

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
( Н И У « Б е л Г У » )

ИНСТИТУТ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО, НАЧАЛЬНОГО И СПЕЦИАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
**Кафедра дошкольного и специального (дефектологического)  
образования**

**ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ  
ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНОЙ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

**Выпускная квалификационная работа**  
(магистерская диссертация)  
обучающегося по направлению подготовки  
44.04.01 Педагогическое образование,  
магистерская программа Управление дошкольным образованием  
заочной формы обучения, группы 02021661  
Шморгун Риммы Александровны

Научный руководитель  
к.п.н., доцент  
Маркова В.В.

Рецензент  
к.п.н.,  
зав. МБДОУ д/с №64 г.Белгорода  
Мусанова М.М.

**БЕЛГОРОД 2019**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	2
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ.....	16
1.1. Основные подходы к изучению проблемы организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации.....	16
1.2. Особенности организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации.....	29
1.3. Педагогические условия организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации.....	39
Выводы по первой главе.....	59
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ.....	61
2.1. Анализ организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации.....	61
2.2. Реализация модели организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации.....	75
2.3. Динамика эффективности организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации.....	81
Выводы по второй главе.....	91
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	92
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	95
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	101

## ВВЕДЕНИЕ

Проблема организации рационального питания детей дошкольного возраста остается по-прежнему актуальной, своевременной и достаточно сложной. Она является неотъемлемой частью формирования здорового образа жизни детей. На современном этапе развития общества социальная напряженность и ухудшение экологических характеристик среды обитания человека настоятельно требуют подготовки личности к активно изменяющимся условиям существования.

Рациональная организация питания детей является задачей большой государственной важности. Особую роль играет здоровое питание в детском возрасте, когда формируется пищевой стереотип ребенка, создается основа для его гармоничного развития. Обеспечив правильное организованное питание, можно получить нормальный рост и развитие детского организма, оказать влияние на иммунную систему ребенка, повысить его работоспособность и создать оптимальные условия для его психического и психологического развития. Все это становится необходимым в связи с влиянием на растущий детский организм таких социальных факторов как, резкое ускорение темпов жизни, увеличение получаемой детьми информации, изменение условия воспитания в семье.

Создание благоприятной образовательной среды способствует не только прочным знаниям, но и одновременно способствует формированию культуры здорового питания дошкольников. Биологическая реакция организма дошкольника зависит как от его адаптационных возможностей, так и от силы сочетаемого воздействия образовательной среды. Многие параметры образовательной среды регламентируются санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья дошкольников.

Сегодня педагоги и многие родители недостаточно готовы к решению задач, связанных со значением здорового питания для растущего организма, не всегда осознают роль полезных пищевых веществ различных блюд и продуктов.

Сохранение и укрепление здоровья детей – одна из стратегических задач страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон РФ «Об образовании» (103), «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (81) и др.

Приоритетная роль питания в поддержании здоровья детей и подростков закреплена в Распоряжении Правительства РФ от 25 октября 2010г. В принятом основополагающем документе «Основы государственной политики РФ в области здорового питания населения до 2020 года» (85) предусмотрен комплекс мероприятий, направленных на создание условий, обеспечивающих удовлетворение в соответствии с требованиями медицинской науки потребностей различных групп населения в здоровом питании с учетом их традиций, привычек и экономического положения. Реализация государственной политики, направленная на тесную связь между укреплением здоровья, продолжительностью жизни и рациональным питанием, прежде всего, ориентирует на выполнение требований ФГОС дошкольного, начального, основного и среднего общего образования.

В последнее десятилетие обеспечение благополучного и защищенного детства стало одним из основных национальных приоритетов России. В целях формирования государственной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации издан Указ Президента РФ от 1 июня 2012г. № 761 "О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы" (99).

Чтобы вырастить здорового ребенка необходимо создать условия для его полноценного воспитания и развития. Одним из основных факторов, определяющих состояние здоровья ребенка, его физическое и умственное

развитие, является организация качественного питания детей дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации и семье.

