

Носкова Светлана Алексеевна

заведующая

МБДОУ «Д/С №162»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ПРИВЫЧКИ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ

***Аннотация:** в статье рассматривается дошкольный возраст как период фактического складывания личности и механизмов поведения. Это возраст, когда подготовка к взрослой жизни идет полным ходом, когда желания ребенка обростают социальным опытом, т.е., приходит осознание, что «можно» или «нельзя». автором отмечено, что в период дошкольного детства, ближайшим окружением ребенка становятся как родители, так и воспитатели-педагоги, и поэтому, семья и детский сад играют ведущие роли в воспитании детей дошкольного возраста. Статья посвящена вопросу установление сотрудничества с семьями воспитанников, направленного на развитие и воспитание детей, построенное на принципах доверия и партнёрства.*

***Ключевые слова:** качественное сбалансированное питание, дошкольный возраст, единые подходы, культура питания, семья, взаимодействие, здоровье детей.*

Дошкольное учреждение взаимодействует с родителями по разным направлениям. В соответствии со ст. 44-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ФГОС ДО, родители – активные участники образовательных отношений. Но, одним из самых важных направлений сотрудничества детский сад – семья, считаем, сохранение и укрепление здоровья детей. А как известно, качественное сбалансированное питание в дошкольном возрасте особенно важно и играет огромную роль в здоровье детей.

Ребенок в дошкольном возрасте целиком зависит от окружающих его взрослых – родителей, педагогов. Он перенимает их привычки, манеру поведения, в том числе культуру питания. Дети не могут самостоятельно оценить качество пищи. Им нужно рассказать, что полезно, а что вредно.

Поэтому, коллектив дошкольного учреждения понимая важность здорового питания для детского организма, видя проблемы в отсутствии единых подходов в организации детского питания в ДООУ и семьях воспитанников, ведет активную работу по взаимодействию с семьями воспитанников по организации сбалансированного детского питания, формированию привычки здорового питания детей в условиях семьи. Коллективом дошкольного учреждения в работе с семьями воспитанников была поставлена цель: сформировать у родителей воспитанников ДООУ осознанное отношение к организации питания через совместное «погружение» в проблему и задачи:

- формировать потребности у детей и взрослых в здоровом питании и образе жизни, научить детей и родителей выбирать полезные продукты и готовить полезные блюда;

- активно включать родителей в изучение и контроль организации и качества питания в ДООУ через деятельность мобильных групп;

- продолжать работу по формированию культурно-гигиенических навыков у детей и культуры, эстетики приема пищи в ДООУ и семье;

- формировать у детей и родителей ответственное отношение к своему здоровью;

- продолжать работу по укреплению физического здоровья воспитанников и снижению уровня заболеваемости;

- продолжать развивать сотрудничество с семьями воспитанников для достижения единых целей воспитания и развития детей.

Определили также конечный желаемый результат своей работы: формированию единых подходов организации питания в дошкольном учреждении и дома. Работу начали с родителями средних-подготовительных к школе групп. Возраст определён исходя из исследований учёных. Доказано: с пяти лет у ребенка формируется культура питания, он начинает осознанно выбирать блюда, может сформулировать причину отказа есть те или иные продукты.

На подготовительном этапе работы было важно узнать отношение родителей к вопросу организации питания, традиции организации питания в семьях

воспитанников, уровень знаний и заинтересованности родителей в вопросе здорового питания. С этой целью проводилась разнообразная работа со всеми участниками образовательных отношений. Наиболее информативными для нас и интересными были мероприятия:

1) *с родителями:*

- анкетирование «Питание в семье»;
- конкурсы блюд «Любимое блюдо нашей семьи», «Папа может всё, и готовить тоже!»;
- выставки фотографий «Наш праздничный стол», «Семейный ужин», «Наша бабушка вкусно готовит...»;
- конкурс сочинений-размышлений «Едим дома»;
- конкурс на сервировку стола и эстетику оформления «Накрываем праздничный стол».

2) *с детьми:*

- через беседы, игры с детьми, были выяснены детские предпочтения в блюдах, любимые блюда семейных праздников;
- сюжетно-ролевые игры «Ждём гостей: накрываем стол»;
- рисование на тему «Праздничный стол на мой День рождения».

3) *с сотрудниками:*

- семинар-практикум «Сервировка стола, подача блюд»;
- мастер-класс «К нам пришел аппетит».

По результатам подготовительного этой работы нами условно все семьи воспитанников были разделены на группы:

- семьи, в которых организовано правильное питание (5%);
- семьи, в которых родители понимают значимость правильного питания, но не всегда придерживаются принципов здорового питания (65%);
- семьи, в которых питание организовано по принципам «что есть, то и едим», «живём один раз, значит можно есть всё, что хочется» (30%).

Результаты, полученные на подготовительном этапе, позволили построить дальнейшую работу более эффективно и адресно.

