

Отчёт о мероприятиях, посвященных профилактике гриппа, ОРВИ и изучению основ здорового питания в МБДОУ № 15 «Золотой петушок» с 05.12.2020 по 14.12.2020г.

1. Вторая группа раннего возраста

Д/ и Чудесный мешочек «Фрукты – овощи»

Цель: Узнавать овощи и фрукты на ощупь и называть их. Пополнить знания детей об овощах и фруктах, как продуктах питания, их пользе.



2. С 06 по 10 декабря 2020г в средней группе «Ромашки» проведены мероприятия по профилактике ОРВИ и изучению основ здорового питания:

Спасает нас от всех недугов чеснок и лук – наш лучший друг!

1.Изготовление чесночных амулетов - один из популярных способов использования чеснока.

Назначение.

Профилактика простудных заболеваний.

Задачи.

- Формировать представления детей о полезных свойствах чеснока;
- Расширять кругозор детей.



2. «Огород на подоконнике»

Цели: познакомить со свойствами лука; научить сажать луковички в воду.

Мы с ребятами средней группы решили, что вырастить зеленые перья лука будет нам по силам. Для этого мы взяли лук, баночки, воду. С интересом, рассмотрели луковички. Показала ребятам корешки и шейку лука, определили, что для роста лука нужен свет, тепло, вода. Все ребята с большим желанием приняли участие в **посадке лука.**



3.В логопедической группе «Солнышко» прошли беседы «Морковь-королева овощей» и « О пользе яблок».

Польза моркови и яблок для организма человека огромна. Их низкая калорийность и легкое усвоение в сочетании с полезными свойствами дает право говорить о яблоках и моркови, как о диетических продуктах, необходимых для людей, придерживающихся здорового питания, а также для профилактики и лечения многих заболеваний.

В ходе бесед ребята узнали , что морковь и яблоки, в первую очередь богаты витаминами и минералами. Эти вещества очень важны для нас, недостаток их может привести к серьезным изменениям в органах и системах человека. В яблоках есть особые вещества, делающие их такими полезными для организма человека, и достаточно съесть одно яблоко в день, чтобы зарядить организм и обеспечить естественную защиту от бактерий и вирусов. Полезны в любом виде: сырые, сушеные, запеченные, что не меньшей ценностью обладают выжатые соки, компоты, джемы и варенье, готовятся яблочные пироги.

Были прочитаны стихотворения И. Токмаковой «Яблонька» и Я. Акима «Яблоко»; разучили пословицы и поговорки о яблоках и яблоньке; отгадывали загадки; так же нарисовали «Мое любимое яблоко».

Во время второго завтрака дети с удовольствием ели яблоки и морковь.