В настоящее время организация питания в образовательных организациях регламентируется методическими рекомендациями по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений, утвержденных совместным Приказом Минздравсоцразвития России и Минобрнауки России от 11 марта 2012г. N 213н/178 от 11.03.2012 «Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений» (82). Их цель – сохранение и укрепление здоровья обучающихся, воспитанников путем оптимизации их питания в образовательных учреждениях: основная задача – обеспечение безопасности, качества доступности питания, установление унифицированных требований к организации питания обучающихся и воспитанников в образовательных учреждениях Российской Федерации.

В соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами дошкольных организаций, отдельной областью выделена область "Физическое развитие", в которой среди прочих задач овладения элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.), особое внимание уделяется правильному питанию, ведь именно оно – одна из главных составляющих физического развития ребенка (102). При этом важно, чтобы у ребенка сформировалось представление об устойчивой взаимосвязи благополучия организма и питания.

Дошкольные образовательные организации (ДОО) представляют собой жизненно важную среду, используя которую можно оказывать влияние на процесс правильного питания и формировать у дошкольников верные навыки и стереотипы в данном направлении. В детских садах существуют более эффективные возможности, чем где-либо еще, для организации работы по формированию культуры здорового питания. Именно дошкольный возраст является периодом, когда происходит основное развитие ребенка, формиру-

ется образ жизни, включая тип питания. Поэтому очень важно в этот период формировать у детей культуру здорового питания и навыки здоровьесформирования.

Анализ литературы и нормативных документов позволяет сделать вывод о том, что правильное питание дошкольников должно предусматривать системную и комплексную организацию работы по формированию культуры здорового питания.

Выделим три стороны актуальности нашей темы исследования: социально-педагогическую, научно-педагогическую, научно-методическую. В социально-педагогическом аспекте актуальность темы определяется необходимостью разрешения противоречия между возрастающими требованиями общества к качеству здоровьесформирования и невозможностью реализовывать эти требования в традиционной сложившейся системе образования, когда не создаются адекватные педагогические условия для здоровьесформирования ребенка в образовательном процессе за счет формирования культуры здорового питания.

Научно-педагогический аспект актуальности темы исследования определяется противоречием между традиционными представлениями о структуре здоровьесформирования и новыми подходами в педагогической науке, которые позволяют развиваться от самопознания к здоровьесформированию, к культуре личности, где культура здорового питания является неотъемлемой ее частью.

В научно-методическом аспекте актуальность обусловлена тем, что обостряется противоречие между потребностью в создании педагогических условий для формирования культуры здорового питания детей и методическим сопровождением организации работы в ДДО в этом направлении. В практике образования остаются неразработанными именно методические средства и организационно-педагогические условия, которые обеспечивали бы эффективное формирование культуры здорового питания дошкольников.

Вопросы здоровья детей и организации их образа жизни были предметом исследования философов и педагогов прошлого: Я.А. Коменского (46), Д. Локка (58), Ж.Ж. Руссо (90), отечественных ученых И.И. Бецкого (15), В.В. Гориневского (25), П.Ф. Лесгафта (55), М.В. Ломоносова (60), Н. И. Пирогова (77) и др.

Организация питания детей в детских учреждениях была описана в научных трудах и публикациях В.Ф. Ведрашко (18), Л.А. Мостовой (71).

В проводимом исследовании мы опираемся на труды А.С. Алексеевой (2), В.Г. Алямовской (4), И.Я Конь (48), М.В. Лещенко (57), которые занимались изучением организации рационального и сбалансированного питания детей в ДОО.

Проблема формирования культуры здорового питания была описана в работах М.П. Алиевой (3), В.Г. Кисляковской (41). Изучение формирования культуры здорового питания детей было проведено в диссертациях Е.В. Водневой (20), Т.Ю. Колдашовой (44) и др.

В основе педагогического опыта по формированию культуры здорового питания детей лежат идеи М.М. Безруких (13), Б.Ф. Ломова (59), Н.М. Амосова (5), Л.С. Выготского (21) и др.