Предпочтения отдали нетрадиционным формам работы. Понравились и запомнились мероприятия:

1) *с родителями:*

– оформление альбома «Сорока-белобока кашу варила» с фотографиями и рецептами любимых каш детей;

– создание картотеки мультфильмов;

– мамы пятиминутки «Волшебные продукты» – дискуссия мам о пользе продуктов и применении их в семье.

– фотовыставки на темы «Я помогаю маме на кухне», «Готовлю вместе с мамой», «У бабушки в гостях», «Моя мама работает поваром». По опыту работы, такие фотовыставки вызывают большой интерес;

– изготовление вместе с детьми книжек-самоделок «Продукты и витамины в них»;

– презентации «Здоровое питание в семье», «Чем занять ребёнка на кухне»;

– изготовление вместе с детьми лепбуков «Вредная и полезная еда», «Здоровое питание», «Полезные овощи и фрукты», «Хлеб – всему голова», «Азбука здоровья»;

– конкурс на лучшую дидактическую игру по теме проекта, изготовленную своими руками;

– родители поделились рецептами блюд, которые можно приготовить с детьми в холодном виде. У нас получилась книга «Кулинарная энциклопедия маленьких поварят».

– оформили книгу «Рецепты моей семьи»;

– организован «Женский клуб», на встречах которого обсуждаются актуальные проблемы, в т.ч. связанные со здоровьем, правильным питанием, воспитанием здорового ребёнка. Приглашаются на эти встречи врачи, спортсмены, интересные люди;

– деятельность мобильных групп из числа родителей за организацией и качеством питания в ДОУ. Родители смогли лучше познакомиться с меню детского сада, они задумались о питании в семье.

Не забыли также и о серьезных формах: пригласили их на практическую консультацию «Правильное питание – залог здоровья», круглый стол «Витамины вокруг нас». Все проводимые мероприятия в детском саду не оставили родителей равнодушными. Так мы убедили родителей не кормить больше детей «не детской» едой и самим питаться правильно.

1) *с сотрудниками:*

С целью создания методической базы в ДОО разработаны:

- выпущена книга рекламы блюд из меню детского сада;
- творческой группой педагогов разработаны эскизы сервировки столов к различным праздникам;
- картотеки сказок по питанию, загадок, пословиц о еде;
- сформированы тематические наборы для сервировки столов к различным тематическим датам;
- организован конкурс среди групп ДОО на лучшую сервировку и оформление столов;
- в каждой группе имеются минимум 2 набора скатертей и салфеток для разной сервировки столов;
- приобретены комплекты посуды на группы, в том числе праздничные наборы.

2) *с детьми:*

- творческие работы на темы «Вредные и полезные продукты», «Угощаем маму»;
- подготовка самими детьми атрибутов к сюжетно-ролевым играм «Встречаем гостей», «Сегодня у нас праздник»;
- дидактические игры;
- досуги и развлечения «Мешок яблок», «Семейные посиделки»;
- мастер-классы по приготовлению салатов.

В конце года педагогический коллектив увидел результаты совместной работы: родители пополнили свои знания в области правильного питания, появи-

лась общая, важная тема их общения с ребёнком. Родители стали более отзывчивыми и активными участниками в жизни детского сада, выражали благодарность воспитателям за предоставленный методический материал, интересные проводимые мероприятия в течении года, за совместную работу по формированию привычек здорового питания у детей. Родители изъявили желание и дальше более тесно сотрудничать с детским садом по другим направлениям, участвовать в различных совместных мероприятиях. Родители также заметили, что у их детей сильно изменились предпочтения в еде, дети более осознанно стали подходить к выбору продуктов питания при посещении с родителями продовольственных магазинов. Дети стали отказываться от вредных для здоровья блюд не только во время прогулок, но и в гостях, во время детских праздников, они стали лучше есть овощи, фрукты, натуральные соки и не просят уже чипсы и жвачки. Родители увидели реальную заботу коллектива детского сада о здоровье их детей, оценили важность системы совместной работы детского сада и семьи по формированию здорового образа жизни и вопросу рационального, правильного питания. Родители стали более открыты для нас, активно принимают участие в жизни детского сада. Семьи с удовольствием принимают участие в конкурсах по правильному питанию, готовятся к КВН «Растишка»: «Родители – Дети».

Таким образом, только объединив усилия коллектива дошкольного учреждения и семей воспитанников можно добиться общих целей в воспитании и развитии детей.

Список литературы

1. Учимся правильно питаться // Для воспитателей ДООУ. – Волгоград: Учитель, 2007.
2. Фромм А. Азбука для родителей / А. Фромм. – Л.: Лениздат, 1991.
3. Чиркова С.В. Родительские собрания в детском саду (старшая группа) / С.В. Чиркова. – М.: Вако, 2011. EDN QYJJBZ