

# Отчет по формированию здоровых привычек у детей в рамках проекта «Здоровое питание – основа процветания!»

**Правильное питание** – залог здоровья, но не все это воспринимают всерьез. Современные дети под воздействием рекламы часто предпочитают продукты, которые не только не приносят пользы, но и наносят вред их здоровью.

Для решения цели были сформулированы задачи проведения конкурса на тему «Правильное питание» в средней группе «Соколята» МБДОУ «Сокол» :

## Образовательные:

- формировать знания о правилах здорового питания;
- формировать у детей интерес и готовность к соблюдению правил рационального здорового питания;
- познакомить с группами витаминов .

## Развивающие:

- развивать творческие способности у детей и умение работать сообща.

## Воспитательные:

- формировать у детей эмоционально – доброжелательное отношение к творческой инициативе взрослых и детей.

Кроме того был подробно продуман *ожидаемый результат*, который был получен после проведения конкурса по следующим разделам:

1. Знания, умения и навыки родителей.
2. Знания, умения и навыки детей.

Мероприятия по реализации конкурса включали в себя *два направления работы*:

- с родителями и с детьми, по обоим направлениям я работала одновременно.

Прежде, чем начать работу по реализации конкурса, мною было проведено анкетирование родителей, в котором приняли участие двадцать три семьи (100%), где были выявлены проблемы по правильному питанию в домашних условиях.

Поэтому я продумала разнообразные формы работы с родителями по решению данных проблем. Первоначальные представления родителей о принципах здорового питания были сформированы через такие формы работы, как – цикл бесед, консультации, наглядно-информационные формы работы и другие. Из цикла бесед родители узнали о пользе молочных продуктов, о пирамиде питания, о том стоит ли включать в рацион ребёнка сладости и какие, об использовании фруктовых напитков с целью повышения иммунитета. Яркие красочные рисунки и плакаты «Здоровое питание – основа процветания!» привлекли особое внимание не только родителей, но и детей.

Родители со слов воспитателя узнали о том, как важно для полноценного развития детского растущего организма, использовать в рационе питания все группы продуктов, как правильно составить меню для ребёнка. Силами родителей был предоставлен фотоотчет на электронной платформе VIBER. Семьи имели