	Ожидаемые результаты реализации Программы:	8
2.	Содержательный раздел	9
2.1.	Интеграция образовательных областей	9
2.1.1.	Результаты образовательной деятельности	9
2.1.2.	Содержание Программы	9
2.1.3.	Комплекс мероприятий, направленных на реализацию Программы	11
2.2.	Механизм реализации Программы	12
2.2.1.	Организация контроля за исполнением Программы	12
2.2.2.	Производственный и общественный контроль за организацией питания	12
2.2.3.	Необходимость соблюдения санитарных и гигиенических требований	13
2.3.	Работа с родителями	13
3.	Организационный раздел	15
3.1.	Методическое обеспечение	15
3.2.	Формы подведение итогов реализации программы	16
	заклучение	16
	Список используемой литературы	16
	Приложения	

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Культура здорового питания детей и подростков в любом обществе, в любых экономических и политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны, генофонд нации.

Много знаний получают дети в дошкольном возрасте, но, к сожалению, редко их учат следовать правилам культуры питания. Адаптация детей в коллективе, процесс обучения, умственные и физические нагрузки повышают потребности организма в основных пищевых веществах и энергии. Однако культура питания дошкольников резко снизилась.

А какого человека можно считать культурным в плане питания? Не претендуя на строгую научность определения, скажем, что это тот, кто способен организовать своё питание в соответствии с потребностями организма, способствуя тем самым сохранению и укреплению здоровья.

В основе такого «культурного» питания лежат 5 принципов: регулярность, разнообразие, адекватность, безопасность, удовольствие.

Опыт показывает, что создание благоприятной образовательной среды способствует не только прочным знаниям, но и одновременно способствует формированию культуры здорового питания дошкольников.

Биологическая реакция организма дошкольника зависит как от его адаптационных возможностей, так и от силы сочетаемого воздействия образовательной среды. Многие параметры образовательной среды регламентируются санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья дошкольников.

В реализации программы «Культура здорового питания» задействованы: администрация образовательного учреждения, воспитатели, медицинские работники и технический персонал.

1.1.1. Содержание проблемы и обоснование её решения

Одним из приоритетных направлений деятельности государства и общества является обеспечение здоровья населения страны. Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях представляет особо социальную значимость. Основное время дети находятся в дошкольном учреждении. Поэтому от того, насколько правильно организовано питание в МЮОУ СОШ № 15 ДО, во многом зависит здоровье и развитие обучающихся.

Здоровье детей в любом обществе, в любых экономических и политических условиях является предметом первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны.

Правильное питание – залог здоровья. В условиях недостаточной грамотности родителей, которые не уделяют необходимого внимания организации питания своих детей, возрастает роль организации питания,

которое помимо возможности обеспечить каждого ребёнка основными пищевыми веществами, в том числе, незаменимыми (такими, как витамины и минеральные вещества), приобретает огромное воспитательное значение, так как позволяет сформировать у ребёнка оптимальное пищевое поведение в соответствии с принципами здорового питания. На сегодняшний день ситуация с состоянием питания вызывает тревогу по целому ряду причин:

- современный мир с его техническим прогрессом разучил нас двигаться. Человек все меньше тратит свою собственную энергию, снижается двигательная активность, что неизбежно приводит к избыточному весу, ожирению. (наше дошкольное учреждение в настоящее время посещает 1,5% таких детей);
- часть детей страдает от неполноценности рациона питания, причем в наиболее острых случаях это приводит к замедлению физического и функционального развития;
- родители, не демонстрируют грамотного, сознательного отношения к режиму питания, имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. И как следствие, дети не усваивают правил рационального питания;
- основные проблемы питания воспитанников связаны с нарушением питания вне стен учреждения: увлечение родителей фаст - фудами, чипсами, газированными напитками и т.д.

Между тем, нарушение принципов рационального питания – верный путь к развитию многочисленных заболеваний желудочно – кишечного тракта, нервно – психической сферы, дыхательной и сердечно – сосудистой систем, опорно – двигательного аппарата, возникновения стрессовых состояний, существенно снижающих эффективность образовательной деятельности и адаптацию к образовательному процессу. Все перечисленные факторы негативно сказываются на состоянии здоровья подрастающего поколения. Проблему оздоровления населения в настоящее время, пытаются решить на разных уровнях государственной власти, общественных организаций и образовательных учреждений.

В личностно – ориентированном образовании заложена определенная идеология: приобретение ребенком личного опыта – наиболее ценно для его развития, ребенок развивается в процессе самостоятельного взаимодействия с окружающим миром.

Одной из важнейших задач воспитания детей дошкольного возраста, решение которой будет осуществляться посредством реализации Программы ДОУ – формирование ценности здорового образа жизни для современного человека, ответственного отношения к собственному здоровью.

Все это возможно только в результате серьезной совместной работы педагогов, родителей и самих воспитанников.

Наблюдения показывают, что с самого раннего детства у ребенка формируются вкусовые пристрастия и привычки. В их формировании важнейшую роль играет семья. За последние годы наш рацион изменился до неузнаваемости. Благодаря гастрономической революции готовить стало легче, а пережаривать труднее. Мы пьем порошковое молоко, завариваем кипятком сухое картофельное пюре, мажем на хлеб искусственное масло, утоляем голод хот-

догами, чипсами и шоколадными батончиками. Супчики из пакетика, лапша моментального приготовления, бульонные кубики вытеснили со стола здоровую еду.

Дошкольникам свойственна высокая активность в познании окружающего мира. Поэтому, у нас как у педагогов имеется реальная возможность привлечь внимание ребёнка к укреплению и сохранению его здоровья. А сохранение здоровья человека находится в прямой зависимости от питания.

Это доказывает актуальность и значимость обучения дошкольников основам правильного питания как одной из составляющих ЗОЖ.

Новизна

Стоит отметить, что при изучении программы самым результативным способом усвоения знаний является применение технологии *«обучения в сотрудничестве»*. При данном видеобучении особое внимание уделяется групповым целям и успеху всего коллектива, которого можно достигнуть только в результате самостоятельной работы каждого члена группы в постоянном взаимодействии. Задача каждого ребенка состоит не только в том, чтобы сделать что-то вместе, но и в том, чтобы узнать что-то вместе, чтобы каждый участник команды овладел необходимыми знаниями, сформировал нужные навыки. Главная идея обучения в сотрудничестве может быть сформулирована так: учиться вместе, а не просто что-то выполнять вместе.

Для данной программы подготовлен учебно-методический комплект, включающий яркие красочные тетради для детей, методические пособия и плакаты для педагогов, информационные буклеты для родителей.

Каждая тема состоит из теоретической части и практической. Выполняя разнообразные практические задания, ребята не только получают информацию, но и начинают использовать полученные знания на практике.

