

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение № 133
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
деятельности по художественно-эстетическому направлению развития
воспитанников»

Конспект проведения режимного момента

«Легкий ужин»

(Организация режимного момента питания

(подготовка к ужину, ужин))

в средней группе

Составила:

Воспитатель 1 кв. категории
Ахновская Юлия Сергеевна



2023 г.

Конспект проведения режимного момента
«Легкий ужин»
 (Организация режимного момента питания
 (подготовка к ужину, ужин))

Цель: совершенствование культурно – гигиенических навыков, правил приёма пищи, культуры поведения за столом во время приёма пищи.

Задачи:

Обучающие:

- формирование представления об ужине как обязательном компоненте ежедневного рациона питания, его составе.
- формировать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, соблюдая определенную последовательность действий,
- продолжать учить детей самостоятельно выполнять обязанности дежурных по столовой: аккуратно расставлять хлебницы, салфетницы, стелить персональные салфетки, раскладывать столовые приборы,
- совершенствовать навыки аккуратного приема пищи: умение брать пищи понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой,

Развивающие:

- развивать практические навыки,
- развивать самостоятельность в выполнении культурно-гигиенических навыков, трудовых действий,
- развивать воображение, диалогическую речь и творческие способности

Воспитывающие:

- воспитывать привычку к здоровому образу жизни, питанию
- воспитывать бережное отношение к посуде и продуктам питания,
- воспитывать уважительное отношение к труду поваров

Материал и оборудование: картинка «Алгоритм мытья рук», меню на день.

Ход:

Этапы режимного момента	Содержание режимного момента	Методы и приемы работы
Подготовка к ужину	<i>(Дети перед ужином сидят на стульчиках, воспитатель читает сказку «Поросенок Пончик» Н.Ю. Чуприной)</i> Воспитатель:	Игровые методы и приемы: <ul style="list-style-type: none"> • чтение сказки «Поросенок Пончик»

	<p>Шел как-то утром поросенок Пончик через лесную опушку. Увидел он пенек, сел на него и начал зевать. Недалеко стояло раскидистое дерево с большим дуплом. В этом дупле жила Мудрая Сова. Увидела она зевающего поросенка и говорит:</p> <p>- Пончик, что это ты зеваешь? Ты что, ночью не спал?</p> <p>- Как не спать, спал. Да вот только плохо: всю ночь крутился, вертелся, сны плохие видел.</p> <p>- Так, все ясно, - ответила сова.</p> <p>- Что тебе ясно, - не понял Персик.</p> <p>- А то, что наверняка вчера перед сном ты очень и даже очень плотно поужинал. Верно?</p> <p>- Верно, - сознался Пончик. – Я съел много, много овощей, желудей, конфет. А еще я съел торт, но он был совсем маленький.</p> <p>- А знаешь ли ты, дорогой мой поросенок, что ужин – это последняя еда перед сном. Он должен быть легким. Организм должен ночью отдыхать. А твой желудок вместо этого переваривает пищу. Запомни, Пончик, на ужин надо есть только легкую пищу.</p> <p>- А легкая – это какая? – поинтересовался поросенок.</p> <p>- Это запеканки, творог, простокваша, омлет, кефир, фрукты.</p> <p>- Теперь мне все понятно. Спасибо тебе, Мудрая Сова! Поросенок собрался идти дальше, но сова остановила его.</p> <p>- Чуть не забыла, Пончик! Запомни еще одно правило: ужинать надо за два часа до сна. Ты запомнил?</p> <p>- Да! Еще раз спасибо тебе и до свидания!</p> <p>Поросенок отправился дальше в лес, раздумывая над словами совы.</p>	<p>• внезапное появление объекта (Тетушка Кастрюля)</p> <p>Словесные методы и приемы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • беседа, • рассказ, • вопросы, • пояснение, • объяснение <p>Наглядные методы и приемы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • показ, • рассматривание (рассматривают кастрюлю)
--	---	---

	<p>Воспитатель: Ребята, права ли Мудрая Сова? Правильно ли она сказала поросенку о том, что необходимо есть на ужин?</p> <p><i>(Ответы детей)</i></p> <p>Воспитатель: Какие вы молодцы! А что нам в детском саду обычно готовят повара на ужин?</p> <p><i>(Ответы детей)</i></p> <p>Воспитатель: Правильно! Наши повара готовят для нас вкусную и полезную пищу! Сейчас мы с вами будем готовиться к ужину. Младший воспитатель уже все принесла и ждет дежурных, которые помогут накрыть ей на стол. Кто у нас дежурные сегодня, что нужно для начала сделать дежурным?</p> <p><i>(Ответы детей)</i></p> <p>Воспитатель: Дети, только и мы с вами тоже обязательно должны помыть руки перед едой.</p>	
Гигиенические процедуры	<p><i>(Организация гигиенических процедур проводится постепенно, небольшими группами детей)</i></p> <p>Воспитатель: Ребята, давайте прежде чем наши дежурные пойдут помогать мы все вместе вспомним как правильно мыть руки.</p> <p><i>(Ответы детей)</i></p> <p>Воспитатель: Давайте еще раз повторим все вместе эти правила:</p> <p><i>(Воспитатель показывает картинку «Алгоритм мытья рук»)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • закатываем рукава • открываем кран с водой • намочим руки водой • берем в руки мыло • намыливаем до густой пены • смываем тщательно мыло водой • отжимаем руки «замочком» • закрываем кран с водой • вытираем досуха руки от воды своим полотенцем 	<p>Словесные методы и приемы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • беседа, • рассказ, • вопросы, • пояснение, • объяснение <p>Наглядные методы и приемы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • показ, • рассматривание (рассматривают картинку «Алгоритм мытья рук»)

