

Круглый стол с участием родителей «Организация питания в детском саду»

Цель: активизация участия родителей в воспитании у детей привычки употреблять в пищу полезные продукты.

Задачи: обогащать педагогический опыт родителей; согласовать действия педагогов и родителей по вопросу здорового питания детей; проявлять единство в подходах и требованиях; способствовать формированию привычки здорового питания в семье; укреплять сотрудничество семьи и педагогического коллектива.

Участники: родители, воспитатели, старшая медсестра, заведующий СП.

Ход

Заведующий: Добрый вечер, уважаемые родители! Мы рады, что вы присутствуете на нашем круглом столе, посвящённом проблеме организации детского питания.

Все родители хотят создать малышу наилучшие условия для успешного жизненного старта. И начинать имеет смысл с детского питания, ибо, как говорят мудрые, «он есть то, что он ест».

О том, что правильное питание - залог здоровья, знает каждый из нас. Однако, к сожалению, мало кто может утвердительно ответить на вопросы: «Правильно ли вы питаетесь?», «Правильно ли вы кормите своего ребёнка?» Какой малыш добровольно откажется от шоколадки и чипсов в пользу геркулесовой каши? Как научить любить тушеные овощи, молочные блюда и кисели? Как приготовить различные полезные блюда и напитки? Давайте искать ответы на эти вопросы вместе.

Проблема, с которой часто сталкиваются педагоги детских садов, - это несоблюдение режима питания детей дома. Зачастую дети на завтрак приходят с опозданием, перекусив что-нибудь дома, либо приходят в группу с конфетой или пряником в руках. Вечером, забирая детей из детского сада, родители балуют их сладостями, забывая о том, что дома ждёт ужин. Поэтому, работу по воспитанию культуры питания детей надо начинать со взрослых.

Слово предоставляется **старшей медицинской сестре** нашего детского сада:

в ходе выступления затрагиваются вопросы питания детей в детском саду (*разнообразие меню, калорийность блюд, выполнение норм по основным продуктам питания*), питания детей в семье (*соблюдение режима питания, употребление в пищу полезных продуктов, влияние сладкого на снижение детского иммунитета и повышение заболеваемости*).

- Нужно ли спрашивать ребёнка, что приготовить ему, например, на завтрак? (*Да, мы даём понять ребёнку, что в делах, его касающихся, он сам имеет право выбора. Он принимает решения, которые определяют его повседневную жизнь. Из поведения родителей он должен сделать именно этот чёткий вывод.*) Часто мамы проявляют повышенный интерес питанию детей и тем самым усложняют дело. Будет лучше, если мама в соответствии с советами врача станет готовить ребёнку вкусную и здоровую пищу и доверять его аппетиту.

- Что делать, если ребёнок плохо и медленно ест? (*Возможно, это его обычный аппетит и темп еды. Не надо подгонять и настаивать, чтобы ребёнок съел всё. Во время еды подбадривайте и хвалите ребёнка. Показывайте детям, как аккуратно есть, пользоваться приборами, салфетками, помогайте им.*)

Обсуждение памятки для родителей «Это следует знать!»

(*Родители по очереди зачитывают пункты памятки и высказывают своё мнение.*)

- Формирование привычки здорового питания начинается с раннего детства.

- Процесс употребления в пищу детьми полезных продуктов строится на основе осмысленности, положительных эмоций, произвольности действий.
- Детям младшего и среднего дошкольного возраста доступны следующие представления: для того, чтобы не болеть, нужно кушать полезные продукты; полезные продукты - это овощи, фрукты, молоко, соки, хлеб, рыба, мясо; существуют «важные» продукты и «не очень важные», «полезные» и «не очень полезные».
- Развитие интереса у детей способствует более быстрому привыканию к употреблению полезных продуктов.
- Процесс организации правильного питания детей строится на основе использования игрового метода.
- Важны желание родителей вести здоровый образ жизни (*собственное питание*), положительный пример взрослого.
- Необходимо объединение усилий педагогов и родителей в достижении поставленных задач (*согласованность в действиях, единство в подходах и требованиях*).

Просмотр видеofilmа «О правильном питании детей».

Заведующий: закладывая в детях привычку есть разную пищу, взрослые должны набраться терпения, так как положительное отношение к еде у детей формируется очень долго, особенно если в семье и детском саду нет единых взглядов на этот счёт.

Вручение родителям памяток по организации детского питания.

Памятка 1. Как не надо кормить ребёнка. Семь великих и обязательных «НЕ»

1. Не принуждать.
2. Не навязывать.
3. Не убажывать.
4. Не торопить.
5. Не отвлекать.
6. Не потакать, но понять.
7. Не тревожиться и не тревожить.

Использованная литература: С.В. Чиркова Родительские собрания в детском саду: М.: ВАКО, 2011. - 240 с.