В ходе реализации Программы используются разнообразные формы и методы, носящие преимущественно интерактивный характер, обеспечивающий непосредственное участие детей в работе по программе, стимулирующий их интерес к изучаемому материалу, дающий возможность проявить свои творческие способности.

Таким образом, отличительной особенностью данной программы от уже существующих является не просто теоретические занятия, а погружение детей в социальную практику формирования культуры здорового питания.

1.1.2. Цель и задачи программы

Цель: воспитание у детей культуры питания, осознания ими здоровья как главной человеческой ценности.

Реализации программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных **задач**:

- формирование у детей готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;

- формирование у дошкольников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- освоение детьми практических навыков рационального питания;
- формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;
- информирование дошкольников о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
- развитие творческих способностей и кругозора детей, их интересов и познавательной деятельности;
- развитие коммуникативных навыков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы.

1.1.3. Сроки реализации

Программа «Формирования культуры здорового питания» рассчитана на пять лет обучения. Занятия проводятся в первой и/или во второй половине дня, в совместной деятельности воспитателя и воспитанников, по 10-30 минут в зависимости от возраста детей. Работа ведется в интеграции с квалифицированными специалистами ДОУ.

1.2. Содержание программы

Содержание образовательной деятельности программы «Формирования культуры здорового питания» нацелено на приобщение детей к ценностям здорового образа жизни – одному из важнейших факторов сохранения здоровья.

Полученные ребенком знания и представления о правильном питании, позволят ему найти способы укрепления и сохранения здоровья, а приобретенные навыки помогут осознанно выбрать значимые для него компоненты здорового образа жизни.

Направления Программы

Реализация Программы осуществляется по следующим направлениям:

- организация рационального питания обучающихся;
- обеспечение высокого качества и безопасности питания;
- обеспечение разнообразия питания обучающихся;
- организация разъяснительной работы по вопросам здорового питания;
- пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
- обучение кадрового состава работников пищеблока современным технологиям.

Участники:

- дети;
- педагоги;
- медицинская сестра;
- родители.

1.3. Концепция оптимального питания

Рациональное, здоровое питание воспитанников в организованных коллективах является необходимым условием обеспечения их здоровья. Полноценное питание - существенный и постоянно действующий фактор, обеспечивающий адекватные процессы роста и развития организма, а также укрепление здоровья в детском и подростковом возрасте. Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты.

В организации питания большое значение имеют режим или ритм питания для каждой возрастной группы, правильное распределение рациона питания по отдельным приемам пищи. Немаловажное значение отводится кулинарной обработке, оформлению пищи и обстановке, в которой осуществляется ее прием, включая воспитание гигиенических навыков подготовки к приему пищи и правильное поведение во время еды.

Если в питании детей снижается потребление наиболее ценных в биологическом отношении мяса и мясопродуктов, молока и молочных продуктов, рыбы и рыбных продуктов, яиц, растительного масла, фруктов и овощей и при этом существенно увеличивается потребление хлеба и мучных продуктов, а также картофеля, то на первый план выходят следующие нарушения пищевого статуса:

- дефицит животных белков, достигающий 15–20% от рекомендуемых величин, особенно в группах населения с низкими доходами;
- дефицит полиненасыщенных жирных кислот на фоне избыточного поступления животных жиров;
- выраженный дефицит большинства витаминов: С - у 70–100% обследованных, витаминов группы В и фолиевой кислоты - у 60–80%, бета-каротина - у 40–60%.

Питание воспитанников должно быть сбалансированным. Для здоровья детей важнейшее значение имеет правильное соотношение питательных веществ. В меню дошкольника обязательно должны входить продукты, содержащие не только белки, жиры и углеводы, но и незаменимые аминокислоты, витамины, некоторые жирные кислоты, минералы и микроэлементы. Эти компоненты самостоятельно не синтезируются в организме, но необходимы для полноценного развития детского организма. Соотношение между белками, жирами и углеводами должно быть 1:1:4. *Питание воспитанников должно быть оптимальным.*

При составлении меню обязательно учитываются потребности организма, связанных с его ростом и развитием, с изменением условий внешней среды, с повышенной физической или эмоциональной нагрузкой. При оптимальной системе питания соблюдается баланс между поступлением и расходом основных пищевых веществ. Понятие качественного питания предполагает прежде всего его рациональность, возможность восполнения энергетических затрат подрастающего организма при увеличении умственных и физических нагрузок.

Срок реализации программы: 5 лет (01.09.2026 – 31.08.2032 г.г.)

1.4. Ожидаемые результаты реализации Программы:

- наличие сформированного пакета документов по организации питания;
- обеспечение обучающихся питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния пищеблока;
- отсутствие среди детей инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- улучшение здоровья воспитанников дошкольного учреждения;
- повысится познавательный уровень развития детей в области правильного питания;
- обеспечение культуры приема пищи обучающимися;
- информация, полученная родителями, поможет пересмотреть семейное меню;
- улучшится представления о связи состояния здоровья с гигиеной питания, формированию представления о необходимости и важности соблюдения режима питания, как одного из условий рационального питания.

2. Содержательный раздел

2.1. Интеграция образовательных областей

Речевое развитие. Во время занятий происходит активное развитие диалогической речи. Формируется новая форма речи - монолог. Развивается связная речь. У детей продолжает развиваться: лексика, звуковая сторона и грамматический строй речи. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д. Дети приобщаются к словесному искусству, развивая художественное восприятие.

Познавательное развитие. С детьми проводятся: наблюдения, рассматривание природных объектов. Данные виды деятельности предполагают развитие любознательности и познавательной мотивации; развитие воображения и творческой активности; формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира; представлений о ценностях нашего народа; о традициях и праздниках, о планете Земля как общем доме людей, об особенностях её природы, многообразии стран и народов мира.

Социально-коммуникативное развитие. Во время занятий дети учатся общаться и помогать друг другу. Проявляют самостоятельность в решении различных задач, которые возникают в повседневной жизни.

Физическое развитие. Во время занятий применяются здоровьесберегающие технологии (пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз, динамические паузы).

Художественно-эстетическое развитие: Во время проведения занятий у детей формируется интерес к эстетической стороне окружающей действительности; происходит удовлетворение потребности детей в самовыражении; развивается продуктивная деятельность детей (рисование, лепка, аппликации).

2.1.1. Результаты образовательной деятельности

В ходе реализации программы «Формирования культуры здорового питания» дети будут знать о важности соблюдения режима питания, об основных питательных веществах, входящих в состав пищи, полезных продуктах и блюдах, правилах гигиены, научатся сервировать стол и соблюдать правила этикета. Приобретут знания о традициях и кулинарных обычаях народов мира.

Дошкольники приобретут умение принимать самостоятельные решения, научатся составлять индивидуальное меню и применять полученные знания в своей дальнейшей жизни.

