**МАТЕРИАЛЫ ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ПО ВОПРОСАМ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ**



Предлагаем вашему вниманию материалы, подготовленные в рамках федерального проекта «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек», входящего в национальный проект «Демография». Материалы доступны [здесь >>](https://disk.yandex.ru/i/VVpbwrDCLHTZHQ).

* [Обучающая (просветительская) программа по вопросам здорового питания](https://xn--2--8kcaqvtclv9av.xn--p1ai/images/dokumenti/Organizachija_pitanija/%D0%9E%D0%91%D0%A3%D0%A7._%D0%9F%D0%A0%D0%9E%D0%93%D0%A0%D0%90%D0%9C%D0%9C%D0%90.pdf)
* [«Физиология пищеварения ребенка»](https://disk.yandex.ru/i/ruzsYSGDN92wPA)(рекомендации Роспотребнадзора)
* [«Время питаться правильно»](https://disk.yandex.ru/i/9kHQRch3grjVaw) (рекомендации Роспотребнадзора)
* [«Здоровое питание помогает»](https://disk.yandex.ru/i/At0GMTLTyZEdPg) (буклет)
* [«Методика органолептической оценки пищи»](https://disk.yandex.ru/i/5o5-OSFANnsVqQ) (памятка)
* [«О маленьких сладкоежках»](https://disk.yandex.ru/i/sHkKeWUhmRHk9g) (консультация медсестры для родителей)
* [«Адаптация ребенка к режиму питания в детском саду»](https://disk.yandex.ru/i/sZY9Us16oQgAMw) (памятка для родителей)
* [«Правила здорового питания»](https://disk.yandex.ru/i/LMQfpQ7MI8vm9Q) (брошюра)
* [«Правильное питание детей - основа их здоровья»](https://disk.yandex.ru/i/RzBLaj2v27TNeg)(консультация для родителей)
* "О[рганизация безопасного питания детей»](https://disk.yandex.ru/i/hl2T45XMYObVaQ) (рекомендации родителям)
* ["Правильное питание - залог здоровья"](https://xn--2--8kcaqvtclv9av.xn--p1ai/images/dokumenti/Organizachija_pitanija/Pamjatki/%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B5-%D0%BF%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5--%D0%B7%D0%B0%D0%BB%D0%BE%D0%B3-%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D1%8F.-%D0%A0%D0%B5%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8-%D0%B4%D0%BB%D1%8F-%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%B9.pdf) (р[екомендации для родителей](https://xn--2--8kcaqvtclv9av.xn--p1ai/images/dokumenti/Organizachija_pitanija/Pamjatki/%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B5-%D0%BF%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5--%D0%B7%D0%B0%D0%BB%D0%BE%D0%B3-%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D1%8F.-%D0%A0%D0%B5%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8-%D0%B4%D0%BB%D1%8F-%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%B9.pdf))
* ["Питание ребенка во время болезни"](https://disk.yandex.ru/i/_I1cJMes3UNeqA) (памятка)
* ["Детское ожирение"](https://disk.yandex.ru/i/9NTRhEm9ty76sw) (памятка)
* ["Мёд - детям!](https://disk.yandex.ru/i/KpolsW_4klCNfA)" (памятка)
* ["Нужны ли детям витамины?" (памятка)](https://disk.yandex.ru/i/nRSqCtNYmq22fQ)
* ["Достаточно ли кальция вашему ребёнку?](https://disk.yandex.ru/i/m1Xlj2pHj8r2zQ)" (памятка)
* ["Пропал аппетит?](https://disk.yandex.ru/i/yYy5qpw8ECcswg)" (памятка)
* "[Здоровое питание детей](https://disk.yandex.ru/i/lbMWZIW1egDX1A)" (памятка)
* ["Правила питания детей!](https://disk.yandex.ru/i/QQ-VLAK0bcTUiA)" (памятка)
* [Доклад на родительское собрание "Все о питании наших детей"](https://xn--2--8kcaqvtclv9av.xn--p1ai/images/dokumenti/Organizachija_pitanija/doklad_0.pdf)

