



М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова



Разговор о здоровье и правильном питании



Цель программы – формирование культуры здорового образа жизни с выделением главного компонента – культуры питания

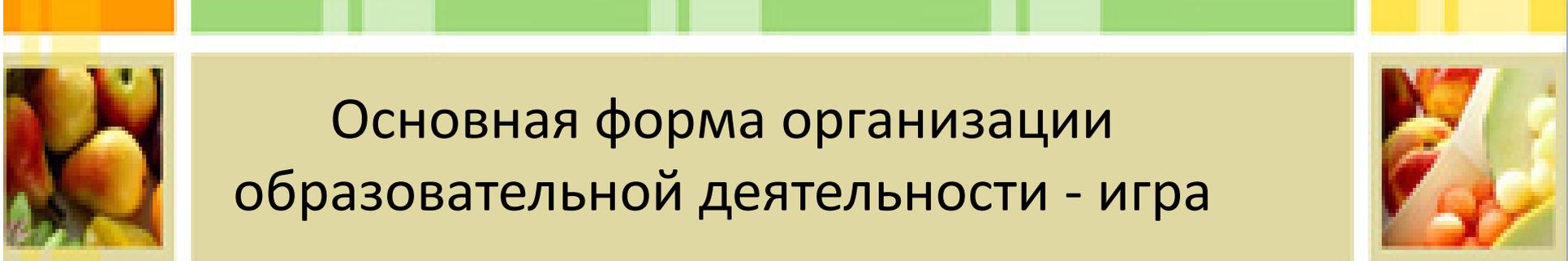


Задачи:

Формировать представления о влиянии питания на здоровье.

Воспитывать культуру здоровья, гигиенические привычки и навыки культурного поведения.

Развивать навыки правильного питания как составной части сохранения и укрепления здоровья, выработка способности разделять продукты питания на более и менее полезные.



Основная форма организации образовательной деятельности - игра



Виды игр:

сюжетно – ролевые игры;

дидактические игры;

динамические игры;

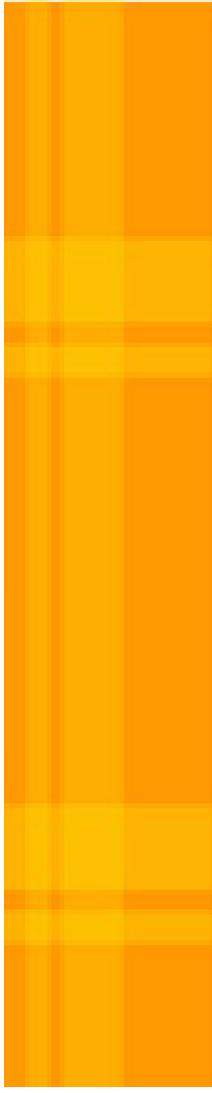
игры – соревнования;

игры – обсуждения;

игры с пословицами;

игры – викторины;

игры – конкурсы.





Программа «Разговор о правильном питании» направлена на достижение следующих результатов:



- дети смогут ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;
- дети смогут оценивать себя (рацион, режим питания, режим дня) с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни;
- дети смогут планировать свой режим дня, учитывая важность физической активности, соблюдения гигиенических правил и норм.



М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова



Разговор о здоровье и правильном питании

www.prav-pit.ru