2.1.2. Содержание Программы

Содержание Программы разработано в соответствии с поставленными задачами

Задачи	Содержание работы
--------	-------------------

Обеспечение детей дошкольного возраста питанием, соответствующим возрастным, физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания	- разработка нормативно – правовой и технологической документации по организации дошкольного питания - создание системы производственного Контроля - организация работы по С-Витаминации третьего блюда
Обеспечение доступности дошкольного питания	- выплата компенсаций различным категориям воспитанников - учет социального положения различных категорий семей воспитанников
Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании	- контроль за соблюдением законодательства РФ в области прав потребителей - приоритет продукции производителей РФ - использование современных технологий приготовления
Модернизация материально-технической базы пищеблока	- замена устаревшего технологического оборудования на более новое и современное
Предупреждение (профилактика) среди детей инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания	- просветительская работа о соблюдении санитарных норм и личной гигиены - формирование у родителей грамотного отношения к детскому питанию
Повышение кадрового потенциала	- обучение персонала санитарному
работников пищеблока и других специалистов	- минимуму и работе на современном оборудовании - просветительская работа среди педагогов по вопросам питания
Пропаганда принципов здорового питания. Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания	- использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации питания детей дошкольного возраста - проведение в МБОУ СОШ № 15 ДО мероприятий по формированию навыков здорового питания, культуры приема пищи
Совершенствование системы работы финансирования питания воспитанников, оптимизация затрат	- организация контроля за соблюдением ценообразования, выделением и освоением финансовых средств.

2.1.3. Комплекс мероприятий, направленных на реализацию Программы

мероприятия	Сроки	ответственные
Проведение бесед, в рамках недели здоровья «Детское питание»	1 раз в год	Ст. Воспитатель Воспитатели групп
Обсуждение вопросов питания на совещаниях	1 раз в квартал	Зам. дир. по ВР, Ст. Воспитатель
Ведение учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям	В течение года	Медицинская сестра Воспитатели групп
Своевременное выявление воспитанников с инфекционными заболеваниями	В течение года	Медицинская сестра Воспитатели групп
Организация своевременной сдачи документации по выплате компенсаций по оплате за ДОУ	В течение года	Зам. дир. по ВР Ст. Воспитатель
Ведение пропаганды здорового питания	В течение года	Ст. Воспитатель Воспитатели групп
Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании воспитанников на родительских собраниях «Основы формирования у ребёнка навыков здорового образа жизни. Атмосфера жизни семьи как фактор физического и психического здоровья ребёнка. Профилактика вредных привычек и социально обусловленных заболеваний у детей»	1 раз в квартал	Ст. Воспитатель, Медицинская сестра, Воспитатели групп
Изучения отношения родителей к организации питания в ДОУ	1 раз в год	Ст. Воспитатель Воспитатели групп

Привлечение родителей к проведению мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ, проводимых в ДОУ	В течение года	Ст. Воспитатель Педагоги ДОУ
Помещение на стендах информации по организации питания	В течение года	Ст. Воспитатель Воспитатели групп
Создание комиссии по проверке качества питания	Сентябрь	Директор
Составление распорядка дня, ООД для каждой возрастной группы	август	Ст. Воспитатель
Рейд по проверке организации питания в ДОУ	Ежемесячно	Члены комиссии
Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню	Ежемесячно	Члены комиссии

2.2. Механизм реализации Программы

2.2.1. Организация контроля за исполнением Программы:

- общественный контроль за организацией и качеством питания обучающихся со стороны Управляющего совета МБОУ СОШ № 15 и родительского комитета;
- информирование общественности о состоянии дошкольного питания через сайт учреждения;
- информирование родителей на родительских собраниях

2.2.2. Производственный и общественный контроль за организацией питания

Вид контроля	Исполняющий контроль
Контроль за формированием рационального питания	Зам. дир. по ВР, медицинская сестра
Входной производственный контроль	Зам. дир. по ВР, медицинская сестра
Контроль санитарно – технического состояния пищеблока	Зам. дир. по ВР, медицинская сестра

Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	медицинская сестра, шеф-повар, кладовщик
Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	Зам. дир. по ВР, медицинская сестра
Контроль за состоянием здоровья, соблюдением правил личной гигиены, гигиеническими знаниями и навыками	Ст. воспитатель, медицинские осмотры
Приемочный производственный контроль	Зам. дир. по ВР, медицинская сестра, кладовщик
Контроль за приемом пищи	Воспитатели групп Ст.воспитатель, медицинская сестра

2.2.3. Необходимость соблюдения санитарных и гигиенических требований

Профессиональная обязанность воспитателя детского сада – обучить детей правилам поведения за столом. Это обучение происходит в играх, в беседах, во время приема пищи. Правильная и красивая сервировка стола поднимает аппетит и создает доброжелательный настрой у окружающих. Умение вести себя за столом, пользоваться столовыми приборами и салфетками развивает у детей уверенность в себе.

Воспитатель, завтракая, обедая и полдничая вместе с детьми, демонстрирует им красоту, разумность и необходимость соблюдения этикета во время застолья. Между людьми, вместе принимающими пищу, возникают более тесные взаимоотношения: ребенок воспринимает воспитателя как часть своего родственного сообщества, доверяет ему и прислушивается к его словам.

Воспитать у ребят привычку есть разную пищу – дело достаточно трудное, но выполнимое. Необходимо рассказывать детям о блюдах, которые они едят, их составе и значении для здоровья человека. Детей, у которых не сформирован навык самостоятельного приема пищи, надо докормить, при этом предоставлять возможность проявлять самостоятельность, не забывая поощрять ее.

В понятие «культура поведения за столом» входит и воспитание культурно-гигиенических навыков в соответствии с возрастом.

2.3. Работа с родителями

Организация питания детей в дошкольном учреждении должна сочетаться с правильным питанием ребенка в семье. Для этого требуется четкая преемственность между ними. Нужно стремиться к тому, чтобы домашнее питание дополняло рацион детского сада. С этой целью в группах организованы уголки питания, где вывешивается меню на каждый день. Рекомендуются для домашних ужинов использовать продукты, которые ребенок в этот день в

детском саду не получал. В выходные и праздничные дни рацион ребенка лучше приближать к «детсадовскому».

Важно помнить о том, чтобы утром, до отправления ребенка в детский сад, его не кормили, так как это нарушает режим питания, приводит к снижению аппетита, в таком случае ребенок плохо завтракает в детском саду. Однако, если ребенка приходится приводить в учреждение рано, за 1-2 часа до завтрака, то ему можно дома дать стакан сока или какие-либо фрукты.

Конечно, нужно учитывать семейные традиции и вкусы ребенка, но необходимо помнить, что питание – это очень серьезно: это здоровье нации!

