**СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ**

**ФОРМИРОВАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О КУЛЬТУРЕ ПИТАНИЯ И ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЕ ВОСПИТАННИКОВ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ПРИЕМА ПИЩИ - ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ ЛИЧНОСТИ**

**Цель:** оказание методической помощи воспитателям по организации приема пищи, повышение профессионального мастерства работников дошкольного учреждения в вопросах организации питания в дошкольном учреждении; координация деятельности специалистов и работников дошкольного учреждения при организации питания; обучение приёмам подачи пищи детям в группах; привлечение родителей и детей к совместной деятельности с работниками дошкольного учреждения.

**Участники:** заместитель заведующего по ВМР, старший воспитатель, педагоги, медсестра.

**Форма проведения:** семинар – практикум

**Предварительная работа:** разработка памяток «Ещё раз о питании», консультация «Правильная организация питания, как средство формирования здоровья детей».

**Домашнее задание:** изучение «Учебной программы дошкольного образования» раздел «Культура питания», разработка конспектов организации приёма пищи.

**Теоретическая часть.**

**1.Мультимедийная презентация:** «Культура питания в дошкольном учреждении».

В режимных процессах у детей формируются навыки личной и общественной гигиены, правильного поведения в быту, в общественных местах, соблюдения общепринятых норм, этикета. В процессе приема пищи происходит формирование следующих культурно-гигиенических навыков: мыть руки перед едой; аккуратно есть; брать хлеба столько, сколько съешь; есть молча; жевать с закрытым ртом; пользоваться салфеткой; правильно сидеть за столом; уметь обращаться с ложкой, вилкой, столовым ножом; тщательно пережевывать пищу.

Переход навыка в привычку достигается систематическим повторением в одинаковых или сходных условиях. Пока привычка не закрепилась, ребенок нуждается в контроле и указаниях взрослого, а также в поощрении, похвале, одобрении. Однако не следует превращать прием пищи в поле битвы за хорошие манеры детей. Хорошие манеры приобретаются путем многократных упражнений, а также благодаря среде, в которой постоянно вращаются дети. В данном случае этой средой являются взрослые в дошкольном учреждении. Культурой еды и общения, доброжелательностью они создают условия, благодаря которым хорошие манеры поведения за столом вырабатываются достаточно быстро и усваиваются детьми на всю жизнь.

Профессиональная обязанность воспитателя – сформировать умение выполнять правила поведения за столом. Это обучение происходит как на специально организованных занятиях, так и во время приема пищи. В процессе приобщения ребенка к столовому этикету большое внимание уделяется взаимодействию воспитателей с родителями. Согласованность действий в этом вопросе приобретает первостепенное значение. Уже с раннего возраста необходимо вырабатывать у ребенка правильное отношение к еде, разным блюдам, умение пользоваться столовыми приборами и салфетками.

**2.Выставка образцов:** «Роль пищевых продуктов в детском питании: молоко и молочные продукты, яйца, пищевые жиры, мясо и мясные продукты, рыба и рыбные изделия, крупяные и мучные продукты, сахар, овощи, фрукты».

**3.Анализ анкет педагогов** «Питание воспитанников в дошкольном учреждении»

**Практическая часть.**

Участники занятия делятся на три команды.

1. Рефлексия «Угощение» Российский народ всегда славился гостеприимством. В доме гости - на столе появлялись самые разнообразные лакомства, приготовленные хозяйкой. Народная мудрость гласила «Что в печи, то на стол мечи», «Умей в гости звать, умей угощать», «Гость в доме - хозяину радость»

2.«Волшебная корзина». Участник-повар достаёт образец (овощ-фрукт) из корзины. Необходимо назвать блюда двухнедельного меню, в которых он используется.

