

Календарно-тематическое планирование ОД по программе «Разговор о правильном питании»

№	Тема/цель	Организованная образовательная деятельность	Создание условий для поддержки инициативы и самостоятельности детей	Совместная деятельность с детьми в режимных моментах	Взаимодействие с родителями
1	<p>«Если хочешь быть здоров» Цель: <i>выяснить круг представлений ребенка о здоровье, здоровом образе жизни.</i></p>	<p><i>Презентация и конспект «Если хочешь быть здоров» (www.prav-pit.ru) Дидактическая игра «Интервью» Рабочая тетрадь</i></p>	<p><i>Иллюстративный материал, дидактическое пособие «Будь здоров!» Фотографии спортивных и оздоровительных объектов родного города.</i></p>	<p>Чтение рассказа «Учусь быть здоровым или Как стать неболейкой» (И. Семёнова) Дидактическая игра «Это я, это я, это все мои друзья» Музыкально-ритмическая композиция «Делаем зарядку» Оформление стенда «Спортивные объекты нашего города»</p>	<p><i>Рекомендовать прослушать аудио сказку В. Сутеева «Про Бегемота, который боялся прививок, обсудить содержание. Составить коллаж из фотографий и рисунков «Портрет Здоровья»</i></p>
2	<p>«Самые полезные продукты» Цель: <i>дать представление о том, что существуют продукты полезные для здоровья человека, которые необходимо употреблять регулярно</i></p>	<p><i>Презентация и конспект «Самые полезные продукты» (www.prav-pit.ru) Дидактическая игра «Красный, желтый, зеленый» Рабочая тетрадь (задание 1, 2, 3)</i></p>	<p><i>Набор картинок с изображением продуктов, флажки на подставках красного, желтого и зеленого цветов. Атрибуты для игры в магазин</i></p>	<p>Дидактическая игра «Не все полезно, что в рот полезло!» Сюжетно-ролевая игра «Мы идем в магазин» Танцевальная игра «Найди пару»</p>	<p><i>Рекомендовать при выборе продуктов в магазине обратиться с вопросом к ребенку о продуктах, которые необходимо купить для ежедневного употребления Привлечь к составлению фото альбома «Любимое блюдо нашей семьи», обсудить какие полезные продукты входят в состав любимых семейных блюд.</i></p>

3	<p>«Удивительные превращения пирожка» (режим питания) <i>Цель: дать представление о важности регулярного питания, о необходимости соблюдения режима питания</i></p>	<p><i>Презентация и конспект «Удивительные превращения пирожка» (www.prav-pit.ru)</i> <i>Игра-соревнование «Кто правильно покажет время завтрака, обеда, ужина»</i> <i>Рабочая тетрадь</i></p>	<p><i>Часы с вращающимися стрелками, иллюстрации, отражающие состав блюд завтрака, обеда, полдника, ужина</i></p>	<p><u>Дидактическая игра</u> «Что сначала, что потом» <u>Дидактическая игра</u> «Что лишнее» <u>Экскурсия</u> на пищеблок детского сада, беседа о людях, причастных к приготовлению блюд (медсестра составляет меню, кладовщик получает и выдает продукты и т.д.)</p>	<p><i>Рекомендовать составить «Режим приема пищи», подобрать иллюстрации для оформления альбома</i></p>
4	<p>«Кто жить умеет по часам» <i>Цель: формировать представление о значении режима дня и важности его соблюдения для сохранения здоровья</i></p>	<p><i>Презентация и конспект «Кто жить умеет по часам» (www.prav-pit.ru)</i> <i>Рабочая тетрадь</i> <i>Игра «Пословицы запутались»</i></p>	<p><i>Набор иллюстраций «Режим дня», часы с вращающимися стрелками</i></p>	<p><u>Дидактическая игра</u> «Что сначала, что потом» <u>Чтение стихотворения</u> «Я режим не соблюдаю» (Шорыгина Т.А., «Беседы о здоровье») <u>Слушание песенки</u> «Распорядок дня»</p>	<p><i>Привлечь к составлению альбома с рисунками и фотографиями «Стать здоровым ты решил – значит соблюдай режим»</i></p>
5	<p>«Вместе весело гулять» <i>Цель: дать представление о необходимости и важности ежедневных прогулок на свежем воздухе</i></p>	<p><i>Презентация и конспект «Вместе весело гулять» (www.prav-pit.ru)</i></p>	<p><i>Карточки с условным изображением знакомых подвижных игр.</i> <i>Атрибуты для игр (шапочки - маски, спортивный инвентарь)</i></p>	<p><u>Подвижные игры</u> и спортивные упражнения на прогулке <u>Дидактическая игра</u> –лото «Одеваюсь на прогулку» <u>Чтение</u> «Зимние забавы» (И. Чичикина) <u>Танцевальная игра</u> «Мы идем, мы идем, никогда не устаем» (Н. Шуть)</p>	<p><i>Привлечь к составлению альбома «Наши любимые игры» - с рисунками, фотографиями, описанием подвижных игр</i></p>
6	<p>«Из чего варят каши, и как сделать кашу вкусной?» <i>Цель: формировать у детей представления о завтраке как обязательном компоненте ежедневного рациона питания, познакомить с различными видами каш и полезных добавок к ним</i></p>	<p><i>Презентация и конспект «Из чего варят каши. Как сделать кашу вкусной?» (www.prav-pit.ru)</i> <i>Беседа по содержанию сказки Н. Ермаковой «Манная каша»</i> <i>Рабочая тетрадь</i></p>	<p><i>Емкости с разными видами круп, гербарии с колосьями.</i></p>	<p><u>Чтение</u> «Гречневая каша – матушка наша» (А. Лопатина, М. Скребцова). <u>Обыгрывание песенки</u> «Манная каша» (слова и музыка Л. Абелян)</p>	<p><i>Рекомендовать прослушать аудио рассказ «Тайное становится явным» (В. Драгунский) Вместе с ребенком поэкспериментировать и подобрать вкусные добавки к разным кашам</i></p>

