

Подводим промежуточные итоги Проекта «Правильно питайся – здоровым оставайся!»

С января 2023 года начал свою работу Проект «Правильно питайся – здоровым оставайся!» для воспитанников средней/старшей группы ГУО «Детский-сад №4 г. Щучина». Прошло уже полгода, ребята в сентябре перейдут в старшую группу. Какие же знания они усвоили? Что нового узнали, что сделали, что запомнилось особенно?

Были проведены следующие мероприятия.

✚ Познавательное занятие «Здоровым должен быть каждый!»

Через плакаты и видео ролики дети узнали и закрепили знания о здоровье человека. Познакомились с работой медпункта детского сада.

✚ Игровое занятие «Цветная радуга»

Определили важность рационального питания и узнали, что дети знают об овощах и фруктах. Разгадали загадки «Витаминки, витаминки». Посмотрели видео ролики, поучаствовали в дидактической игре «Узнай по описанию», провели постановку мини-спектакля по сказке «Репка».



✚ Познавательное занятие «Внутренняя кухня человека»

Познакомились с пищеварительной системой человека. Очень понравилась ребятам ролевая игра «Кто в твой «домик» в гости пришёл?»: определяли на вкус сладкое, солёное, кислое, горькое.

✚ Игровое занятие «Наиболее популярные крупы»

Познакомились с разными видами круп, поговорили о пользе каши в рационе ребёнка, рассказали о любимых кашах дома и в садике. И с энтузиазмом творили аппликацию «Гриб», используя подходящую крупу для шляпки и ножки боровичка.



✚ Практическое занятие «С вредными микробами мы не дружим!»

Посмотрели видео ролики по соблюдению правил личной гигиены, профилактике острых кишечных инфекций; особенно понравился ролик «Развивающий мультфильм про микробов» (бурно обсуждали). Разгадали загадки «Предметы личной гигиены» и рисовали своё «Любимое мыло». А правила мытья рук знают все! И на практике девчонки и мальчишки показали, как это делают.



В январе проведена диагностика уровня знаний о полезных и вредных продуктах питания – тест «Полезные и вредные продукты»

питания для меня». В первичном тесте установлено следующее: о вреде чипсов знали дети – 82%, на втором месте по вредности определили напиток «Кока-кола» – 69%, на третье место определили конфеты – 65%. В «пятерку» вошли шоколад (56%) и пирожное (52%).

Что ж, будем ждать окончательный тест.

КСТАТИ.

Все участники Проекта для своих родителей передали: буклеты «Личная гигиена детей дошкольного возраста», «Здоровые зубы – красивая улыбка!»; памятки «Правила правильного жевания и глотания пищи», «Тело кашей не испортишь», «Моем руки дружно» и «Домашние любимцы – источники микроспории».

В ГУО «Детский сад №4 г.Щучина» с 03.04. по 07.04.2023 года было проведено анкетирование законных представителей воспитанников с целью оценки качества питания в учреждении образования в 2022/2023 учебном году. В анкетировании приняло участие 85 человек, в том числе родители средней группы, участницы Проекта.

Анализ анкет позволил сделать следующие выводы:

Удовлетворяет ли Вас, в целом, питание ребенка в детском саду?

Да - 85%, нет – 10%, не знаю-5% - из числа опрошенных родителей.

Интересуетесь ли Вы информацией о питании в детском саду?

Да – 91%, нет – 2%, иногда – 6%.

Как отзывается ребенок о питании в детском саду?

Хорошо – 86%, когда как – 9%, никак - 5%.

Какие блюда из меню детского сада с удовольствием ест Ваш ребенок?

Картофельное пюре – 76%, котлеты – 73%, макаронные изделия – 86%, салаты – 25%, супы – 31%, тушеные овощи – 21%.

Что ребенок категорически не любит?

Кефир - 57%, рыба – 47%, блюда из творога – 58%, тушеные овощи – 23%, сладкие подливы – 64%.

Знакомо ли Вам понятие «натуральные нормы детского питания»?

Да – 74%, нет – 22%, первый раз слышу - 4%.

Как Вы считаете, что такое здоровое питание?

Свежие овощи и фрукты – 100%. Разнообразное меню – 64%.

Уделяете ли Вы внимание здоровому питанию в своей семье?

Да – 79%, нет – 18%, не считаю нужным - 3%.

Что Вам мешает уделять внимание здоровому питанию ребенка?

Отнимает много времени на приготовление блюд ПП – 55%, не хочется зря тратить время, если можно купить качественную еду в магазине – 10%, правильное питание – дорогое – 5%, здоровое и правильное питание для меня норма и привычка – 30%.

Согласны ли Вы с тем, что питание ребенка в детском саду и семье должно сочетаться?

Да – 81%, нет – 6%, не знаю – 13%.

Какие навыки культуры питания Вы прививаете ребенку в семье?

Правила этикета – 100%.

Оцените питание в детском саду по пятибалльной шкале?

5 – 35%, 4 – 54%, 3 -11%.

Анализ анкетирования показал, что в целом родители удовлетворены питанием детей в детском саду (85%), интересуются меню (91%), спрашивают мнение детей о питании (86%).

100% родителей воспитывают у детей культуру поведения за столом и навыки здорового питания, что говорит об их информированности и заинтересованности данными вопросами.

Однако большинство родителей (70%) не уделяют должного внимания здоровому питанию дома, так как считают, что это отнимает много времени и материальных затрат. И как следствие этого воспитанники предпочитают кушать в детском саду «привычные» блюда – макаронные изделия (86%), картофельное пюре (76%), котлеты (73%), а так называемое «здоровое питание» – салаты – 25%, тушеные овощи – 21%, все те блюда, которые дома готовят редко и немногие родители, дети не знают и не любят.

Так по результатам анкетирования принято решение педагогам провести информационную и просветительскую работу с родителями по формированию основ и культуры здорового питания, о значении натуральных норм, разработать памятки и рекомендации о необходимости и пользе здорового, сбалансированного питания для растущего организма ребёнка, используя наиболее оптимальные и действенные формы работы.

Вместе с тем с целью оптимизации и совершенствования системы работы с воспитанниками и их родителями по формированию культуры безопасного питания создан игровой развивающий модуль «Всезнайка», где организовываются и проводятся совместные мероприятия: занятия, беседы «О вкусной и здоровой пище», «Традиции питания», «Правильное питание – основа здоровья»; конкурсы газет, плакатов на тему правильного питания, фестиваль-конкурс тематических проектов «Питание, здоровье, спорт»; самостоятельные и групповые проекты, исследования и др.

Для информирования родителей по вопросам правильного и безопасного питания на сайте дошкольного учреждения, в социальных сетях периодически размещаются материалы по организации здорового питания дошкольников и рекомендации для родителей по формированию меню выходного дня.