

Воспитываем привычку к здоровому питанию.

Вопросу здорового питания воспитатели младших групп МБДОУ «Детский сад №14» г. Чебоксары уделяют серьезное внимание. Многие теоретики и практики утверждают, что привычка к здоровому питанию, правильному поведению за столом формируется у детей с самого раннего возраста. Воспитатель младшей группы, Иванова Инна Николаевна, познакомила своих воспитанников с принципами здорового питания и столовым этикетом через различные виды деятельности. В группе организовано дежурство: дети помогают накрывать на стол – раскладывают ложки, ставят хлебницы, салфетницы, подтарельники.

Известно, что ведущим видом деятельности в младшем дошкольном возрасте является игра. Одна из любимых игр малышей - «Приглашаем всех на чаепитие», в ходе которой дети закрепляют знания о чайной посуде, на практике знакомятся с правилами поведения за столом, приобретают опыт общения с гостями. Через различные игровые сюжеты у дошколят формируются навыки отзывчивости, заботливости, приветливости.

Иванова Инна Николаевна ежедневно планирует развивающие игры по формированию у детей представлений о продуктах питания, такие как «Разложи овощи и фрукты по корзинкам правильно», «Вершки-корешки» и др., где дети закрепляют свои знания о фруктах и овощах.

Привычка к здоровому питанию закладывается с детства и является основным фактором в формировании привычки к здоровому образу жизни.