Говоря о питании важным является и вопрос воспитания культуры поведения детей за столом. Правильная и красивая сервировка стола поднимает аппетит и создает доброжелательный настрой у детей. Умение вести себя за столом, пользоваться столовыми приборами и салфетками развивает у детей уверенность в себе, способствует их общему развитию, развитию социальной компетентности, вкуса.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- Детей надо кормить в строго отведенное время.
- Давать в пищу только то, что полагается по возрасту и правильному рациону питания.
- Кормить ребят надо спокойно, терпеливо, давая возможность хорошо пережевывать пищу.
- Ни в коем случае не кормить ребенка насильно.
- Не отвлекать от еды игрой.
- Не применять поощрений за съеденное, угроз и наказаний за не съеденное.

Надо поощрять:

- Желание ребенка есть самостоятельно.
- Стремление малышей участвовать в сервировке и уборке стола.

Надо приучать детей:

- Перед едой мыть руки.
- Жевать пищу с закрытым ртом.
- Есть только за столом.
- Правильно пользоваться столовыми приборами.
- Вставая из-за стола, проверить свое место: достаточно ли оно чисто, при необходимости самостоятельно убрать.
- Окончив еду, благодарить.

3. Организационный раздел

3.1. Методическое обеспечение

Занятия с детьми проводятся в группе. Предметно-пространственная среда является одним из основных средств развития личности ребенка, источником его индивидуальных знаний и социального опыта.

Групповое пространство разделено на зоны. Это вызвано тем, что нет однозначного соответствия между видом деятельности и материалом. Многие материалы полифункциональны и могут использоваться как для игровой, так и для продуктивной и исследовательской деятельности, проведения ООД.

Для размещения демонстрационного материала имеются магнитная доска, малый и большой мольберты. Для каждого ребёнка оборудовано рабочее место. Все необходимые для работы материалы находятся в доступном для детей месте.

Так же нам для работы были предложены демонстрационные плакаты, информационные буклеты для родителей и методическое пособие для педагогов.

Дидактический материал и техническое оснащение

- Карточка дидактических игр по «Правильному питанию»;
- Плакаты;
- Карточки-алгоритмы опытов и экспериментов;
- Игрушки;
- Микроскоп;
- Лупы;
- Контейнеры с видами круп;
- Мерная посуда;
- Глобус;
- Демонстрационный материал и альбомы: «Еда без вреда»; «Овощи и фрукты полезные продукты»; «Щи да каша пища наша», «Традиции русского гостеприимства» и т.д по всем темам;
- Муляжи фруктов и овощей
- книги с иллюстрациями:

Мэри ПэтФергюс «Рецепты для маленьких кулинаров. Готовим для мамы, папы и друзей»;

К.С. Ладодо, Л.В. Дружинина «Энциклопедия детского питания от рождения до школы»; [Братушева](#) А.М. Русская кухня. - М.: Эксмо, 2012;

Верзилин.Н По следам Робинзона Л. 1974;

Кондова С.Н. Что готовить, когда мамы нет дома М., 1990; Ладодо К.С

Продукты и блюда в детском питании. М., 1990; Лом И.М. Правила хорошего тона- С.Ариэль, 1993;

Похлёбкин В.В. История важнейших пищевых продуктов. М., 2000

- картотека фото, видео материалов по теме «Правильное питание»
- магнитофон;
- Ноутбук.

3.2. Формы подведение итогов реализации программы

- проведение диагностики;
- участие детей в творческих конкурсах рисунков и поделок;
- проведение открытых мероприятий для родителей, педагогов, гостей детского сада (мастер-классы, семинары-практикумы, творческие презентации и др.)

Заключение

Программа «Культура здорового питания» предполагает постоянную работу по её выполнению и совершенствованию. Следует уделить особое внимание решению следующих задач:

Разработать системы выявления уровня «культуры здорового питания» дошкольников и целенаправленное отслеживание его;

Создать условия для обеспечения «культуры здорового питания» детей и формирование здорового образа жизни;

Просвещать родителей в вопросах «Культуры здорового питания».

Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включенности педагогического коллектива в процесс реализации данной программы, осознанного понимания каждым воспитателем значимости, стоящих перед ним задач.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Программы «Разговор о правильном питании», авторы М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева. Москва: ОЛМА Медиа Групп 2009г. Программа разработана в институте возрастной физиологии Российской академии образования при поддержке ООО «Нестле Россия» и допущена министерством образования Российской Федерации.
2. Аникина В.П, “Русские пословицы и поговорки” Москва “Художественная литература” 19883. Азбука здоровья» / К.Люцис.- М., «Русское энциклопедическое товарищество», 2004
3. Герасимова А.С., О.С. Жукова, В.П. Кузнецова “Энциклопедия развития и обучения дошкольников”, Издательство Дом “Нева”, 20045. Исмаилова Э Р. “Полезные привычки” обучение в стихах”, “Издательство Белорусский Дом печати” 2011г.6. Макарова Л. И. Овощи, ягоды, фрукты – полезные продукты. // ПедСовет: Газета. 2007. №4
4. Л.А.Обухова, Н.А. Лемяскина. Школа докторов Природы или 135 уроков здоровья. -М.: ВАКО, 20048. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка / В.Г. Алямовская. – М.: linka- press, 19939.Алямовская В.Г., Белая К.Ю., Зимонина В.Н. Культура поведения за столом. Методические рекомендации по организации питания детей.- М.: издательство «Ижица», 2004.- 58 с. (Серия: дошкольное воспитание).

Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания детей дошкольного возраста.

1. Задачи администрации МБОУ СОШ № 15 ДО:

Составление расписания непосредственной образовательной деятельности с обеспечением необходимого режима питания, с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста

- Контроль качества питания;
- Контроль обеспечения порядка во время прием пищи;
- Контроль культуры принятия пищи;
- Контроль проведения воспитательной работы с воспитанниками по привитию навыков культуры приема пищи.

2. Обязанности колькулятора и работников пищеблока:

- Составление рационального питания на день и перспективного меню;
- Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;
- Обеспечение пищеблока качественными продуктами для приготовления пищи;
- Использование современных технологий приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

3. Обязанности воспитателей:

- Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма;
- Воспитание навыков культуры поведения во время приема пищи;
- Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье; Организация конкурсов и викторин на тему правильного питания.

4. Обязанности родителей:

- Прививать навыки культуры питания в семье;
- Выполнять рекомендации педагогов ДОУ и медработников по питанию в семье.
- принимать активное участие в проведение мероприятий ДОУ (досуги, праздники и т.д.)
- Принимать активное участие в мероприятиях пропагандирующих практики правильного питания.

