

Диагностические методики по формированию основ правильного питания

1. «Значимость питания»

Детям показывают карточки с изображением полезной и вредной еды. Далее воспитанники называют, что изображено на карточке, и определяют значимость правильного питания в их жизни.

2. Продолжи предложение

1. Правильное питание – это...
2. Полезные продукты – это...
3. Больше всего я люблю...

3. Рисуночный тест «Самые полезные продукты»

Воспитанникам предлагается нарисовать рисунки по темам: «Самые полезные продукты»

Анализ рисунков позволит определить знания ребят о полезных продуктах питания.

4. «Настроение»

Ребятам предлагается список продуктов питания, которые они знают. Рядом с каждым изображены смайлики (веселая, грустная, нейтральная). Ребенку предоставляется право выбрать тот смайлик, который чаще всего соответствует его настроению при виде этого продукта и выделить его.

Методика позволяет увидеть значимость разных продуктов в жизни ребенка и его отношения к тем или иным продуктам.

5. «Волшебник»

Ребятам предлагается поиграть в волшебников. Всем хорошо известна сказка «Золушка», в которой фея-крестная превращала тыкву в карету. Каждый получает волшебную палочку и карточку с изображением полезной еды и превращает (изображают на листочке) какой-то овощ или фрукт в предмет.

Ребята должны объяснить, почему они его превращают именно в этот предмет.

Дети имеют возможность выразить свое отношение к этому овощу или фрукту.

Проанализировав ответы, можно использовать результаты для подготовки и проведения различных мероприятий или тематических занятий, как с ребятами, так и с родителями.