**Интересно, вкусно, полезно: правильное питание для дошкольников.**

*Боталова Мария Михайловна, воспитатель*

*Пьянкова Ирина Александровна, воспитатель*

*МБДОУ «Добрянский детский сад №8», г.Добрянка*

В одном из своих выступлений Президент Российской федерации В. В. Путин сказал: *«Все мы понимаем, что здоровый образ жизни не формируется сам по себе. Для регулярных занятий спортом, отказа от вредных привычек требуются, конечно, прежде всего, сильная воля и труд самих молодых людей.* ***Но задача общества*** *-* ***создать благоприятные условия****, позволяющие нашим детям* ***гармонично развиваться****. Еще раз подчеркну: это задача всего общества, а не только органов государственной власти. И средства массовой информации, и деятели культуры, все родители, общественность в целом должны озаботиться этой проблемой»*

Одно из направлений воспитания здорового образа жизни – правильное питание. Над этой темой мы углубленно работаем с 2006 года. Основой для организации деятельности стала программа «Разговор о правильном питании». Внедрение программы в практику работы с дошкольниками осуществлялось поэтапно: апробация программы в работе с детьми старшего дошкольного возраста (5 – 7 лет) 2006 – 2008 г. г. и адаптация программы для детей младшего и среднего дошкольного возраста 2009 – 2011 г.г.

Организация деятельности по формированию основ правильного питания дошкольников осуществляется в тесном сотрудничестве с родителями, которые на протяжении многих лет являются нашими самыми главными помощниками и партнерами в деле воспитания здорового образа жизни.

За эти годы многое изменилось как в дошкольном воспитании, так и в стране целом. Времена увлечения «сникерсами» и «фастфудом» проходят. Все чаще и чаще мы обращаемся к истокам здорового и рационального питания, заложенным в русской и других национальных культурах. И снова возвращаемся к пониманию ценности натуральных, свежих продуктов. Тем более что территориальные условия, в которых растут наши дети, в основном приближены к природе.

Актуальность вышеуказанной темы обусловлена так же позициями, которые обозначены в современных нормативных документах. Например:

Профессиональный стандарт в разделе «Воспитательная деятельность» содержит следующий пункт «Трудовых действий»:

*- Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира,* ***формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни***

А одна из задач Федеральных государственных образовательных стандартов ДО ориентирована на…

***6) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни…***

Много лет, приобщая детей и родителей к культуре рационального питания, мы точно знаем - ЧТО ЛЮБЯТ ДЕТИ!

Дети любят все яркое и интересное. Поэтому, если оригинально оформить блюдо из детского меню, можно накормить непосед даже такими полезными, но не очень любимыми продуктами: овощи, крупы, зелень и т. д.

Один из самых простых и доступных рецептов – бутерброды. Варианты их приготовления различны: бутерброд – гигант, бутербродный торт, тематический бутерброд и т. д.

Сегодня мы предлагаем вашему вниманию бутерброд – канапе. Преимущество этого блюда еще и в том, что его удобно употреблять в разных местах: на детских праздниках, пикниках, прогулках, походах. А размер канапе «на один укус» поддерживает желание ребенка угоститься необычным блюдом.

**Мастер класс «Витаминный канапе»**

1. Показ презентации по изготовлению канапе: *педагогам на слайдах будут продемонстрированы пошаговые рецепты приготовления мини-бутербродов*
2. Изготовление бутербродов – канапе участниками мастер-класса: *педагогам предлагается приготовить витаминные канапе из продуктов на выбор. Для деятельности будут оборудованы инструментами и материалами 3 рабочих места: разделочные доски, ножи, формочки, влажные салфетки, бумажные полотенца. Будет обеспечена возможность вымыть руки.*
3. Мини-презентация приготовленных блюд: *Наш бутерброд самый полезный потому, что…*
4. Дегустация приготовленных витаминных канапе*.*

Октябрь, 2014г.