В своей работе использую информационно - коммуникативные технологии, как часть непосредственно – образовательной деятельности в цикле занятий правильное питание детей дошкольного возраста. Благодаря использованию ИКТ мне удалось наиболее полно раскрыть тему: «Правильное питание детей дошкольного возраста», обогатить и углубить знания детей.

**Беседа с детьми старшего дошкольного возраста.**

***Тема: «Правильное питание детей дошкольного возраста»***

***Слайд 2. «Правильное питание»***

Ребята, сегодня мы свами поговорим о правильном питании.

Посмотрите, какие продукты вы видите на этом слайде?

- Правильно, ребята. Это кефир, мюсли, овсяные хлопья, хлеб ржаной, помидор, яйца, бутерброд, творог, торт. Это все продукты полезны для вашего здоровья.

На этом слайде вы видите, какую разнообразную мы должны употреблять пищу, чтобы быть здоровыми и сильными.

***Слайд 3. «Соблюдение правила гигиены»***

- Ребята, посмотрите на этот слайд, и скажите, что делает девочка?

- Верно, Ангелина, моет яблоко.

- Зачем она это делает?

- Правильно, Лира, чтобы оно было чистым и можно его кушать.

- После чего и перед чем нужно мыть руки?

- Верно, Дима, тщательно мыть руки с мылом перед едой и после прогулки и посещения туалета.

- Что, надо делать, когда чихаем и кашляем?

- Хорошо, Кирилл, когда чихаешь или кашляешь, нужно прикрывать рот и нос платочком или ладошкой.

- Верно, Ксюша, хорошо мыть фрукты перед употреблением в пищу.

- Замечательно, Олежка, следить за своим внешним видом.

- Молодцы ребята, если мы будем соблюдать все правила личной гигиены, то сможем уберечь себя от множества заболеваний. Я призываю вас «Мойте руки перед едой, ведь чистота – залог вашего здоровья».

***Слайд 4. «Правила этикета и поведение за столом»***

- Ребята, что делают взрослые и девочка за столом на этом слайде?

- Верно, ребята, взрослые и девочка кушают за столом.

- Какие правила этикета нужно соблюдать за столом?

- Правильно, нужно соблюдать правила этикета за столом.

- Как надо сидеть за столом?

- Хорошо, сидеть прямо и не раскачиваться.

- Замечательно, на столе лежат только кисти рук, локти на стол не ставим.

- Правильно пользоваться ножом и вилкой.

- Уметь пользоваться салфеткой.

- Не наклоняться низко над тарелкой, а лишь слегка наклонить голову.

- За столом нельзя говорить.

Да, ребята, правила поведения за столом много, но их легко запомнить. Мы должны соблюдать правила Столового этикета, они помогают нам хорошо выглядеть во время еды и создают добрые отношения между нами.