

Направление: особенности питания, здорового образа жизни и безопасности детей раннего и дошкольного возрастов

Форма мероприятия: родительское собрание

Тема: «Знакомство родителей с программой
«Разговор о правильном питании»»

Подготовили и провели воспитатели
детского сада «Ягодка» ГБОУ СОШ № 11 подготовительной к школе
группы «Смородинка»: Барашкова И.Н., Котова И.Г.

Цель: Формирование у родителей потребностей в организации правильного питания, как одной из составляющих здорового образа жизни, способствующих сохранению и укреплению здоровья детей.

Задачи:

- Заинтересовать родителей значимостью программы "Разговор о правильном питании" как составную часть формирования здорового образа жизни.
- Способствовать осознанию родителями ответственности за формирование у ребенка основ правильного питания.
- Активизировать работу родителей в формировании у детей основ рационального питания и в воспитании культуры здоровья, осознанию ими здоровья как главной человеческой ценности.



Подготовка к родительскому собранию.



1. Анкетирование родителей (Анкета № 1)
2. Буклет Программа "Разговор о правильном питании".
3. Памятка "Маленькие хитрости".
4. Плакат "Как правильно есть".

Повестка дня:

- Беседа о программе «Разговор о правильном питании».

Выступление воспитателя

- Раздача памятки.
- Приглашение к размышлению:
Разгадывание кроссворда и заполнение корзины «полезными продуктами».
- Подведение итогов.

Ход родительского собрания:

I. Беседа о программе «Разговор о правильном питании».

Воспитатель: новый и во многом уникальный образовательный курс, направленный не только для детей и педагогов, но и для родителей. Благодаря Программе дети познакомятся с основами рационального питания как составной частью здорового образа жизни.

Многие родители считают, что правильное питание ребенка требует больших финансовых затрат и по карману лишь очень обеспеченным семьям. На самом деле здоровая и полезная пища далеко не всегда самая дорогая. К тому же важно не только то, что ест ребенок, но и как организовано его питание.

Питание должно быть рациональным, полностью удовлетворять потребности развивающегося организма ребёнка. В рацион питания дошкольника следует включать достаточное количество белков, растительного и животного происхождения. Наиболее богаты белками мясо говядины, кур. Наряду с мясом источником белка является рыба, в которой содержатся необходимые аминокислоты для развивающего организма ребёнка. Сливочное масло богато жирорастворимыми витаминами: Д, Е, К, А.

Познакомьтесь, пожалуйста, с информацией о соблюдении режима правильного питания. (*Буклеть "Разговор о правильном питании"*)

- Каких правил Вы придерживаетесь?
- С какими не согласны?
- Какой из советов Вы узнали впервые.



II. Беседа о правилах, помогающих формированию основ рационального питания.

Воспитатель: Важно не только правильно организовать питание ребенка, но и правильно общаться с ним. Предлагаю Вашему вниманию правила, помогающие формированию основ рационального питания. Познакомьтесь, пожалуйста.

Предлагается памятка:

- Каких правил вы придерживаетесь?
- С какими не согласны?
- Какое из правил узнали впервые?

Отметьте знаком "+" те правила, которые выполняете, "-" - те, которые не выполняете.

Если правила выполняются только



одним членом семьи, то, конечно, успехов быть не может. Мы надеемся, что Вы обязательно обсудите эти вопросы в семейном кругу.

III. "Приглашение к размышлению."

Воспитатель: кроссворды, которые Вам представлены, определяют факторы, влияющие на формирование правильных привычек питания и поведения за столом.

Вам нужно заполнить «корзину» правильными, полезными продуктами.

IV Подведение итогов.

Мы сегодня говорили о программе «Разговор о правильном питании», о других вопросах питания, как справляются с заданиями в тетрадях наши ребята.

- А теперь, пожалуйста, подведем итоги нашего собрания.

 - собрание оказалось нам полезным.

 - многое, но все было полезным.

 - зря потрачено время.

- Спасибо! Мы вам дарим памятки, которые могут вам правильно организовать питание детей: "Маленькие хитрости". Правила, помогающие формированию основ рационального питания и хорошего тона за столом". А также буклет "Программа Разговор о правильном питании".