Муниципальное казенное дошкольное общеобразовательное учреждение

« Детский сад г. Фатежа «Золотой ключик» Фатежского района Курской области

**ОТЧЁТ**

**Тема:** «Азбука здоровья (Каша-сила наша)»

на 2020-2021 учебный год

Подготовила:

Непочатых Рита Александровна

воспитатель группы №1

г.Фатеж

2021 г.

**Тема моего самообразования** – «Азбука здоровья (Каша-сила наша)».

В число важных факторов, влияющих на улучшение здоровья детей, входит правильное питание, на котором базируется здоровье человека. Умение организовать своё питание помогает решить большую часть проблем, связанных с ним. Дети раннего дошкольного возраста не могут самостоятельно оценить полезность *«здоровой»* пищи, а их вкусовые предпочтения часто не совпадают с требованиями полноценного питания.

В наше время перенасыщения рынка чипсами, кириешками, сникерсами, неконтролируемого потока агрессивной рекламы данных продуктов у детей формируются искажённые взгляды на питание с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни. Семейные традиции зачастую также не способствуют формированию его правильных стереотипов. Так как детские привычки нередко имеют свойства закрепляться, есть большая вероятность того, что в последующем характер питания детей не будет способствовать сохранению их здоровья. Именно в дошкольном возрасте важно целенаправленно формировать устойчивые мотивации на здоровый образ жизни.

**Целью**своей работы я поставила:

Формирование знаний о здоровом питании, о пользе каши, как о ценном продукте, для роста детского организма.

Реализуя поставленную цель, мною были поставлены следующие **задачи:**

- Воспитывать у детей осознанное отношение к здоровому питанию.

- Развивать умение называть и различать крупы из которых варят вкусные каши.

- Развивать интерес к исследовательской деятельности, желание познавать новое.

В течение учебного года я изучала соответствующую литературу по данной теме:

**Изучение учебно**-**методической литературы**

1. Антонов Ю.Е. / «Здоровый дошкольник» Технологии 21 века. 2001 г.

2. Шорыкина Т.А. «Злаки. Какие они? Книга для воспитателей и родителей. Издательство ГНОМ 2007 г.

3. Шорыкина Т.А. «Беседа о каше» Методические рекомендации. Творческий центр «Сфера» 2012 г.

4.Руские народные сказки:

- «Каша из топора»;

-«Лиса и журавль».

5.Н.Носов «Мишкина каша»

6. Дидактические игры , потешки, для детей дошкольного возраста.

7. Интернет-сайты.

**В течение года мною были подготовлены и проведены:**

-Занятие по теме: «Каша-сила наша»;

- Были проведены беседы: «Каша-сила наша», «Виды каш», «Какие витамины живут в кашах?», «Чем полезны злаки»;

- Рисование с детьми «Нарисуй и раскрась злак»;

- Разучивали потешки «Каша-матушка наша»;

- Изготовление – лэпбука на тему «Каша-сила наша»;

-Было организовано чтение художественной литературы на соответствующие темы;

- Выполнение коллективной аппликации «Наклей добавку на тарелку с кашей»;

- Организованна сюжетно-ролевая игра «Поварёнок»;

-А также была создана картотека игр и упражнений на формирование знаний о здоровом питании, о пользе каши, как о ценном продукте**.**

**В течение года была проделана работа с родителями воспитанников:**

-Анкетирование родителей ;

-Памятки для родителей «Щи да каша пища наша»;

-Консультация для родителей на тему:

«Здоровое питание», «Чем полезна каша»;

-Индивидуальные беседы с родителями

«Чем вы кормите детей на завтрак?».

На основании полученных результатов можно сделать вывод, что во время работы по проекту у детей расширились представления о злаковых культурах и их полезных свойствах, дети научились различать и называть разные виды круп и называть какую кашу они едят на завтрак.Повысилась культура питания, осознание здоровья, как главной человеческой ценности.

В дальнейшем также планируется поддерживать у детей интерес к здоровому питанию и прививать желание вести здоровый образ жизни.

**Предполагаемый результат работы за 2020-2021г. Показал положительную динамику:**

**Предполагаемый результат:**

**-** дети получили первичные знания о крупах (кашах), умеют различать и называть виды каши;

-формируются знания у детей о пользе каши для организма детей и взрослых;

-создаётся система совместной с детьми игровой деятельности, которая развивает творческий потенциал детей, желание общаться и учиться новому;

- расширение словарного запаса детей, научить использовать полученные знания в ходе общения со взрослыми и сверстниками.