Проект «Формирование культуры здорового питания у детей дошкольного возраста, родителей и педагогов ДОУ»

Содержание

 Введение

 Актуальность проекта

 Цели, задачи, ожидаемые результаты и продукты

 Аннотация проекта

 Этапы реализации проекта программы

 План мероприятий

 Ресурсы

 Риски и пути преодоления рисков

 1. Введение

 В современных тенденциях развития продовольственной индустрии родителям и педагогам очень сложно без определенных знаний о здоровом питании сформировать у детей устойчивый навык здорового образа жизни, гигиены питания, принципы безопасного и качественного питания.

 Проект ориентирован в конечном итоге на решение одной главной проблемы – формирование культуры здорового питания у детей дошкольного возраста, их родителей и педагогов.

 Проектом предусмотрен объект исследования, которыми выступают условия организации процесса питания в семье и дошкольном образовательном учреждении, предметом деятельности является процесс питания детей дома и в детском саду.

 2. Актуальность создания проекта

 Не смотря на то, что вопросам питания дошкольников в современной медицине отведена особая роль, рост болезней у детей, вызванных неправильным питанием, заметно увеличивается (аллергия, нарушение обмена веществ, желудочно-кишечные, сердечно - сосудистые заболевания и др.) .

 Очевидно, основными причинами являются не столько врожденные заболевания детей, сколько низкий уровень информированности родителей и педагогов о культуре питания.

 Как показывает практика, в домашних условиях питание детей зачастую не рационально (неумеренно, однообразно, нарушен режим питания, в дошкольных образовательных учреждениях многие педагоги избирают чрезмерно консервативный подход к формированию культуры питания (проблема здорового пищевого поведения).

 К тому же в период летнего отдыха, когда путешествия по России и за рубеж становятся для семьи основной формой проведения летних каникул, культура питания, как правило, забывается.

 Именно поэтому актуальна разработка данного проекта, направленного на воспитание современного ребёнка и его познавательных способностей, поскольку любой стране нужны здоровые личности, способные самостоятельно решать проблему разумного использования и потребления продуктов.

 3. Цели, задачи, ожидаемые результаты и продукты

 Стратегическая цель:

 Создание благоприятных условий детям, родителям и педагогам ДОУ для овладения навыками культуры здорового питания.

 Тактическая цель:

 1. Создать условия для изучения физиологических и психологических аспектов питания детей дошкольного возраста.

 Задачи:

 1. Подбор, изучение, обработка методической литературы по вопросам здорового питания.

 2. Разработка тематических буклетов и методической памятки для родителей и педагогов ДОУ.

 3. Оформление тематических стендов, папок; организация и проведение выставки на тему здорового питания.

 Ожидаемые результаты, продукт:

 1. В наличии методическая литература по вопросам здорового питания.

 2. В наличии тематические буклеты и памятки для родителей и педагогов.

 3. В наличии материал для стендов и папок; совместные работы детей и родителей для выставки.

 2. Сформировать у детей, родителей и педагогов ДОУ устойчивый навык здорового образа жизни, гигиены питания, принципы безопасного и качественного питания.

 Задачи:

 1. Распространение тематических буклетов и методической памятки среди родителей и педагогов ДОУ.

 2. Вовлечение детей и родителей в совместную деятельность по изучению здорового образа жизни, гигиены питания, принципов безопасного и качественного питания.

 3. Обобщение и систематизация полученных знаний о здоровом питании.

 Ожидаемые результаты, продукт:

 1. Проведены консультации родителей и педагогов с использованием тематических буклетов и методической памятки.

 2. Полное и своевременное информирование детей и родителей о предстоящих мероприятиях, практическая помощь в случаях затруднения, поощрение активных участников.

 3. В наличии анкеты о культуре здорового питания, заполненные детьми в ДОУ, родителями дома.

 Организовать индивидуальные и групповые мероприятия, направленные на овладение навыками культуры питания и формирование навыков рационального пищевого поведения у детей дошкольного возраста.

 Задачи:

 1. Расширение представления о режиме питания, пищевом разнообразии, вкусе и пользе продуктов.

 2. Развитие навыков правильного поведения за столом (столовый этикет) .

 3. Формирование устойчивых качеств (самоконтроль, ответственность, чувство меры, необходимости и др., воспитание уважения к другим народам и к их традициям питания.

 Ожидаемые результаты, продукт:

 1. Владение информацией о периодичности питания, свойствах и характеристиках продуктов, их вреде и пользе.

 2. Воспитание культурной личности, способной самостоятельно контролировать поведение за столом.

 3. Воспитание сильной личности, способной самостоятельно контролировать процесс питания, получение знаний о пищевых предпочтениях народов мира.

 4. Аннотация

 Здоровье детей свидетельствует о благополучии государства и общества, однако немало важную роль в этом вопросе играют национальные традиции питания и условия жизни в семье и организованных детских коллективах.

 В основу данного проекта положены одни из основных идей здоровьесбережения дошкольников:

 1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья.

 2. Технологии обучения здоровому образу жизни.

 3. Коррекционные технологии.

 В соответствии с ФГТ проект опирается на научные принципы ее построения:

 •соответствует принципу развивающего образования;

 •сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;

 •соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности;

 •обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста;

 •строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

 •основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

 •учитывает гендерную специфику развития детей дошкольного возраста;

 •предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

 •предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах и методах работы с детьми.