1. «Организация приёма пищи»

Методы и формы организации работы с детьми по формированию культуры питания:

1.Наглядный (показ приемов владения столовыми приборами, демонстрация правил сервировки, положительный личный пример, рассматривание картин и иллюстраций, экскурсия на пищеблок, наблюдение за сверстниками)

2.Словесный (объяснение, разъяснение, убеждение, использование художественного слова, разбор проблемных ситуаций, поощрительная оценка деятельности ребенка)

3.Практический (дежурство, закрепление навыков поведения за столом, дидактические игры, сюжетные игры)

Порядок действий по организации приема пищи:

1.Подготовка к приему пищи. Соблюдение гигиенических требований (мебель расставлена удобно в соответствии с ростом детей; столы промыть горячей водой с мылом. Помощник воспитателя обязан тщательно вымыть руки, надеть специальную одежду, проветрить помещение, использовать только чистую посуду)

2.Гигиенические процедуры: валеологическое просвещение детей, закрепление правил мытья рук; игры-соревнования (старший возраст); самоконтроль детей; оценка деятельности.

3.Сервировка стола: организация дежурства; ознакомление с меню, объявление его детям; привлечение внимания детей к эстетичному оформлению столов, соблюдение правильной осанки.

4.Прием пищи (завтрак, обед, полдник, ужин). Индивидуальная работа по воспитанию культуры еды; обучение правилам этикета; оценка деятельности.

**Организация дежурства**

Общие требования:

- дежурство носит характер поручений;

- единство требований со стороны обоих воспитателей и их помощника;

-обязательно выполнение гигиенических процедур, наличие привлекательной формы для дежурных (фартук, колпачок);

- назначают по 2 дежурных;

- поощрение и благодарность за помощь;

младший возраст:

- к концу года можно повесить «Доску дежурств» и научить детей пользоваться ею;

- раскладывание на столе ложек, салфетниц и хлебниц.

средний возраст:

- сервировка стола под руководством взрослого;

- уборка использованных салфеток;

- составление грязной посуды стопкой в центре стола.

старший возраст:

- сервировка стола (самостоятельно под присмотром взрослого);

- размещение бумажных салфеток в салфетницах (скручивание в трубочки, нарезание, складывание);

- уборка грязной посуды и использованных салфеток.

- все блюда разливаются согласно возрастной норме;

- по мере съедания блюд необходимо убирать грязные тарелки.

  4.«Кулинарная викторина»: Участники задают вопросы противоположной команде: ( каждый придумывает)

Назовите составляющие завтрака, обеда, ужина

Как определить порцию при раздаче пищи?

Как научить ребёнка любить полезные блюда?

Почему салат необходимо съесть вначале обеда?

Каким образом раскладываются столовые приборы во время сервировки стола для обеда?

Что должны знать и уметь дежурные в старшей группе?

1. Этикет для самых маленьких.«Сервировка стола»

    6.«Банк идей: меню выходного дня». ( рубрика для родителей)

Составление меню на выходной день.

1. «Кулинарный поединок»: Презентация молочной каши.«Такая вкусная и полезная каша».

   8.Физкультминутка на тему «Питание»

   9. Однажды Даша пошла в лес и заблудилась. Вышла к незнакомой деревне и постучалась в домик. Дверь открыла старушка и пригласила Дашу войти. В доме за столом обедали внуки. Ваня, пытаясь остудить горячий суп, набирал в рот побольше воздуха и дул на тарелку так, что брызги летели во все стороны. Люба наколола на вилку большую котлету и, откусывая от нее, перепачкала все щеки. Галя пила вишневый компот, а косточки выплевывала прямо на стол.

Старушка пригласила Дашу за стол, налила чаю и уселась рядом. Потом взяла свою чашку и стала пить из нее, громко прихлебывая.

Даша смотрела на всех с удивлением. Пить чай в такой компании ей не хотелось.

Вопрос: Каких правил не знали обитатели домика?

-На горячий суп дуть нельзя. Его надо помешивать ложкой, чтобы остыл.

- От котлеты надо отламывать кусочки вилкой.

- Косточки от компота надо класть в блюдечко ложкой

- За столом не прихлебывают. Чай пьют беззвучно.

**III. Подведение итогов. Рефлексия.**