«КУЛЬТУРА И ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА».

ГБДОУ № 87

Воспитатели 1 младшей группы

Семенова Анастасия Викторовна

Сергеева Надежда Константиновна

АКТУАЛЬНОСТЬ

Культура питания подразумевает воспитание.

«Культурное воспитание начинается очень рано, когда ребенку очень далеко до грамотности, когда он только научился хорошо видеть, слышать и кое-что говорить».

А.С. Макаренко

Культура питания в детском саду- наука, необходимая в современной жизни. Поскольку дети проводят большую часть дня в детском саду, то именно на воспитателей ложится обязанность научить ребенка полезно, вкусно, красиво и, самое главное, аккуратно питаться.

Правильное питание – одно из важнейших условий сохранения здоровья ребенка, его нормального роста и развития.

АКТУАЛЬНОСТЬ

Уроки этикета нужно начинать в раннем возрасте.

Ребенок учится не только правильно вести себя за столом, но и уверенно пользоваться столовыми приборами, быть опрятным и вежливым.

Культурно-гигиенические навыки очень важная часть культуры поведения.

Основные принципы организации питания в ДОУ:

- *Соответствие энергетической ценности рациона энергозатратам ребенка*
- *Сбалансированность в рационе всех заменимых и незаменимых пищевых веществ.*
- *Максимальное разнообразие продуктов и блюд, обеспечивающих сбалансированность рациона.*
- *Правильная технологическая и кулинарная обработка продуктов*
- *Оптимальный режим питания,обстановка формирующая у детей навыки культуры приема пищи.*

Формирование КГН за столом . Задачи в I млад. гр.(2-3 г.)

- *Учить детей под контролем, а затем самостоятельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой, вытирать насухо личным полотенцем.*
- *Правильно садится за стол*
- *Учить держать ложку в правой руке во время еды, опрятно есть*
- *Пользоваться чашкой, пить не торопясь*
- *Вытираться салфеткой после еды*

Формирование КГН за столом . Задачи во II млад. гр.(3-4 г.)

- *Учить детей самостоятельно аккуратно мыть руки с помощью мыла, насухо вытираться полотенцем, вешать полотенце на свое место*
- *Правильно пользоваться столовыми приборами*
- *Кушать аккуратно: не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом.*
- *Выходя из-за стола говорить спасибо*

ФОРМЫ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ :

Показ-напоминание

Беседы

Поощрение

Художественное слово

Работа с семьей

дактические игры

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФОЛЬКЛОРА ПРИ КОРМЛЕНИИ

А у нас есть ложки

Волшебные немножко

Вот-тарелка, вот еда

Не осталось и следа

На моей тарелочке рыженькая белочка

Чтоб была она видна

Все съедаю я до дна!

Правила поведения за столом

Медвежонок хлеб жевал –
Крошки хлебные ронял.
Говорил с набитым ртом –
Что? Не мог понять никто.
После взялся за компот –
Стол облил и свой живот!

Все над ним хохочут звонко,
Застыдили медвежонка:
– Ты не знаешь? За столом
Надо есть с закрытым ртом,
Не спешить, не говорить,
Крошки на пол не сорить.

После встать из-за стола
В шубке чистой, как была.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ

Не говори ты с полным ртом,
Еду жуй очень тщательно
И не забудь сказать потом
"Спасибо" обязательно!

Поглядите-ка, друзья,
Как себя вести нельзя!
Баловство любых ребят
Превращает в поросят!

Ешь спокойно всегда, не крутись,
Не толкай тех, кто рядом, локтями,
Хочешь что-то достать – не тянись,
Попроси, чтоб тебе передали!

Не упирайся в стол локтями
И спину ты ровней держи,
Еду не надо брать руками –
Есть ложки, вилки и ножи!

Пользуйся салфеткой,
На стуле не качайся
И низко над тарелкой
Своею не склоняйся!

Ешь внимательно, опрятно,
Не спеша и аккуратно,
Рот едой не набивай
И кусочки не роняй!

Большие куски в рот не следует брать –
Их надо на части всегда разделять!
Старайся посуду свою не разбить,
А то, что в стакане – на стол не пролить!

Использование игровых методов

- *Игра- это ведущий вид деятельности в дошкольном возрасте.*
- *Игра «Чаепитие у кукол»*

  Цель: Познакомить ребенка с назначением посуды, развивать интерес к разнообразным действиям с ней.

Дидактическая игра:

«Обед у кукол» «Найди пару»

Чтение худ. литературы:

«Мойдодыр», «Маша обедает».

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

- *В приготовлении детских блюд не рекомендуется использовать пряности и приправы*
- *Ребенок не должен есть жаренные, копченые, острые консервированные продукты*
- *Колбасные изделия*
- *Перед употреблением тщательно мойте фрукты и овощи*
- *Важно правильно организовывать питание ребенка в праздничные и выходные дни*
- *Не закармливать его разными деликатесами, сладостями, в результате у малыша могут возникнуть различные расстройства пищеварения, снизится аппетит.*

Формы работы с родителями:

- *Индивидуальные беседы*
- *Стендовые консультации*
- *Родительские собрания*
- *Анкеты, опросники*

«НЕ ДУМАЙТЕ, ЧТО ВЫ ВОСПИТЫВАЕТЕ РЕБЕНКА ТОЛЬКО ТОГДА, КОГДА С НИМ РАЗГОВАРИВАЕТЕ, ВЫ ВОСПИТЫВАЕТЕ ЕГО В КАЖДЫЙ МОМЕНТ ЕГО ЖИЗНИ» А.С. МАКАРЕНКО