**Электронные ресурсы по питанию:**

* [detskoe-menu.ru](http://detskoe-menu.ru/recipes.html) - Меню ребенка и рацион питания детей;
* [Kuking.net](http://kuking.net/) - на данном сайте находится масса рецептов для ребенка любого возраста;
* [Поваренок.ru](http://www.povarenok.ru/) - множество вкусных блюд с рецептами и фото для Ваших детей;
* [Say7.info](http://www.say7.info/) - кулинарные рецепты с пошаговыми фотографиями;
* [ollforkids.ru](http://ollforkids.ru/gotovim.html) - сайт для детей и родителей. Готовим ребенку;
* [кулинарам.рф](http://xn--80aawhfjezw.xn--p1ai/prednaznachenie-recepta/dlya-detey) - Кулинарные рецепты - про еду, как и что приготовить на ужин вкусно;
* [recteptydliadetei.ru](http://recteptydliadetei.ru/) - Кулинарные рецепты для детей. Детское меню на каждый день.
* [Кулинария для детей](http://www.liveinternet.ru/users/irishka26rus/rubric/2456276/) - на данном сайте вы можете найти много рецептов для детей;
* [Готовим дома](http://gotovim-doma.ru/) - Кулинарный сайт для родителей и детей;
* [Готовим дома рецепты](http://gotovim-doma-retsepty.ru/) - кулинарные рецепты, которые с легкостью можно приготовить дома;
* [Готовим Дома](http://doma-em.ru/) - лучшие рецепты для домашнего приготовления;

**Видеоматериалы:**

* [Питание и иммунитет](https://cloud.mail.ru/stock/aQTGHRvWT1fCVix1vCtTUrTH/2ZCDz2URa97/5%20-%20Pitanie%20i%20immunitet.mp4)
* [Питание и климат](https://cloud.mail.ru/stock/aQTGHRvWT1fCVix1vCtTUrTH/2PVYye6mxSA/6%20-%20Pitanie%20i%20klimat.mp4)
* [Изучаем свое питание](https://cloud.mail.ru/stock/aQTGHRvWT1fCVix1vCtTUrTH/a25U9WiyGnQ/7%20-%20Izuchaem%20svoe%20pitanie.mp4)
* [Режим питания и порции](https://cloud.mail.ru/stock/dW3G5BA86wmhW2UeTEiH7cDC/H5qQ2cMoF6k/8%20-%20Rezhim%20pitaniya%20i%20portsii.mp4)
* [Вода и напитки в питании](https://cloud.mail.ru/stock/dW3G5BA86wmhW2UeTEiH7cDC/A3YzrioF8RB/9%20-%20Voda%20i%20napitki%20v%20pitanii.mp4)
* [Модные диеты и проблемы анорексии](https://cloud.mail.ru/stock/dW3G5BA86wmhW2UeTEiH7cDC/zTgUquzbwA6/10%20-%20Modnye%20diety.mp4)
* [Вредные привычки в еде](https://cloud.mail.ru/stock/fRyvxVHpGTkQffftL7F6NakK/tGdqt1Qse28/11%20-%20Vrednye%20privychki%20v%20ede.mp4)
* [Питание вне дома. На что обратить внимание](https://cloud.mail.ru/stock/fRyvxVHpGTkQffftL7F6NakK/twvKsd1XBKB/12%20-%20Pitanie%20vne%20doma.mp4)
* [Разумное потребление](https://cloud.mail.ru/stock/fRyvxVHpGTkQffftL7F6NakK/u2BLuCtrrya/13%20-%20Razumnoe%20potreblenie.mp4)
* [Алиментарнозависимые заболевания](https://cloud.mail.ru/stock/7F29UoMxtprq8pZHBYN7Kvq8/r4z7VhmKx3/14%20-%20Alimentarno-zavisimye%20zabolevaniya.mp4)
* [Здоровье кишечника](https://cloud.mail.ru/stock/7F29UoMxtprq8pZHBYN7Kvq8/3gLYgNhMrtJ/15%20-%20Zdorove%20kishechnika.mp4)
* [Витамины](https://cloud.mail.ru/stock/7F29UoMxtprq8pZHBYN7Kvq8/375ifZthQdd/16%20-%20Vitaminy.mp4)

 