Примерная тематика бесед, тематических занятий, мероприятий

Мероприятие	Цель	Ответственные	Сроки реализации
Тематика родительских уголков (собраний) - Организация в выходные дни - Рецепты витаминных блюд - Рекомендуемые нормы содержания витаминов в питании ребенка - правила поведения за столом - Здоровье ребенка в руках взрослых - Питание – основа жизни - Режим дня – залог здорового дошкольника - Физическое развитие дошкольников - мастер-классы от родителей	Помочь родителям в получении информации о правильном питании, здоровье дошкольника	Ст. Воспитатель Воспитатели групп	В течение года

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3.1. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (средняя группа)

Месяц	Тема занятия
сентябрь	1. Диагностика детей в области правильного питания и ЗОЖ 2. Коллективная аппликация «Овощи на подносе»
октябрь	1. Праздник урожая (выставка) 2. Показ кукольного театра «Репка» (обыгрывание).
ноябрь	1. Тематическая беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу». «Соки из овощей, ягод и фруктов»
декабрь	1. «Коровушка, Буренушка, дай молочка» 2. Чтение сказки «Хаврошечка».
январь	1. Просмотр презентации «Культура поведения за столом. Сервировка стола». 2. Д/и «Чего нельзя делать во время еды?»
февраль	1. . Тематическая беседа «Что помогает быть сильным и ловким». 2. Коллаж «Меню спортсмена»
март	1. Самоанализ своего здоровья 2. На вкус и цвет товарищей нет
апрель	1. . Тематическая беседа «Как утолить жажду» 2. «Праздник чая»
май	1. День здоровья 2. Диагностика знаний, умений и навыков детей в области здорового питания

3.2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

(старшая группа)

Месяц	Тема занятия
сентябрь	1. Диагностика детей в области правильного питания и ЗОЖ 2. Поговорим о правильном питании
октябрь	1. Праздник урожая (выставка) 2. Законы питания
ноябрь	1. Овощи, ягоды и фрукты-витаминные продукты. 2. Всякому овощу свое время
декабрь	1. Игра викторина «Овощи, ягоды, фрукты». 2. Беседа «Для чего мы едим?»
январь	Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной Чтение сказки «Каша из топора»
февраль	1. Презентация «Щи да каша - пища наша!». 2. Горшочек с кашей (аппликация из крупы).
март	1. Беседа «Плох обед, если хлеба нет» 2. Вечерний досуг «Испекли мы каравай»
апрель	1. «Традиции гостеприимства народов России». 2. Рисование пасхального натюрморта
май	1. Показ презентаций «Пальчики оближешь!» 2. Итоговая диагностика знаний, умений и навыков детей в области здорового питания

3.3.ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (подготовительная группа)

Месяц	Тема занятия
сентябрь	1. Вводное занятие «Здравствуй, дорогой друг!» 2. Диагностика детей по теме «Традиции русского национального питания»
октябрь	1. Праздник урожая (выставка) 2. Знакомство с тетрадью и героями курса
ноябрь	1. Если хочешь быть здоров. 2. Беседа «Традиции гостеприимства народов России»
декабрь	1.Коллаж «Самые полезные продукты» 2. Аппликация «Так вот ты какая, каша!»
январь	1. «Фольклорный праздник Рождественские угощения» 2. «Хлебушек душистый, теплый, золотистый» (лепка из соленого теста).
февраль	1. Кто жить умеет по часам. 2.Беседа с элементами диалога Масленица «Ой,блины, блины, блины-вы блиночки мои!»
март	1. Секреты обеда. 2. Беседа «Любимое блюдо нашей семьи»
апрель	1. Время есть булочки. 2. Познавательная беседа по теме «Пасхальная кухня»
май	1. Пора ужинать. 2. Диагностика знаний, умений и навыков детей в области здорового питания

3.1.ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (2 младшая группа/разновозрастная)

Месяц	Тема занятия
сентябрь	1. Диагностика детей в области правильного питания и ЗОЖ (в рамках ОП) 2. Коллективная аппликация «Овощи на подносе»
октябрь	1. Праздник урожая (выставка) 2. Показ кукольного театра «Репка» (обыгрывание).
ноябрь	1. Д/И «Фрукты и овощи». 2. «Соки из овощей, ягод и фруктов»
декабрь	1. «Коровушка, Буренушка, дай молочка» 2.Чтение сказки «Хаврошечка».
январь	1. Оформление альбома с иллюстрациями «Полезная еда». 2. Беседа «Чего нельзя делать во время еды?»
февраль	1. . Оформление в центре здоровья демонстрационного материала «Что помогает быть сильным и ловким». 2. Коллаж «Меню спортсмена»
март	1. Моё любимое блюдо 2. Учимся пользоваться салфетками
апрель	1. . Тематическая беседа «Как утолить жажду» 2. «Праздник чая»
май	1. День здоровья «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу» 2. Диагностика знаний, умений и навыков детей в области здорового питания

4. КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

4.1. КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (средняя группа)

Месяц	Тема	Цель и задачи
Сентябрь	1. Диагностика ЗУН детей в области правильного питания и ЗОЖ	Выявить уровень знаний детей в области здорового питания. Дать первоначальное представление о полезных продуктах.
	1. Коллективная аппликация «Овощи на подносе»	Расширять представления о выращивании овощных культур. Закреплять представления о различии предметов по величине. Закреплять правильные приемы наклеивания (брать на кисть немного клея и наносить его на всю поверхность формы). Развивать эстетическое восприятие, способность передавать характерные особенности художественного образа.
Октябрь.	1. Праздник урожая (выставка)	Закреплять умение различать овощи и фрукты, узнавать их по описанию, называть их. Закрепить знания о пользе овощей и фруктов для человека
	2. Показ кукольного театра «Репка» (обыгрывание).	Вызвать интерес к сказке «Репка». Привлекать детей к активному участию драматизации сказки. Закреплять умения активно воспринимать сказку. Учить играть роль персонажа сказки с помощью взрослого
Ноябрь	1. Тематическая беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу»	Познакомить детей с разнообразием фруктов, их значением для детского организма, учить беречь свое здоровье. Напомнить детям о полезных свойствах фруктов: яблоко, лимон. Учить называть и отгадывать фрукты по описанию
	2. «Соки из овощей, ягод и фруктов»	Закрепить знания детей о пользе соков из овощей, фруктов, ягод.
Декабрь		Познакомить детей с полезным продуктом молоком, о способах его переработки и видах продуктов, получаемых из молока. Закрепить знания детей о пользе молока для здоровья. Объяснить детям, что молоко укрепляет зубы.
	2. Чтение сказки «Хаврошечка».	Познакомить детей с русской народной сказкой «Хаврошечка». Учить детей строить полные выразительные ответы на вопросы по содержанию прочитанного. Формировать умение внимательно и заинтересованно слушать сказки, совершенствовать диалоговую речь.
Январь	Просмотр презентации «Культура поведения за столом. Сервировка стола».	Вызвать интерес к просмотру презентации, совершенствовать ЗУН по подготовке стола к приему пищи с учетом санитарно-гигиенических, эстетических, практических требований. Развивать наблюдательность, диалоговую речь.
	2. Д/и «Чего нельзя делать во время еды?»	Закрепить правила поведения во время приема пищи.
Февраль	1. Что помогает быть сильным и ловким.	Сформировать о связи рациона питания и образа жизни, о высококалорийных продуктах питания