	<ul style="list-style-type: none"> • вешаем полотенце на свое место, опускаем рукава. <p>Воспитатель: Дежурные могут идти мыть руки, а мы потом пойдем следом!</p> <p><i>(Сначала руки моют дежурные в сопровождении младшего воспитателя, далее идут остальные дети с воспитателем. Во время мытья рук воспитатель руководит процессом, напоминает, использует художественное слово)</i></p> <p>Воспитатель:</p> <p>Нам водичка - добрый друг, Скажут люди все вокруг. Мы на руки все польем, Ужинать потом пойдем. Говорим тебе - спасибо, Ты даешь ребятам силу.</p> <p><i>(После мытья рук дети собираются на стульчиках)</i></p>	
Сервировка стола	<p>Младший воспитатель: Дежурные, не забудьте надеть фартуки и колпаки и можете сервировать стол!</p> <p><i>(Дежурные надевают фартуки и колпаки и под руководством младшего воспитателя, накрывают на стол (расставляют салфетницы, хлебницы, расстилают персональные салфетки, раскладывают столовые приборы: вилки).</i></p> <p><i>Младший воспитатель разливает чай и раскладывает еду))</i></p>	<p>Словесные методы и приемы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • беседа, • рассказ, • вопросы, • пояснение, • объяснение <p>Практические методы и приемы</p> <ul style="list-style-type: none"> • выполнение трудовых поручений (накрывают на стол)
Привлечение внимания детей к пище	<p><i>(С остальными детьми проводится беседа)</i></p> <p>Воспитатель: Сейчас я хочу вас познакомить с блюдами, которые мы будем сегодня есть на ужин. Это рыбные фрикадельки, овощная запеканка, чай с лимоном и хлеб. Вот такой замечательный, вкусный, легкий и полезный</p>	<p>Словесные методы и приемы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • беседа, • рассказ, • вопросы, • пояснение, • объяснение

	<p>ужин, после которого у вас никогда не заболит живот, и вы будете отлично спать, в отличие от поросенка Пончика, который ест перед сном тяжелую и вредную пищу! Вспомните, чем полезна рыба для нашего организма?</p> <p><i>(Ответы детей)</i></p> <p>Воспитатель: Молодцы! Послушайте стихотворение о пользе рыбы!</p> <p>Витамин есть в рыбе А, Он полезен для тебя. Если рыбку ты жуешь, Неприменно подрастешь. Будешь видеть все отлично, Я проверила это лично!</p> <p>-</p> <p>Е - особый витамин, Детям он необходим. Чтобы ранки заживали, Чтобы вы не унывали.</p> <p>-</p> <p>А для крепких для костей, Очень важен для детей Витамин с названьем D Поможет сильным стать тебе. Кушай рыбные котлеты, Станешь силачом – атлетом!</p> <p>-</p> <p>Фосфор нужен всем зверятам, И конечно же ребятам. Рыбку кушай обязательно, Будешь умным и внимательным. Запомнили какие витамины есть в рыбе?</p> <p><i>(Ответы детей)</i></p> <p>Воспитатель: Посмотрите, столы уже накрыты. Приглашаю вас за столы. Не забываем правильно, осторожно нести стульчики, не толкая друг друга. Проходите!</p> <p><i>(Дети проходят за столы)</i></p>	<p>Наглядные методы и приемы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • показ, • рассматривание
--	--	---

	Воспитатель: Приятного аппетита!	
Знакомство (закрепление) с правилами этикета	<p><i>(Во время еды воспитатель следит за тем, чтобы дети правильно держали вилку, ровно сидели, кушали молча. Рассказывает, о пользе еды (Например, овощи полезны для быстрого роста, в них много витаминов, которые защищают от болезней).</i></p> <p><i>Детей, которые не едят или плохо едят, пытается убедить в том, что, нужно хотя бы немного покушать, используя художественное слово:</i></p> <p><i>На моей тарелочке Белая каёмочка. Чтоб она была видна, Нужно скушать все до дна.)</i></p> <p>Воспитатель: Ребята, во время еды, следите за тем как вы сидите. Сидите прямо и не раскачивайтесь, не крутитесь и не размахивайте руками. Помните всегда, что мы не ставим локти на стол и не разговариваем во время еды! Вилка у нас всегда «смотрит» вниз. А когда закончите есть не забудьте вытереть салфеткой рот и положить ее в стаканчик для грязных салфеток и конечно же сказать: «Спасибо!».</p>	<p>Словесные методы и приемы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • беседа, • рассказ, • вопросы, • пояснение, • объяснение <p>Практические методы и приемы</p> <ul style="list-style-type: none"> • выполнение практических действий
Индивидуальная работа по воспитанию культуры еды	<p><i>Во время приема пищи проводится индивидуальная работа:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Похвала детей за аккуратность, неторопливость • Напоминание о том, что во время еды не следует торопиться! Есть нужно небольшими кусочками, тщательно пережевывать пищу с закрытым ртом. 	<p>Словесные методы и приемы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • вопросы, • пояснение, • объяснение
Оценка деятельности.	<p>Воспитатель: Вот ужин и подошел к концу! Вижу у всех тарелочки стали пустые! Понравился вам ужин? Постарались наши повара на славу! Не забывайте задвинуть стульчики после еды, отнести свои бокальчики</p>	<p>Словесные методы и приемы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • беседа, • рассказ

	и умыться! А потом мы с вами можем поиграть!	Практические методы и приемы <ul style="list-style-type: none"> • выполнение практических действий (уносят бокалы, убирают со столов, задвигают стулья)
--	--	---