* [Памятка "Правила поведения за столом"](https://disk.yandex.ru/i/-QGvpVOetUbayw)
* [Памятка "Вкусная еда"](https://disk.yandex.ru/i/2Xwmunq8pHdcLA)
* [Памятка "Еда, которая вредна!"](https://disk.yandex.ru/i/Z41WDFKOX83ryw)
* [Памятка "Полезная еда: овощи, фрукты, ягоды"](https://disk.yandex.ru/i/1NfJ1WjQul_5eg)
* [Интерактивная игра "Полезные и вредные продукты"](https://disk.yandex.ru/i/-019jLaL_eadiA)
* [Дидактическая игра для детей старшего дошкольного возраста "Путешествие по улице Правильное питание"](https://disk.yandex.ru/i/0fdIqLKcVui-WQ)
* [Дидактические игры для детей старшего дошкольного возраста на тему «Правильное питание»](https://xn--2--8kcaqvtclv9av.xn--p1ai/images/dokumenti/Organizachija_pitanija/didaktigryi.doc)
* [Дидактическая игра "Какой? Какая? Какое?](https://xn--2--8kcaqvtclv9av.xn--p1ai/images/dokumenti/Organizachija_pitanija/%D0%94%D0%B8%D0%B4%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0.pdf)
* [Дидактическая игра "Продукты питания"](https://xn--2--8kcaqvtclv9av.xn--p1ai/images/dokumenti/Organizachija_pitanija/%D0%94%D0%B8%D0%B4%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B02.pdf)

**ИНФОРМАЦИЯ О МЕРОПРИЯТИЯХ, ПРОВОДИМЫХ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ ВОСПИТАННИКОВ И РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ) С ЦЕЛЬЮ ФОРМИРОВАНИЯ У НИХ КУЛЬТУРЫ ПИТАНИЯ**

   В детском саду "Сказка" г.Нефтегорска реализуется образовательная программа "Разговор о здоровье и правильном питании" с целью формирования ценности правильного и здорового питания, распространения знаний об основах здорового образа жизни, значении двигательной активности, гигиене, режиме питания среди дошкольников и их родителей (законных представителей), в рамках данной программы происходит:

* формирование и развитие представления дошкольников о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
* формирование у дошкольников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укрепления здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
* освоение детьми практических навыков рационального питания;
* формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;
* информирование дошкольников о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа, культуре и традициям других народов;
* развитие творческих способностей и кругозора детей, их интересов и познавательной деятельности;
* развитие коммуникативных навыков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы.

   С воспитанниками проводятся занятия, развлечения и другие мероприятия.

* [Консультация для воспитателей в детском саду «Организация детского питания в детском саду ДОУ в подготовительной группе», автор Селезнева О.В.](https://xn--2--8kcaqvtclv9av.xn--p1ai/images/dokumenti/Organizachija_pitanija/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D1%81%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F_%D0%B4%D0%BB%D1%8F_%D0%B2%D0%BE%D1%81%D0%BF%D0%B8%D1%82%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%B9_%D0%B2_%D0%B4%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%BC_%D1%81%D0%B0%D0%B4%D1%83.pdf)
* [Конспект НОД по познавательному развитию «Из чего варят кашу и как сделать кашу вкусной и полезной» для детей старшего дошкольного возраста](https://xn--2--8kcaqvtclv9av.xn--p1ai/images/dokumenti/Organizachija_pitanija/%D0%9A%D0%B0%D0%BA_%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%B3%D0%BE%D1%82%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%82%D1%8C_%D0%BA%D0%B0%D1%88%D1%83.pdf)
* [Конспект НОД «О правильном питании и пользе витаминов» для детей старшего дошкольного возраста](https://xn--2--8kcaqvtclv9av.xn--p1ai/images/dokumenti/Organizachija_pitanija/konspekt_prav-noe_pitanie.pdf)
* [Конспект НОД познавательное развитие в старшей группе на тему: «Вредные и полезные продукты»](https://xn--2--8kcaqvtclv9av.xn--p1ai/images/dokumenti/Organizachija_pitanija/konspekt.pdf)
* [Конспект ООД с детьми старшей группы по теме «Продукты питания»](https://xn--2--8kcaqvtclv9av.xn--p1ai/images/dokumenti/Organizachija_pitanija/konspekt2.pdf)
* [Доклад на родительское собрание "Все о питании наших детей"](https://xn--2--8kcaqvtclv9av.xn--p1ai/images/dokumenti/Organizachija_pitanija/doklad_0.pdf)