**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**Красноборский детский сад**

**«Колосок»**

**Конспект занятия по формированию**

**культурно – гигиенических**

**навыков**

**«Не упитанный, не воспитанный».**

**Подготовила воспитатель**

**Ерыкалина Е.Г.**

**с. Красный Бор**

**2014 г.**

**Цель:** Формирование гигиены и культуры питания. Воспитание культуры поведения за столом.

**Задачи:**

* Развивать потребность в здоровом образе жизни;
* Воспитывать желание быть культурным;
* Учить правилам поведения за столом, познакомить с понятием «этикет».

**Оборудование:**

* Накрытый к обеду стол;
* Ватман;
* Карандаши, фломастеры, восковые мелки.

**Ход занятия.**

В группу заходит Незнайка весь взъерошенный, руки и одежда грязные, и заметив по середине накрытый стол садится за него и начинает есть все, что на нем стоит руками, при этом он чавкает, вытирает рот рукавом, ковыряется в зубах, разговаривает с набитым ртом. После того как Незнайка наелся, кладет ноги на стол. Немного посидев, молча, встает и пытается уйти.

**Воспитатель:**

Незнайка, здравствуй! А ты случайно ни чего не забыл?

**Незнайка:**

Нет ничего, все вроде съел. После вкусного обеда посидел (чешет задумчиво затылок). Да все сделал.

**Воспитатель:** (Обращается к детям)

Ребята, а вы, как думаете, Незнайка все правильно сделал?

(Мозговой штурм, совместные ответы детей)

Правильно ребятки. Первое, что нарушил Незнайка – он вошел к нам в группу и даже не поздоровался.

**Незнайка:**

Ну и что, ну забыл с кем не бывает? ( кривляется)

**Воспитатель:**

С нашими ребятами не бывает. Они у нас молодцы и всегда здороваются при входе в детский сад.

Но это не все о чем ты забыл…

**Незнайка:**

Ну что еще (пытается уйти)

**Воспитатель:**

Ты пришел к нам с ребятами в гости и сел за стол без приглашения. Ну а то, что ты делал за столом, как себя вел это просто кошмар.

Ты не торопись уходить, а лучше присядь и послушай вместе с детьми как нужно вести себя за столом и что нужно знать для здорового роста.

Ведь ты тоже, как и ребята хочешь вырасти большим и здоровым.

**Незнайка:**

Конечно, хочу (присаживается рядом с детьми). Кто же не хочет вырасти большим, здоровым и воспитанным.

**Воспитатель:**

Чтобы быть здоровым, недостаточно знать основы правильного питания, т.е. что полезно, а что вредно кушать. Надо очень хорошо овладеть культурой питания. Именно культура питания, определяет здоровье человека, но долгие годы. Надо знать, как правильно принимать пищу, правильно вести себя за столом, соблюдать режим питания.

Вот не зря Незнайка ты к нам зашел в детский сад, потому что мы как раз этому всему учим ребят.

Что же такое культура питания? Она предусматривает, с одной стороны, обязательное выполнение правил гигиены, с другой стороны – обязательное следование этикету.

- Незнайка, а что такое этикет?

**Незнайка:**

Это, этикетка от лимонада. (гладит живот и облизывается)

**Воспитатель:**

Ребятки, Незнайка правильно отвечает? (коллективные и индивидуальные ответы детей)

Этикет – это установленный порядок поведения человека где – либо. А раз уж мы говорим сегодня о питании, то надо знать, как вести себя за столом во время приема пищи.

В этом случае гигиена и этикет идут рука об руку. Т.е. дружат как мы с тобой Незнайка. Выполняя правила гигиены, вы одновременно следуете этикету, а следуя этикету, соответственно выполняете правила гигиены.

**Незнайка:** (вскакивает со стульчика)

Как это, как это! Ничего не понимаю.

**Воспитатель:**

Незнайка, успокойся, сейчас мы с ребятами тебе все расскажем и объясним, какие же правила необходимо выполнять, соблюдая культуру питания.

* Нельзя опаздывать к столу. Как вы думаете, ребята, почему? (ответы детей) *Воспитатель обобщает и конкретизирует ответы детей.*
* Перед тем как сесть за стол, надо обязательно вымыть руки, проверить свой туалет.

**Незнайка:** А зачем мне проверять ваш туалет, он, что у вас грязный?

**Воспитатель:**

Незнайка, ну ты опять все перепутал. Туалет – это внешний вид в этикете. И проверить ты должен свой внешний вид. Следующее правило.

* Садитесь только после того как сядут взрослые.
* Не сидите сгорбившись. (снова обсуждение детей)
* Недопустимо класть локти на стол, вытягивать ноги или сидеть положив ногу на ногу, раскачиваться.
* Есть нужно не торопясь, бесшумно и обязательно с закрытым ртом.
* Не принято тянуться через чужую тарелку.
* Тарелку не следует отодвигать далеко от себя, но и не следует придвигать ее слишком близко.
* Все, что находится в супе, разделяют ложкой.
* Вилку держат в левой, а нож в правой руке.
* Салфеткой вытирают только руки и рот.
* После окончания еды приборы складывают на своей тарелке.
* Выйдя из стола обязательно поблагодарить за еду.

Теперь Незнайка ты видишь, что ты сделал не так?

**Незнайка:** (вздыхает)

Теперь вижу, только я переживаю, что не все сразу запомнил.

**Воспитатель:**

Ты Незнайка не переживай наши ребята помогут тебе все запомнить. Правда ребятки. (ответы детей).

Давай незнайка ты сейчас выйдешь, а потом снова войдешь и все сделаешь по этикету.

**Незнайка:** (уходя)

Хорошо я попробую.

(заходит)

Здравствуйте Елена Геннадьевна, здравствуйте ребята. (ответ детей)

Можно мне присесть за ваш стол?

**Воспитатель:**

Конечно, присаживайся, угощайся.

**Незнайка:**

Ребята, помогите, я забыл, что нужно, а чего нельзя делать дальше за столом.

(Дети помогают Незнайке. Воспитатель следит за правильностью ответов детей, если есть необходимость корректирует их, и подводит к правильному ответу)

**Незнайка:**

Спасибо ребятки я понял как вести себя за столом. Узнал что такое этикет и гигиена питания. А теперь мне пора возвращаться в Цветочный город, и рассказать всем остальным коротышкам все то, о чем вы меня научили.

**Воспитатель:**

Незнайка, а чтобы ты точно ничего не забыл, сейчас ребята нарисуют тебе все правила культуры и гигиены поведения за столом.

(коллективный рисунок детей на ватмане. Воспитатель следит чтобы все правила были прорисованы, если есть необходимость помогает детям)

**Незнайка:**

Спасибо! С вашим рисунком я точно ничего не забуду. А теперь мне пора возвращаться в Цветочный город, и рассказать всем остальным коротышкам все то, о чем вы меня научили.

До свидания дети, до скорых встреч. ( убегает махая рукой)

**Воспитатель:**

Ну что ж Незнайка ушел, но он обязательно еще не раз к нам вернется. А вы не забывайте о культуре и гигиене поведения за столом, чтобы не быть Незнайками, а быть Всезнайками.

**Литература.**

1. В.В. Поляков, М.И.Кузнецов, В.В.Марков, В.Н.Латчук «Основы безопасности жизнидеятельности». М. – 2005 г.