 5. Этапы реализации проекта программы

 Реализация проекта рассчитана на 4 недели: с «27» мая по «21» июня.

 1 этап - Подготовительно-проектировочный этап: с 27 мая по 31 мая.

 2 этап - Практический этап: с 3июня по 14 июня.

 3 этап - Обобщающе - результативный этап: с 17 июня по 21 июня.

 6. План мероприятий.

 1 этап - Подготовительно-проектировочный этап.

 - Подбор, изучение, обработка методической литературы по вопросам здорового питания (библиотека, Интернет, социальные сети и др.) .

 - Изучение опыта педагогов, имеющих опыт в реализации проектов о здоровом питании (опыт коллег, опыт педагогов из педагогических сообществ и др.) .

 - Разработка тематических буклетов и методической памятки для родителей и педагогов ДОУ.

 - Пополнение предметно-развивающей среды (подбор материала для оформления тематических стендов, передвижных папок; игр и т. д.)

 - Подбор диагностического инструментария для выявления знаний детей и родителей о правильном питании (разработка анкет) .

 2 этап - Практический этап.

 Работа с детьми:

 - О режиме питания (периодичность) : дидактическая игра «Кушай в «нужные» часы».

 - О пищевом разнообразии (цвет, запах) :аппликация «Цветная тарелочка»; сенсорная игра «Угадай продукт по запаху».

 - О вкусе:дидактическая игра «Какой вкус у продукта? »;сенсорная игра «Угадай продукт на вкус».

 - О пользе:дидактическая игра «Полезная корзинка» (отбор полезных продуктов).

 - О поведении за столом:дневник питания в группе.

 - О кухне народов:презентация "Кухни мира".

 - С использованием художественной литературы «Вкусные истории».

 - Укрепление семейных связей и традиций:изготовление семейного коллажа из этикеток, оберток, упаковок продуктов правильного и неправильного питания дома.

 Работа с родителями:

 - Распространение и заполнение анкеты об организации процесса питания в семье.

 - Консультация родителей по теме: «Организация правильного питания в семье».

 - Распространение тематических буклетов: «Золотые правила питания» и «Рецепты детского питания».

 - Распространение видеофильма для общего домашнего просмотра «Последствия необратимы».

 - Организация и проведение выставки поделок из бумажных тарелок «Здоровье на тарелочке! ».

 - Конкурс «Лучшее витаминное семейное блюдо» (рецепт).

 Работа с педагогами

 - Выпуск и распространение методического буклета «Формирование навыков рационального пищевого поведения у детей дошкольного возраста».

 3 этап - Обобщающе - результативный этап.

 Анализ мероприятий, проведенных в ходе реализации проекта.

 7. Ресурсное обеспечение программы

 1. Нормативно-правовые ресурсы:

 • Закон РФ «Об образовании»

 • Постановление Правительства РФ «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг в сфере дошкольного и общего образования» от 5.07.2001

 • Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.11.2009 года № 655 «Об утверждении и введении в действие федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования».

 • Концепция содержания непрерывного образования (дошкольное и начальное звено)

 • УСТАВ ДОУ.

 2. Информационные ресурсы:

 • НИАЦ «Социальное питание», 2011 г., Московский фонд содействия санитарно-эпидемиологическому благополучию населения.

 • Как сформировать навыки здорового питания. Касьянова З. Л., 2012г.

 • «Разговор о правильном питании», разработанная в Институте возрастной физиологии Российской Академии Образования (авторы М. М. Безруких, Т. А. Филиппова, А. Г. Макеева) .

 • Ресурсы сети Интернет и др.

 3. Учебно-методические ресурсы:

 • фонд методического кабинета;

 • библиотека;

 • игротека;

 • аудиотека;

 • фонотека и др.

 4. Материально-технические ресурсы:

 • телевизор со встроенным DVD;

 • видеоматериалы о здоровом питании;

 • наборы для творчества, бумага для принтера, клей, кисти и др.

 8. Критерии оценивания проекта

 1. Количество участников проекта (дети, родители, педагоги) .

 2. Количество индивидуальных и коллективных работ, выполненных в ходе реализации проекта.

 3. Отзывы детей, родителей, педагогов.

 4. Физиологические (улучшение аппетита, увеличение объема употребляемой пищи др.) и психологические изменения у детей (хорошее настроение, желание хорошо покушать и др.) .

 9. Риски и пути преодоления рисков

 В ходе реализации данного проекта возможно возникновение некоторых рисков, которые будут решены следующим путем:

 1. Пассивное отношение родителей к проектной деятельности. Вовлечение пассивных родителей посредством индивидуальных консультаций, отдельных поручений, а также обеспечения материалом для творчества.

 2. Недостаточные знания детей для проведения конкретных мероприятий. Предварительная подготовка детей родителями в домашних условиях (беседы) .

 3. Психологический барьер у родителей, препятствующий постановке и озвучиванию проблемных вопросов о питании детей. Ежедневные беседы с родителями о возможных трудностях в формировании у детей культуры питания (предложения помощи, беседы о домашнем питании, питании в условиях туризма и др.)