Совершенствование организации питания детей, современные подходы и особенности организации питания детей рассматриваются в научных трудах Л.Г. Богославец (16), Н.М. Войтиной (19), Ж.Ю. Гореловой (24) и др.

Питание оказывает влияние и на психическое развитие детей. Работы Н.И. Красногорского показывают, что у детей, получающих нерациональное питание, очень быстро нарушается физиологическая деятельность больших полушарий головного мозга, что ведет к задержке общего развития, в том числе и развития речи (49).

А.С. Макаренко – известный педагог, из своих наблюдений за детьми, пришёл к выводу, что культурное воспитание в ребёнке закладывается уже в раннем детстве, пока малыш ещё вообще не умеет писать и читать, но уже

умеет хорошо видеть, слышать и пытается даже кое-что говорить. Это утверждение никто не оспорил и до сегодняшнего дня (64).

Правильное питание – залог здоровья, но не все это воспринимают серьёзно. Все привычки, в том числе и вредные, формируются в детстве. На это огромное влияние оказывают родители, а точнее, их поведение и образ жизни. Кроме семьи, свой вклад вносят современные тенденции общепита, и в большей степени он сориентирован на быстрое питание, и, как правило, не очень-то полезное.

Организация питания в дошкольных образовательных организациях представляет проблему большой социальной значимости, особенно в условиях современной сложной социально-экономической обстановки. Основное время дети находятся в дошкольной организации. Поэтому от того, насколько правильно организовано питание в ДОО, во многом зависит здоровье и развитие дошкольников.

В условиях недостаточной грамотности родителей, которые не уделяют необходимого внимания организации питания своих детей, возрастает роль организации питания, которая помимо возможности обеспечить каждого ребёнка основными пищевыми веществами, в том числе, незаменимыми (такими, как витамины и минеральные вещества), приобретает огромное воспитательное значение, так как позволяет сформировать у ребёнка оптимальное пищевое поведение в соответствии с принципами здорового питания. На сегодняшний день ситуация с состоянием питания вызывает тревогу по целому ряду причин:

- современный мир с его техническим прогрессом разучил детей двигаться: они все меньше тратят свою собственную энергию, снижается их двигательная активность, что неизбежно приводит к избыточному весу, ожирению;

- часть детей страдает от неполноценности рациона питания, причем в наиболее острых случаях это приводит к замедлению физического и функционального развития;

- родители, не демонстрируют грамотного, сознательного отношения к режиму питания, имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. И как следствие, дети не усваивают правил рационального питания.

Между тем, нарушение принципов рационального питания – верный путь к развитию многочисленных заболеваний желудочно-кишечного тракта, нервно-психической сферы, дыхательной и сердечно-сосудистой систем, опорно-двигательного аппарата, возникновения стрессовых состояний, существенно снижающих эффективность образовательной деятельности и адаптацию к образовательному процессу.

Все вышеперечисленные факторы негативно сказываются на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Организация питания детей в дошкольной образовательной организации несет функцию не только обеспечения организма всеми необходимыми для здоровья и правильного развития элементами. Оно еще помогает ребенку учиться питаться правильно. Особенно это актуально сегодня, когда культура здорового питания во многих семьях оставляет желать лучшего, и именно дошкольные образовательные организации могут заложить основы рационального пищевого поведения у детей.

Фундамент здоровья детей закладывается в детском возрасте, а, следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно развивать именно в этот период. В дошкольном возрасте закладываются и основы здорового образа жизни. В их формировании важнейшую роль играет семья.

Еще одна проблема, которую влечет за собой некачественное питание, заключается в том, что у детей не формируется рациональное пищевое поведение. И эта проблема детского питания во всем мире стоит очень остро. Современные дети под воздействием рекламы часто предпочитают продукты, которые не только не приносят пользы, но и наносят вред их здоровью. Характер питания является важнейшим фактором, определяющим здоровье до-

школьников с момента его рождения. Культуру здорового питания ребенка закладывают его родители.