	2. Меню спортсмена	Сформировать представление о связи рациона питания и образа жизни человека, какие продукты полезны при занятиях спортом.
Март	1. Самоанализ своего здоровья	Развитие интереса к сохранению своего здоровья через правильное питание. Создать условия для формирования правильного отношения к своему здоровью через понятие «здоровое питание»
	2. На вкус и цвет товарищей нет	Познакомить детей с разнообразием вкусовых свойств различных продуктов и привить практические навыки распознавания наиболее употребительных продуктов
Апрель	1. Как утолить жажду	Сформировать представление о значении жидкости для организма человека, ценности разнообразных напитков
	2. «Праздник чая»	Научить детей правильно заваривать чай, рассказать о его полезных свойствах, традициях, связанных с чаепитием
Май	1. День здоровья	Закрепить полученные знания о законах полезного питания, познакомить воспитанников с полезными блюдами для праздничного стола
	2. Диагностика знаний, умений и навыков детей в области здорового питания	Выявить и обобщить знания детей о правильном питании, о полноценном рационе, в котором должны присутствовать все необходимые продукты: мясо, злаки, молочные продукты, фрукты и овощи

4.2. КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (старшая группа)

Месяц	Тема	Цель и задачи
Сентябрь	1. Диагностика ЗУН детей в области правильного питания и ЗОЖ	Выявить уровень знаний детей в области здорового питания. Дать первоначальное представление о полезных продуктах.
	2. Поговорим о правильном питании	Формировать у детей представления о полезных и неполезных продуктах. Уточнить продукты, которые относятся к не полезным. Продолжать знакомить детей с понятием «витамины»
Октябрь.	1. Праздник урожая (выставка)	Закреплять умение различать овощи и фрукты, узнавать их по описанию, называть их. Закрепить знания о пользе овощей и фруктов для человека
	2. Законы питания.	Дать знания о том, что от того, как, сколько и когда мы едим, зависит физическая, умственная работоспособность, наш внешний вид. Рассказать о вреде переедания.
Ноябрь	1. Овощи, ягоды и фрукты- витаминные продукты.	Познакомить детей с разнообразием фруктов, ягод и значением для организма
	2. Всякому овощу свое время	Рассказать детям о сезонности овощей.
	1. Игра викторина «Овощи, ягоды, фрукты».	Закрепить знания детей о пользе соков из овощей, фруктов, ягод.

Декабрь	2. Для чего мы едим?	Формировать представление о необходимости заботы о своем здоровье, и в первую очередь о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья.
Январь	1. Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной.	Сформировать представление о завтраке как обязательном компоненте ежедневного меню, различных вариантах завтрака
	2. Чтение сказки «Каша из топора»	Продолжать формировать умение воспринимать текст на слух. Учить восстанавливать последовательное содержание по наводящим вопросам. Развивать умение понимать эмоциональную окраску текста.
Февраль	1. Презентация «Щи да каша - пища наша!».	Формировать представление о том, из чего варят каши и супы. Рассказать о важности данных продуктов русской кухни.
	2. Горшочек с кашей (аппликация из крупы).	Провести с детьми эксперимент с крупой, познакомить их с нетрадиционной техникой аппликации с помощью различной крупы. Создать работу из семечек, гречневой и пшенной крупы.
Март	1. Плох обед, если хлеба нет.	Рассказать детям о полезных веществах, содержащихся в хлебе, о необходимости бережного отношения к хлебу, к людям, которые его делают.
	2. Вечерний досуг «Испекли мы каравай»	Познакомить детей с новым материалом для лепки - соленым тестом; учить детей лепить из соленого теста, используя знакомые приемы лепки; закрепить умение пользоваться стекой.
Апрель	1. «Традиции гостеприимства народов России».	Формировать представления детей о культуре гостеприимства народов населяющих Россию. Обогащать словарь детей выражениями: «гостеприимство», «многонациональность». Воспитывать детей в духе доброжелательного отношения к людям разных народов; уважительное отношение к хлебу; гордость за свой детский сад, сплоченность и дружбу в детском коллективе
	2. Рисование пасхального натюрморта.	Расширить знания детей о жанре натюрморта, развивать приемы работы красками, воспитывать эстетическую восприимчивость. Воспитывать любовь к истории своего народа. Учить детей самовыражаться в творчестве, находить новые решения в процессе рисования.
Май	1. Показ презентаций «Пальчики оближешь!»	Воспитывать желание делиться семейными кулинарными рецептами с друзьями. Закрепить представление о семье, как о людях, которые живут, любят друг друга, заботятся друг о друге. Закрепить навык связной речи. Закрепить знание пословиц о семье.
	2. Итоговая диагностика знаний, умений и навыков детей в области здорового питания	Выявить и обобщить знания детей о правильном питании, о полноценном рационе, в котором должны присутствовать все необходимые продукты: мясо, злаки, молочные продукты, фрукты и овощи

4.3. КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (подготовительная группа)

Месяц	Тема	Цель и задачи
Сентябрь	1. Вводное занятие «Здравствуй, дорогой друг!»	Введение в курс программы «Разговор о правильном питании».
	2. Диагностика детей по теме «Традиции русского национального питания»	Выявить уровень знаний по теме «Культурные традиции русского народа». Дать первоначальное представление по теме «Традиции русского национального питания»
Октябрь	Коллективная аппликация «Овощи на подносе»	Коллективная аппликация «Овощи на подносе»
	1. Знакомство с тетрадью и героями курса	Знакомство с героями РТ «Разговор о правильном питании»
Ноябрь	1. Если хочешь быть здоров.	Познакомить учащихся с героями улицы Сезам
	1. Беседа по теме «Традиции гостеприимства народов России»	Формировать представления детей о культуре гостеприимства народов, населяющих Россию. Обогащать словарь детей выражениями: «гостеприимство», «многонациональность». Воспитывать детей в духе доброжелательного отношения к людям разных народов; уважительное отношение к хлебу; гордость за свой детский сад, сплоченность и дружбу в детском коллективе
Декабрь	1. Самые полезные продукты	Дать представление о том, какие продукты наиболее полезны и необходимы человеку. Научить детей выбирать самые полезные продукты
	2. Развлечение «Так вот ты какая, каша!»	Продолжать закреплять у детей знания о здоровом питании, о пользе каши в рационе детского питания. Дать понятие о том, что каша — традиционная русская еда. Рассказать о крупах, из которых варят кашу. Учить различать и называть разные виды круп: гречка, рис, манка, пшено.
Январь	1. «Фольклорный праздник Рождественские угощения»	Расширять и углублять знания детей о празднике Рождество, его значении и традициях празднования. Рассказать о рождественских угощениях. Воспитывать духовно – нравственные качества: доброту, миролюбие, великодушие, всепрощение
	2. «Хлебушек душистый, теплый, золотистый» (лепка из соленого теста).	Ознакомление детей со свойствами муки через детское экспериментирование. Продолжать учить анализировать и делать выводы. Углублять и расширять знания детей о процессе выращивания хлеба. Закреплять название разных хлебобулочных изделий. Закрепить умения детей изготавливать

