

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДСКОГО ОКРУГА КОРОЛЁВ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

«Детский сад комбинированного вида № 37 «Лукоморье»

141080, Московская обл., г. Королёв, мкр. Первомайский, ул. Горького, д. 18,
E-mail: adov37@mail.ru тел.: (495) 502-80-03, (495) 502-80-05, (495) 502-80-06 сайт:
www.ds37.edu.korolev.ru

Конспект режимного момента

«Подготовка к обеду, обед»

в старшей группе №8 «Чебурашка»

**Разработан: воспитателем
старшей группы
компенсирующей направленности
№8 «Чебурашка»
Гривастовой О.В.**



г. Королёв 2019 год

Задачи:

Образовательная задача:

Приучать детей добросовестно выполнять обязанности дежурных по столовой: сервировать стол. Учить связно и последовательно выражать свои мысли, опираясь на схему. Учить оценивать результат своей работы с помощью взрослого.

1. Развивающая задача:

Развивать диалогическую речь.

3. Воспитательная задача:

1. Воспитывать у детей желание участвовать в совместной трудовой деятельности.
2. Совершенствовать культурно - гигиенические навыки: аккуратно мыть и насухо вытирать руки, вешать полотенце на место.
3. Создавать условия для повышения качества деятельности детей по самообслуживанию во время подготовки к приему пищи.
4. Формировать привычку к здоровому образу жизни (профилактика нарушений осанки во время приёма пищи);
5. Продолжать формировать культуру поведения во время еды: правильно пользоваться столовыми приборами (столовой и чайной ложками, вилкой); умение аккуратно пользоваться салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать во время еды.
6. Соблюдать врачебные назначения по индивидуальному питанию.
7. Воспитывать умение спокойно ждать, когда подадут следующее блюдо), вежливость (благодарить за еду), потребность в чистоте и аккуратности.
8. Познакомить детей с комплексом упражнений для оптимизации работы системы пищеварения.
9. Воспитывать осознанное отношение к здоровью через практическое овладение комплексом гимнастики.
10. Сервировка стола: беседа с дежурными; ознакомление с меню, объявление его детям; привлечение внимания детей к эстетическому оформлению столов.
11. Привлечение внимания детей к пище; индивидуальная работа по воспитанию культуры еды; правила этикета; оценка деятельности.
12. Подготовка ко сну: гигиенические процедуры; создание условий для организации сна; укладывание спать.

Предварительная работа:

- Рассматривание посуды во время приема пищи;
- Отгадывание и разучивание загадок о посуде;
- Игры: «Что в чем» (словообразование), «Наоборот» (подбор слов-антонимов), «Какая посуда спряталась?» и др.
- Чтение сказок К. Чуковского «Муха-Цокотуха», «Федорино горе», русской народной сказки «Лиса и кувшин»

Оборудование: скатерть, салфетки, столовые приборы (ложки, вилки, нож), столовая посуда (глубокая тарелка, мелкая тарелка, чашка, хлебница), салфетница, салфетки из бумаги для сервировки стола.

Методы и приемы: сюрпризный момент, загадывание загадок, дидактические игры: «Четвертый лишний», «Убери со стола»

Словарная работа: сервировать, столовые приборы.

Ход режимного момента:

Дежурные возвращаются раньше с прогулки и принимают посильное участие в сервировке стола сопровождая сервировку стихами:

Мы дежурные сегодня,
Станем быстро помогать,

Аккуратно и красиво

Все столы сервировать.

Что сначала нужно сделать?

Будем руки чисто мыть.

Потом фартуки наденем,

Начнем скатерти стелить.

Мы салфетницы поставим,

А на самый центр стола –

Хлеб душистый, свежий, вкусный.

Хлеб всему ведь «голова».

Вокруг хлебниц хороводом

Блюдца с чашками стоят.

Ручки чашек смотрят вправо,

В блюдах ложечки лежат.

Мы тарелки всем поставим,

Вилки, ложки и ножи.

Не спеши, как класть подумай,

А потом уж разложи.

От тарелки справа нож,

Ложка рядышком лежит.

Нож от ложки отвернулся,

На тарелочку глядит.

Ну а слева от тарелки

Нужно вилку положить.

Когда станем есть второе,

Будет с вилкой нож дружить.

За 20-30 минут до очередного приема пищи детей возвращают с прогулки или прекращают занятия, игры. Это время используется для создания у детей определенного настроения, располагающего к приему пищи.

Организация гигиенических процедур после прогулки проводится постепенно, небольшими группами детей. Следует напомнить детям **правила поведения в умывальной комнате** - *дети не должны разбрызгивать воду, должны поддерживать порядок и чистоту, после мытья рук сразу же закрывать воду и ни в коем случае не оставлять краны открытыми.* Необходимо обратить внимание и на действия детей — *они должны закатать рукава, намыливать руки до образования пены и выполнять прочие процедуры над раковиной.* Дети должны знать, что *пользоваться можно только своим полотенцем, а после процедуры умывания нужно аккуратно вешать его на свое место.* Данные процедуры должны проводиться в спокойной, доброжелательной обстановке, что обеспечит хорошее настроение детям во время приема пищи. Выходят из умывальника, садятся в уголке отдыха.

Воспитатель: Что мы сейчас делали?

Дети: Мыли руки.

Воспитатель: А зачем нужно мыть руки?

Дети:

Нужно мыться непременно
Утром, вечером и днем,
Перед каждою едою,
После сна и перед сном.
Руки мой перед едой,
Грязные руки грозят бедой.

Воспитатель: Какой бедой?

Дети: Разными болезнями.