Чаще всего в дошкольных организациях сталкиваются с проблемой формирования предпочтений в выборе пищи у детей, так как существуют следующие преграды: собственная привычка родителей неправильно питаться; отсутствие правильных и систематизированных знаний о здоровом, рациональном питании; неправильная организация питания в семье; агрессивная реклама в СМИ, ориентированная на детей.

Как правило, питание ребенка является одним из определяющих критериев его благополучия. Родители большое значение придают уровню организации питания в детском саду, но сами демонстрируют поверхностные представления о рациональном питании детей. Именно поэтому первостепенная роль в решении данного вопроса должна отводиться именно в дошкольном возрасте, так как именно в этот период начинают формироваться отношение к пище, первые пристрастия и привычки, которые могут быть постоянными и создадут пищевое поведение в будущей взрослой жизни.

Главной задачей дошкольной образовательной организации является сохранение и укрепление здоровья ребенка в разных его направлениях, поэтому поддерживается особый режим пребывания в детском саду, разрабатываются и внедряются образовательные проекты и программы по здоровьесбережению. Но какие бы не были эффективные программы оздоровления детей в образовательном учреждении без обеспечения преемственности подходов с семьей нельзя говорить об устойчивых результатах.

По мнению А.И. Пальцева, культура питания - это сознательно грамотно организованное удовлетворение пищевых потребностей (76). Ее принципы предусматривают соблюдение следующих составляющих режима питания: регулярность, дробность, принцип рационального подбора продуктов, разумное распределение количества потребляемой пищи в течение дня.

Обобщая позиции ученых по вопросам здорового питания, можно сделать вывод, что культура здорового питания – это совокупность компетен-

ций, помогающих человеку реализовать одну из базовых потребностей (пищевую потребность), и ведущих к сохранению и развитию физической, психической и духовно-нравственной составляющей здоровья.

Учитывая актуальность и недостаточную разработанность данной проблемы, мы определили тему исследования: «Организация работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации».

Приведенный краткий обзор научной разработанности данной проблемы позволяет выделить ряд противоречий, характеризующих данный процесс:

- между сформированной теоретико-методической базой и потребностями практики в изучении организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста;

- между потребностью в принятии управленческих решений организации работы по формированию культуры здорового питания детей и недостаточной разработанностью технологий их реализации;

- между тем как выполнять все требования, предъявляемые профессией и при этом оптимально себя реализовывать себя в профессии и получать удовлетворение от своего труда.

Имеющиеся противоречия позволили сформулировать проблему исследования: каковы оптимальные условия организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации.

На основании сформулированной проблемы была выдвинута цель исследования - теоретически обосновать и апробировать модель организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации.

Объектом исследования является процесс управления деятельностью воспитателя дошкольной образовательной организации.

Предмет исследования - организация работы по формированию культуры здорового питания у детей дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации.

В соответствии с целью, объектом, предметом исследования были определены следующие задачи исследования:

- уточнить содержание понятия «культура здорового питания детей дошкольного возраста»;
- разработать и внедрить модель организации работы по формированию культуры здорового питания детей;
- теоретически обосновать и экспериментально проверить условия реализации модели по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в ДОО;
- проанализировать результаты опытно-экспериментальной работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольных образовательных организациях.

Гипотеза исследования: эффективность организации работы по формированию культуры здорового питания у детей дошкольного возраста в ДОО будет обеспечиваться при следующих условиях:

1. осознание культуры здорового питания как ценности и формирование ценностного отношения к ней у всех субъектов образовательного процесса;
2. развитие готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста, включающей следующие компоненты: когнитивный, мотивационно-ценностный и деятельностный;
3. разработка и внедрение модели организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в ДОО.

