

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, директор.

Ход Воспитатель: Добрый вечер, уважаемые родители! Мы рады, что вы присутствуете на нашем круглом столе, посвящённом проблеме организации детского питания. Уже в дошкольном возрасте дети страдают различными хроническими заболеваниями, в том числе и заболеваниями органов пищеварения. Сбалансированное здоровое питание является одной из составляющих в организации оздоровления детей всех возрастов. Особое внимание в данном вопросе требуют дети дошкольного возраста, так как именно в этом возрасте закладывается фундамент будущей интеллектуальной и физически развитой личности. Вырастить ребёнка здоровым – общая цель родителей и дошкольного учреждения. С целью формирования у родителей потребностей в организации правильного питания, как одной из составляющих здорового образа жизни, способствующих сохранению и укреплению здоровья детей, а так же заинтересованности родителей данной проблемой, привлечения их к сотрудничеству 22 сентября в детском саду состоялось собрание для родителей на тему: «Организация здорового питания в ДООУ». Директор Пронина Татьяна Александровна познакомила родителей с нормативными документами по питанию, рассказала, что основным принципом правильного питания дошкольников служит максимальное разнообразие пищевых рационов. Только при включении в повседневные рационы всех основных групп продуктов - мяса, рыбы, молока и молочных продуктов, яиц, пищевых жиров, овощей и фруктов, сахара и кондитерских изделий, хлеба, круп и др. можно обеспечить малышей всеми необходимыми им пищевыми веществами. И, обратный эффект, при исключении из рациона тех или иных из названных групп продуктов, равно как и избыточное потребление каких-либо из них, неизбежно приводит к нарушениям в состоянии здоровья детей. 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. Правильный подбор продуктов – условие необходимое, но еще недостаточное для рационального питания дошкольников. Наши повара стремятся к тому, чтобы готовые блюда были красивыми, вкусными, ароматными.

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 видеофильма «О правильном питании детей».

Директор : 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.

Пять правил правильного питания.

Правило 1.

Еда должна быть простой, вкусной и полезной.

Правило 2. Настроение во время еды должно быть хорошим.

Правило 3. Ребёнок имеет право на свои собственные привычки, вкусы, притязания.

Правило

4. Ребёнок имеет право знать всё о своем здоровье. Правило

5. Нет плохих продуктов – есть плохие повара.