		хлебобулочные изделия из соленого теста.
	1. Кто жить умеет по часам.	Дать представления о режиме дня. Объяснение смысла русских пословиц.
Февраль	2. Беседа с элементами диалога Масленица «Ой, блины, блины, блины-вы блиночки мои!»	Знакомить детей с русским народным праздником Масленица, ее значением, символами, традициями. Воспитывать уважительное отношение к традициям русского народа, умение и желание применять их в жизни; любовь к родному краю.
Март	1. Секреты обеда.	Сформировать представление об обеде как обязательном компоненте ежедневного меню
	2. Беседа «Любимое блюдо нашей семьи»	Воспитывать у детей любовь к своей семье. Сформировать у детей представления об этикете, обогатить знания детей о семье и традициях , о приготовлении блюд , расширять кругозор детей и словарный запас.
Апрель	1. Время есть булочки.	Формировать представление о полднике как обязательном компоненте ежедневного меню
	2. Познавательная беседа по теме «Пасхальная кухня»	Познакомить детей с традицией празднования Пасхи; расширить представление о народной культуре. Рассказать о пасхальных блюдах (крашеные яйца, кулич, пасха). Воспитывать любовь к народным традициям. Обогащать духовный мир детей.
Май	1. Пора ужинать.	Формирование представления об ужине как ежедневном рационе питания, его составе
	2. Диагностика знаний, умений и навыков детей в области здорового питания	Выявить и обобщить знания детей о правильном питании, о полноценном рационе, в котором должны присутствовать все необходимые продукты: мясо, злаки, молочные продукты, фрукты и овощи

4.4. КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (2 младшая группа/разновозрастная)

Месяц	Тема	Цель и задачи
Сентябрь	1. Диагностика ЗУН детей в области правильного питания и ЗОЖ	Выявить уровень знаний детей в области здорового питания. Дать первоначальное представление о полезных продуктах.
	1. Коллективная аппликация «Овощи на подносе»	Расширять представления о выращивании овощных культур. Закреплять представления о различии предметов по величине. Закреплять правильные приемы наклеивания (брать на кисть немного клея и наносить его на всю поверхность формы). Развивать эстетическое восприятие, способность передавать характерные особенности художественного образа.
Октябрь.	1. Праздник урожая (выставка)	Закреплять умение различать овощи и фрукты, узнавать их по описанию, называть их. Закрепить знания о пользе овощей и фруктов для человека
	2. Показ кукольного театра «Репка» (обыгрывание).	Вызвать интерес к сказке «Репка». Привлекать детей к активному участию драматизации сказки. Закреплять умения активно воспринимать сказку. Учить играть роль персонажа сказки с помощью взрослого
Ноябрь	1. Д/И «Фрукты и овощи»	Познакомить детей с разнообразием овощей и фруктов, их значением для детского организма, учить беречь свое здоровье.

		Напомнить детям о полезных свойствах фруктов: яблоко, лимон. Учить называть и отгадывать фрукты по описанию
	2. «Соки из овощей, ягод и фруктов»	Закрепить знания детей о пользе соков из овощей, фруктов, ягод.
Декабрь	1.Коровушка, Буренушка, дай молочка»	Сформировать представление о значимости жидкости для организма. Познакомить детей с полезным продуктом молоком, о способах его переработки и видах продуктов, получаемых из молока. Закрепить знания детей о пользе молока для здоровья. Объяснить детям, что молоко укрепляет зубы.
	2.Чтение сказки «Хаврошечка».	Познакомить детей с русской народной сказкой «Хаврошечка». Учить детей строить полные выразительные ответы на вопросы по содержанию прочитанного. Формировать умение внимательно и заинтересованно слушать сказки, совершенствовать диалоговую речь.
Январь	1. Оформление альбома с иллюстрациями «Полезная еда».	Вызвать интерес к просмотру альбома, Сформировать представление о значимости правильной пищи в жизни человека.
	2.Д/и «Чего нельзя делать во время еды?»	Закрепить правила поведения во время приема пищи, совершенствовать ЗУН по подготовке стола к приему пищи с учетом санитарно-гигиенических, эстетических, практических требований. Развивать наблюдательность, диалоговую речь.
Февраль	1. Оформление в центре здоровья демонстрационного материала «Что помогает быть сильным и ловким.	Сформировать о связи рациона питания и образа жизни, о высококалорийных продуктах питания
	2.Коллаж «Меню спортсмена»	Сформировать представление о связи рациона питания и образа жизни человека, какие продукты полезны при занятиях спортом.
Март	1. Моё любимое блюдо Учимся пользоваться салфетками	Развитие интереса к сохранению своего здоровья через правильное питание. Создать условия для формирования правильного отношения к своему здоровью через понятие «здоровое питание»
	2. Учимся пользоваться салфетками	Совершенствовать ЗУН по подготовке стола к приему пищи, во время приема пищи, с учетом санитарно-гигиенических, эстетических, практических требований.
Апрель	1.Как утолить жажду	Сформировать представление о значении жидкости для организма человека, ценности разнообразных напитков
	2.«Праздник чая»	Научить детей правильно заваривать чай, рассказать о его полезных свойствах, традициях, связанных с чаепитием
Май	1.День здоровья «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу»	Закрепить полученные знания о законах полезного питания, познакомить воспитанников с полезными блюдами для праздничного стола
	2.Диагностика знаний, умений и навыков детей в области здорового питания	Выявить и обобщить знания детей о правильном питании, о полноценном рационе, в котором должны присутствовать все необходимые продукты: мясо, злаки, молочные продукты, фрукты и овощи

5. ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА

Диагностика освоения программы «Формирование культуры питания» проводится два раза в год: вводная (сентябрь-октябрь), итоговая (апрель-май). Для диагностики наблюдения за уровнями развития дошкольников частично используются критерии, разработанные в программе «От рождения до школы».