Научная новизна исследования состоит в следующем:

- уточнено содержание понятия «культура здорового питания детей дошкольного возраста», включающего в себя бережное отношение детей к своему здоровью, сформированность знаний, умений и навыков, необходимых для сохранения и укрепления собственного здоровья на основе рационального питания; понимание роли культуры питания в этой сфере;

- разработана модель организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что его результаты вносят вклад в теорию воспитания детей дошкольного возраста: определены и охарактеризованы структурные компоненты культуры здорового питания детей и педагога: когнитивный, эмоционально-волевой и мотивационно-деятельностный; рассмотрены теоретические предпосылки формирования культуры здорового питания; обоснованы педагогические технологии формирования культуры здорового питания; раскрыты основные условия организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в ДОО.

Практическая значимость исследования заключается в:

- определении содержания работы дошкольной образовательной организации по формированию культуры здорового питания детей;

- экспериментальной апробации модели организации работы по формированию культуры здорового питания детей.

Теоретико-методологическую основу исследования составили философские, педагогические теории, определяющие воспитание как целенаправленный процесс формирования у человека системы ценностного отношения к себе и окружающему миру (Н.М. Амосов, И.С. Артюхова, М.С. Каган, Я.А. Коменский, А.И. Пальцев, В.А. Сластенин и др.); идеи личностно-деятельностного подхода (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн), системного (Б.Г. Ананьев, А.Г. Асмолов, С. Выготский, В.В. Давыдов, Л.В. Занков, Б.Ф. Ломов, А.Р. Лурия, Д.Б. Эльконин), аксиологи-

ческого (Б.Г. Кузнецова, Н.Д. Никандрова, В.А. Сластенина, В.М. Розина, М.Н. Фишера, П.Г. Щедровицкого и др.)

Методы исследования: теоретический анализ философской, психолого-педагогической и методической литературы, эксперимент (констатирующий, формирующий, контрольный), анкетирование, беседа, метод количественного и качественного анализа результатов.

Исследование проводилось в несколько этапов.

Первый этап (октябрь 2016г – март 2017) – поисковый: выбор и формулирование проблемы исследования, выявление основных идей исследования; проведение анализа литературы по теме исследования.

Второй этап (апрель 2017г – май 2017г) – констатирующий: выявление уровня сформированности компонентов культуры здорового питания всех субъектов образовательной деятельности; выявление осведомленности у педагогов, детей и их родителей в вопросах формирования культуры здорового питания дошкольников.

Третий этап (июнь 2017г – февраль 2018г) – формирующий: проведение формирующего эксперимента, создание условий для организации работы по формированию культуры здорового питания, разработка и реализация модели организации работы по формированию культуры здорового питания.

Четвертый этап (март 2018г. – ноябрь 2018г.) – контрольный: обобщение и систематизация материалов исследования, формулировка выводов и рекомендаций по внедрению его результатов в практику, оформление диссертационного исследования.

База исследования: муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида № 4 «Улыбка» г. Строитель Белгородской области», муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида №6 «Алёнушка» г. Строитель Белгородской области». В исследовании приняли участие педагоги ДОО - 30 человек и дети старшего дошкольного возраста 20 человек.

В исследовании приняли участие дошкольники муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида № 4 «Улыбка» г. Строитель Белгородской области», муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида № 6 «Аленушка» г. Строитель Белгородской области», воспитатели дошкольных образовательных организаций.

Апробация и внедрение результатов исследования проводилась на Межвузовской студенческой конференции «Инновационные процессы в дошкольном образовании» (Белгород, 2017); III Межвузовской студенческой конференции «Инновационные процессы в дошкольном образовании» (Белгород, 2018); в форме научных публикаций «Формирование культуры здорового питания детей дошкольного возраста: из опыта работы» (Белгород, 2017), «Технологии развития готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста» (Белгород, 2018), «Технологии формирования культуры здорового питания детей дошкольного возраста» (Белгород, 2018).