7	<p>«Плох обед, если хлеба нет» Цель: формировать представление об обеде как обязательном дневном приеме пищи о его структуре</p>	<p>Презентация и конспект «Плох обед, если хлеба нет» (www.prav-pit.ru) Игра «Угадай-ка» Рабочая тетрадь (задание I)</p>	<p>Иллюстративный материал с изображением разнообразных блюд (первых, вторых, третьих, десертов)</p>	<p>Дидактическая игра «Угадайка» Дидактическая игра «Секреты обеда» Чтение «Булочная песенка» (М. Бородицкая) Просмотр мультфильма «Про обед» https://yandex.ru/video/preview?text=мультфильм%20про%20обед%20для%20мальшей&path=wizard&parent-reqid=1600751792715924-1033831767532608255766946-production-app-host-vla-web-ур-48&wiz_type=vital&filmId=15990881630716568932</p>	<p>Рекомендовать прослушать и обсудить аудио рассказ «Куриный бульон» (В. Драгунский)</p>
8	<p>«Время есть булочки» Цель: формировать представление о полднике как важном приеме пищи между обедом и ужином</p>	<p>Презентация и конспект «Время есть булочки» (www.prav-pit.ru) Игра «Кладовая народной мудрости» Рабочая тетрадь</p>	<p>Атрибуты для игры «Магазин кондитерских изделий»</p>	<p>Чтение «Пшеничные лекарства» (А. Лопатина, М. Скребцова) Танцевальная игра «Мы поставим печь пирог» Чтение «Убежало молоко» (М. Бородицкая)</p>	<p>Рекомендовать составить и зарисовать алгоритм приготовления любимой в семье выпечки</p>
9	<p>«Пора ужинать» Цель: формировать представления об ужине как обязательном вечернем приеме пищи, его составе</p>	<p>Презентация и конспект «Пора ужинать» (www.prav-pit.ru) Рабочая тетрадь Игра «Что можно есть на ужин» Рабочая тетрадь</p>	<p>Атрибуты для сюжетно-ролевой игры «Кафе»: иллюстрации блюд, карты «Меню»</p>	<p>Дидактическая игра «И обед и ужин каждому нужен» Танцевальная игра «Найди пару-тройку-четверку» (составление блюд из нескольких продуктов) Электронная игра «Пора ужинать»</p>	<p>Рекомендовать совместно с ребенком составить несколько вариантов меню для воскресного ужина</p>

