

МАСТЕР - КЛАСС.

О том, что правильное питание – залог здоровья, знает каждый. Однако, к сожалению, мало кто может утвердительно ответить на вопросы: «Правильно ли вы питаетесь?», «Правильно ли вы кормите своего ребёнка?» Какой малыш добровольно откажется от шоколадки и чипсов в пользу овсяной каши? Как заинтересовать детей вопросами правильного питания? Как научить любить тушеные овощи, молочные блюда и кисели? Как приготовить различные полезные блюда и напитки? Проблема, с которой часто сталкиваются педагоги детских садов, – это несоблюдение режима питания детей дома. Зачастую дети на завтрак приходят с опозданием, перекусив чем-нибудь дома, либо приходят в группу с конфетой или пряником в руках. Вечером, забирая детей из детского сада, родители балуют их сладостями, забывая о том, что дома ждёт ужин. На основании этого можно сделать вывод, что работу по воспитанию культуры питания детей надо начинать со взрослых. С целью активизации участия родителей в воспитании у детей привычки употреблять в пищу полезные продукты в средней группе детского сада провели мастер - класс по приготовлению блюд из овощей и фруктов. Родителям показали примеры красивого оформления блюд. Разнообразные овощные блюда, красиво оформленные, привлекают внимание ребенка, и он ест с аппетитом.