5.1. УРОВНИ УСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Ребенок называет 5-10 блюд и продуктов, которые необходимы для детского питания. Может легко мотивировать свой выбор. Ребенок называет полезные блюда и продукты в числе тех, которые он предпочитает. В реальной жизни с удовольствием употребляет названные блюда и продукты. Ситуации приема пищи у ребенка не вызывают отрицательных эмоций.	Ребенок знает менее 5 блюд и продуктов, которые необходимы в правильном здоровом рационе. Иногда затрудняется в мотивации своего выбора. Ребенок называет полезные блюда и продукты в числе тех, которые он предпочитает. В реальной жизни употребляет названные блюда и продукты нередко только после настойчивых уговоров взрослого. Ситуации приема пищи у ребенка чаще всего не вызывают отрицательных эмоций.	Ребенок затрудняется назвать блюда и продукты, которые необходимы в правильном рационе («полезные») или называет те, которые нежелательны для детского питания («вредные»). Ребенок называет «вредные» блюда и продукты в числе предпочитаемых. В реальной жизни употребляет полезные блюда и продукты преимущественно только после настойчивых уговоров взрослого, некоторые совсем исключает из своего рациона. Ситуации приема пищи у ребенка часто вызывают отрицательные эмоции.

5.2 ОСНОВНАЯ ТАБЛИЦА ДИАГНОСТИКИ УРОВНЯ УСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ (Фамилия, имя ребёнка, номер группы)

№	Содержание вопроса	Уровни освоения программы		Итог
		сентябрь	май	
1.	Знаешь ли ты, какие продукты и блюда полезны для детей?			
2.	Назови их и расскажи в чем их польза.			
3.	Какие из них ты любишь и с удовольствием кушаешь?			
4.	Назови полезные овощи.			
5.	Назови полезные фрукты.			
6.	Назови молочные продукты питания.			

7.	Что полезней мясо или рыба?			
8.	Любишь ли ты каши?			
9.	Встречаются ли в твоём рационе питания вредные продукты.			
10.	Почему эти продукты считаются вредными?			
11.	Какие из них ты любишь кушать?			
12.	Считаете ли ты свой рацион питания правильным?			

План мероприятий по организации общественного контроля питания воспитанников в Организационная работа			
1	Мероприятия	Сроки выполнения	Ответственные
	Издание приказов по организации питания на учебный год	Сентябрь	Директор
2	Заседание совета по питанию	1 раз в месяц	Директор
3	Контроль за состоянием и функционированием технологического оборудования	Ежедневно	Шеф-повар
4	Приобретение спецодежды для поваров	Май	Зам.зав. по АХР
5	Разработка нормативно-методической документации для организации контроля за питанием детей в ДОУ	Сентябрь	Комиссия по питанию
6	Замена посуды для пищеблока: кастрюли, тазы, ножи, доски; приобретение ведер для отходов.	В течении года	Зам.зав. по АХР
7	Своевременная замена колотой посуды	По мере необходимости	Зам.зав. по АХР
8	Утверждение и апробирование новых технологических карт	По мере необходимости	Ст. воспитатель, Калькулятор по питанию
9	Отчет по итогам организации питания	Декабрь	Зам. дир.по ВР, Ст. воспитатель
Работа с родителями			
1	Информирование родителей об ассортименте питания детей (меню на сегодня)	ежедневно	Воспитатели групп, Ст. воспитатель
2	Индивидуальное консультирование родителей детей с плохим аппетитом	по мере необходимости	Ст. воспитатель
3	Консультирование по вопросам организации питания детей в семье через уголки для родителей	1 раз в месяц	воспитатели групп
4	Групповые родительские собрания	январь	воспитатели групп

	«Питание – основа здоровья детей»		
5	Заседание родительского комитета по организации питания в ДОУ. Выполнение натуральных норм.	Март	Ст. воспитатель
Работа с кадрами			
1	Проверка знаний СанПиНовповаров и кухонных работников	По утвержденному графику	Зам. дир.по ВР, Ст. воспитатель
2	Консультация для младших воспитателей на тему: «Организация процессапитания».	Октябрь	Ст. воспитатель
3	Оперативный контроль «Привитие культурно - гигиенических навыков».	Ежеквартально	Зам. дир.по ВР, Ст. воспитатель
4	Производственное совещание: «Отчет комиссии по контролю заорганизацией питания детей в группах»	Декабрь	Заведующий, зам. зав. по УВР комиссия по питанию
5	Плановая проверка «Состояние работы поорганизации питания детей».	Февраль	Зам. дир.по ВР, Ст. Воспитатель комиссия по питанию
6	Рабочие совещания по итогам проверки групп	1 раз в месяц	Директор
Контроль за организацией питания			
1	Осуществление осмотра при поступлении каждой партии продукции	ежедневно	Заведующий складом
2	Соблюдение правил хранения и товарного соседства	ежедневно	Заведующий складом
3	Контроль за санитарнымсостоянием рабочего места	ежедневно	Заведующий складом
4	Соблюдение санитарныхтребований к отпуску готовой продукции	ежедневно	Заведующий складом
5	Соблюдение и выполнение санитарно-эпидемиологических требований к организации питания	ежедневно	Зам. дир.по ВР, Ст. Воспитатель
6	Соблюдение технологических	ежедневно	Шеф-повар

	инструкций		
7	Снятие суточной пробы и отбор для хранения	ежедневно	Шеф-повар Зам. дир.по ВР, Ст. Воспитатель
8	Обеспечение С-витаминации третьего блюда	ежедневно	Шеф-повар Зам. дир.по ВР, Ст. Воспитатель
9	Осуществление контроля качества продукции, наличия товаросопроводительных документов, ведение учётно-отчётной документации	Постоянно	Заведующий складом Шеф-повар
10	Контроль за закладкой продуктов на пищеблоке	ежедневно	Бракеражная комиссия
11	Осуществление входного контроля за условиями транспортировки продуктов питания от поставщиков	По мере привоза продуктов	Шеф-повара, Медицинская сестра
12	Контроль за организацией процесса кормления в группах	систематически	Комиссия по питанию
13	Контрольные взвешивания порций на группах	по мере необходимости	Комиссия по питанию
14	Соблюдение инструкций выполнения технологических процессов на пищеблоке	постоянно	Шеф-повар, колькулятор
15	Соблюдение графика выдачи готовой продукции на группе	ежедневно	Зам. дир.по ВР, Ст. Воспитатель
16	Контроль за состоянием уборочного и разделочного инвентаря на пищеблоке.	1 раз в месяц	Шеф-повар, Заведующий складом
17	Контроль за температурным режимом в холодильных установках	ежедневно	Шеф-повар, Заведующий складом
18	Снятие остатков продуктов питания на	1 раз в месяц	Заведующий складом

	складе		
19	Анализ выполнения натуральных норм питания	1 раз в месяц	Зам. дир.по ВР
Работа с поставщиками			
1	Заключение договора на поставку продуктов	1 раз в квартал	Директор ,
2	Подача заявок на продукты	2 раза в неделю	Заведующий складом
3	Постоянный контроль за качеством поставляемых продуктов.	По мере поступления	Заведующий складом, калькулятор