

Формирование культуры здорового питания у воспитанников

Культура питания – важнейшая составная часть общей культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников, что нашло отражение в федеральных государственных образовательных стандартах нового поколения (ФГОС). В настоящее время вопросы питания постоянно находятся в центре внимания. Организация питания дошкольников требует должного внимания.

Существующие проблемы: слабые знания о правильном питании среди родителей и воспитанников; низкая культура питания; несоблюдение норм сбалансированного питания - требуют комплексного системного подхода. Поэтому в МОУ детский сад № 44 разработана план по формированию культуры правильного питания.

Цель - формирование у воспитанников культуры питания как составляющей здорового образа жизни и создание необходимых условий, способствующих укреплению их здоровья.

Реализация предполагает решение следующих образовательных и воспитательных задач:

- формирование и развитие представлений у воспитанников о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;
- формирование готовности детей заботиться и укреплять собственное здоровье;
- формирование у дошкольников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья;
- профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием воспитанников.

Кроме того, в МОУ детский сад № 44 реализуется инновационная площадка «Внедрение оздоровительно-воспитательной технологии «Здоровый дошкольник» в условия ФОП ДО». В которой наряду с физкультурно-оздоровительными мероприятиями важное место занимают вопросы здорового питания дошкольников.

Мероприятия по формированию культуры здоровой еды проводятся в рамках Дня открытых дверей «Разговор о правильном питании», на тематических неделях, ежедневно перед и во время приема пищи.