10	<p>«На вкус и цвет – товарища нет» Цель: дать представление о разнообразии вкусовых ощущений от разных продуктов и блюд</p>	<p>Презентация и конспект «На вкус и цвет товарищей нет» (www.prav-pit.ru) Рабочая тетрадь Игра –эксперимент «Наши помощники» (В.А. Деркунская, А.А. Ошкина «Игры-эксперименты с дошкольниками»)</p>	<p>Алгоритмы составления описательных рассказов о блюдах разного вкуса, иллюстрации «Эмоции»</p>	<p>Дидактическая игра «Угадай на вкус» Дидактическая игра «Приготовь блюдо» Дидактическая игра «Рассели в домики» Чтение «Почему лимон кислый» (Т.А. Куликовская Дидактический материал по теме «Фрукты») Электронная игра «На вкус и цвет...»</p>	<p>Привлечь к оформлению альбома «Такие разные вкусы!»</p>
11	<p>«Как утолить жажду» Цель: формировать представления о значении жидкости для организма человека и ценности разнообразных напитков</p>	<p>Презентация и конспект «Как утолить жажду» (www.prav-pit.ru) Рабочая тетрадь (задание 2,3)</p>	<p>Атрибуты для игры «Кафе Соки-Воды»,</p>	<p>Дидактическая игра «Музей напитков» Игра-эксперимент «Мы не дружим с сухомыткой» Чтение русской народной сказки «Живая вода»</p>	<p>Рекомендовать вместе с ребенком зарисовать алгоритм заваривания вкусного и полезного чая</p>
12	<p>«Что помогает быть сильным и ловким?» Меню спортсмена Цель: формировать представление о связи рациона питания с образом жизни человека, дать представление о высококалорийных продуктах</p>	<p>Презентация и конспект «Что помогает быть сильным и ловким» (www.prav-pit.ru) Рабочая тетрадь</p>	<p>Иллюстративный материал «Виды спорта», карточки для самостоятельной работы в центре двигательной активности (ОВД, ОРУ)</p>	<p>Сюжетно-ролевая игра «Спортивное кафе» Дидактическая игра «Спортивное лото» Дидактическая игра «Четвертый лишний»</p>	<p>Привлечь к составлению фото альбома «Все мы дружим с физкультурой»</p>
13	<p>«Как помочь природе» Цель: формировать представления о том, нужно бережно относиться к природе.</p>	<p>Путешествие по реке времени (по технологии Коротковой Н.В.) «Какая бывает посуда»</p>	<p>Атрибуты для игр и упражнений</p>	<p>Дидактическая игра «Раздели мусор» Чтение «Во что превращается мусор» (Ю. Смирнова), «Тигрёнок учится сортировать мусор» (Э. Кастельс)</p>	<p>Принять участие в акциях по сбору мусору</p>

14	<p>«Овощи, ягоды и фрукты — витаминные продукты» <i>Цель: познакомить детей с полезными свойствами овощей и фруктов и значением их для организма</i></p>	<p><i>Презентация и конспект «Овощи, ягоды и фрукты — витаминные продукты» (www.prav-pit.ru) Рабочая тетрадь</i></p>	<p><i>Атрибуты для сюжетно-ролевой игры «Магазин»: весы, муляжи овощей и фруктов Материалы для изобразительной деятельности, раскраски, трафареты</i></p>	<p><u>Дидактическая игра «Овощи-фрукты»</u> <u>Сюжетно-ролевая игра «Магазин»</u> <u>Слушание песенки</u> на сл. Ю. Тувима «Овощи» <u>Танцевальная игра «Огуречик»</u> <u>Электронная игра «Собери в корзину»</u></p>	<p><i>Рекомендовать приготовить витаминный салат (из овощей или фруктов) вместе с ребенком, зарисовать последовательность действий</i></p>
15	<p>«Здоровым быть здорово!» <i>Цель: закрепить и уточнить полученные знания о рациональном питании и здоровом образе жизни</i></p>	<p><i>Праздник здоровья</i></p>	<p><i>Дидактическое пособие «Кладовая здоровья» (подборка игр по всем темам программы «Разговор о здоровье и правильном питании»</i></p>	<p><u>Подвижные и танцевальные игры</u> <u>Чтение «Беседы о здоровье»</u> (Шорыгина Т.А.)</p>	<p><i>Привлечь к подготовке Праздника здоровья: придумать эмблемы, вспомнить пословицы и поговорки, разучить стихи о здоровье, спорте, правильном питании</i></p>