Все болезни у ребят,
От микробов, говорят.
Чтоб всегда здоровым быть.
Надо руки с мылом мыть!

Воспитатель: Пока наши дежурные накрывают на стол, мы с вами вспомним правила поведения за столом.

УМЕЙ ЕСТЬ НЕ СПЕША И АККУРАТНО.

Медвежонок хлеб жевал -
Крошки хлебные ронял.
Говорил с набитым ртом -
Что? Не мог понять никто.
После взялся за компот -
Стол облил и свой живот!
Все над ним хохочут звонко,
Застыдили медвежонка:
- Ты не знаешь? За столом
Надо есть с закрытым ртом,
Не спешить, не говорить,
Крошки на пол не сорить.
После встать из-за стола
В шубке чистой, как была.

Воспитатель: Что нужно помнить, чтобы не быть похожими на медвежонка?

Воспитатель: Еще что нельзя делать за столом во время еды?

Дети: НЕ БАЛОВАТЬСЯ ЗА СТОЛОМ.

За столом сидела Белка,
Перед ней была тарелка,
В ней из хлеба, масла, сала
Белка дом сооружала.
Так, друзья, не поступают
И с едою не играют.
За столом едят, друзья,
Баловаться здесь нельзя!
А поели - вы свободны,
И играйте как угодно.

Воспитатель: Что нужно помнить, чтобы не быть похожими на белку?

Воспитатель: не привередничай и ешь все, что дают в детском саду, чтобы не быть похожими на кротов.

Дети:

За столом Кроты сидят,
Нос воротят, не едят:
- Эту кашу не хотим!
Черный хлеб мы не едим!
Дайте лучше чаю нам,
Бедным маленьким Кротам!
Я напомним об одном:
Не кривляйтесь за столом,
Не капризничайте тут -
Ешьте все, что вам дадут!

Воспитатель:

Какими столовыми приборами нужно пользоваться за столом во время еды?

Дети: ВИЛКОЙ И ЛОЖКОЙ.

За столом щенок Антошка
Рыбу ел столовой ложкой,
Вилкой суп пытался кушать -
Не хотел советов слушать.
И хотя всю старался,
Так голодным и остался.
Ну куда это годится!
Всем пора бы научиться
Кушать вилкой, кушать ложкой,
А не делать, как Антошка.

Воспитатель: А кто должен помогать няне сервировать стол?

Дети: Дежурные!

ПОМОГАЙ НЯНЕЧКЕ НАКРЫВАТЬ НА СТОЛ.

В группе завтракать хотят,
Все вокруг помочь спешат
На столы носить посуду.
Только Ёж сказал: - Не буду!
Не пойду я, посижу,
И на вас я погляжу

Не желаю помогать,
Лучше просто подождать.
Неприятно это всем.
Все Ежа не уважают.
Сам он маленький совсем,
А какая лень большая!

Воспитатель:

А еще как нужно помогать няне?

Дети: убирать посуду со стола после еды

Ну-ка быстренько, без слов,

Убираем со столов!

И с посудой, как можем,

Нашей нянечке поможем!

(Няня говорит о том, что все готово, можно садиться за стол.)

ПРОГОВАРИВАЕТСЯ ПОТЕШКА:

Мы ногами не болтаем
И ворон мы не считаем.
Не глядим по сторонам,
Ведь обедать надо нам.

(Дети садятся за стол)

Воспитатель: Для того чтобы организм получил из пищи все полезные вещества и витамины для нашего здоровья и роста, есть пищеварительная гимнастика.

**Психофизический комплекс для оптимизации работы
системы пищеварения (Руденко А.С.)**

Выполняется до еды.

Потянуться вверх (ладони соединить «замком» над головой).

1. Погладить живот (по часовой стрелке).
2. Сесть за стол с прямой спиной на край стула, ступы стоят на полу.
3. Пощелкать зубами 24 раза.
4. Понюхать пищу. Вращать языком во рту.
5. Накопленную слюну проглотить медленно.
6. Кушать медленно, чувствуя вкус, тщательно пережевывая пищу.

Педагог: Ребята, что мы с вами сейчас сделали?

Ответы детей.

Педагог: Для чего мы сделали эту гимнастику?

Ответы детей.

Педагог: Готов сейчас наш организм к приему пищи?

Разместив детей за столами, воспитатель говорит о том, что предложено сегодня детям на обед, (меню на обед) желает им приятного аппетита и еще раз повторяет пословицу “Аппетит приходит во время еды”.

Воспитатель:

На моей тарелочке

Рыженькая белочка

Чтоб она была видна

Все съедаю я до дна.

Воспитатель обращает внимание на положение осанки детей во время приёма пищи, осуществляет индивидуальную работу по закреплению навыков пользования столовыми приборами.

Воспитатель напоминает о правильном пользовании столовыми приборами:

“Дети, не забывайте, что ложку мы держим в правой руке, а хлеб в левой. За столом сидим прямо, спина прямая, ноги стоят тоже прямо, вилка у нас всегда “смотрит” вниз ”.

Во время приема пищи воспитатель проводит индивидуальную работу с детьми: хвалит детей за аккуратность, неторопливость, культурные навыки (пользование салфеткой после приема пищи).

А так же задает правильный алгоритм действий, если видит, что кто-то затрудняется в чем-то. (Помощник воспитателя организует постепенную смену блюд).

Дети, которые закончили прием пищи, встают из-за стола, идут в умывальную комнату принимать культурно-гигиенические процедуры перед сном.

Когда остальные дети вышли из-за стола, воспитатель помогает детям готовиться ко сну.