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из введения, двух глав, выводов, заключения, списка использованной литературы и приложений. Основной текст изложен на 102 страницах, содержит 12 таблиц и 9 рисунков. Список использованной литературы включает 111 источников. В работе 16 приложения.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

## **1.1. Основные подходы организации работы по формированию культуры здорового питания в дошкольной образовательной организации**

Организовать работу в дошкольной образовательной организации так, чтобы она приносила наибольший эффект – цель управленческой деятельности. На сегодняшний день к современной ДОО предъявляются такие требования, при которых повышение уровня управления становится объективной необходимостью.

Важным в системе управления ДОО является создание механизма, обеспечивающего включение всех участников педагогического процесса в управление. Управленческая деятельность по своему характеру является деятельностью исследовательской и строится на основе отбора и анализа педагогической и управленческой информации.

Дошкольная организация является первой ступенью системы непрерывного образования и призвана создавать необходимые условия развития личности ребенка, удовлетворяя запросы общества, родителей, а также потребности самого ребенка.

Основным содержанием управленческой деятельности в современной дошкольной организации должно быть преодоление разрыва между существующим и необходимым состоянием педагогического процесса, достигнутыми и требуемыми результатами развития детей.

Проблемы управления в системе дошкольного образования, решение которых обеспечивает качество образования и оптимальные условия для раз-

вития личности ребенка и собственного профессионального развития самих педагогов, становится все более актуальным. Успех любой организации, тем более, дошкольной образовательной организации – это результат коллективных усилий ее членов, результат высокого профессионализма и взаимодействия сотрудников со всеми субъектами образовательной деятельности.

Вопросы управления образованием разные авторы изучали по различным направлениям: теоретические основы и методы управления (Г.В. Воробьев, В.И. Загвязинский, Т.И. Шамова, И.Д. Чечель и др.), технологии управления и их эффективность (Я.К. Вехновец, Л.Л. Редько, Т.И. Шамова и др.), управление учебным процессом в системе повышения квалификации педагогов (Т.И. Беседа, О.В. Бликова, Л.А. Леонтьев, В.П. Стрезекозин, С. Ф. Хлебунова, И.М. Чередов и др.), управление качеством образования (М. М. Поташник, Н. А. Селезнева, А. И. Суббетто и др.), инновационные подходы в системе управления (Т. Воронина, Е.Е. Журиная, В.А. Кальней и др.).

Вопросы управления системой дошкольного образования стали предметом исследования многих ученых и практиков (В.Г. Алямовская, К.Ю. Белая, О. А. Князева, Р. М. Литвинова, Е.М. Марич, И.А. Малашихина, М.Д. Маханева, Т. П. Морозова, А. И. Остроухова, Л.В. Поздняк, В.С. Собкина, П. И. Третьяков, Л.И. Фалюшина, Р.М. Чумичева и др.).

Управлять дошкольным учреждением – это значит целенаправленно воздействовать на педагогический коллектив (а через него на образовательный процесс) для достижения максимальных результатов в области воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста.

Управление предполагает постановку целей, организацию путей для ее достижения и заканчивается достижением этих целей. Все эти операции предполагают наличие у субъекта управления интеллекта, рационального мышления, способности к продуманным действиям. Таким образом, управление – это целенаправленная деятельность людей по упорядочению элементов системы.

В теории научного управления существует несколько подходов: классический, поведенческий, процессный, системный, ситуационный. Последователь классического подхода американский ученый Ф. Тейлор (90) считает, что в основе управления лежат четыре принципа: выработка научных основ организации, научный подбор исполнителей, их научная подготовка, тесное сотрудничество между администрацией и исполнителем. Немецкий социолог М. Вебер (17) предлагал строить организацию управления по линейному признаку, где каждый отвечает за свои действия только перед вышестоящим начальником. Лидером поведенческого подхода стал американский социолог и психолог Э. Мейо (111). Согласно этой теории управленческая деятельность должна быть ориентирована, прежде всего, на интересы людей. Исполнитель реагирует на распоряжения, если руководитель может удовлетворить социальные нужды подчиненных.

Наряду с зарубежными учеными проблемы теории управления изучали отечественные исследователи, такие как Г. Атаманчук (10), В.Г. Афанасьев (12), Г.Х. Попов (79) и др. Все они пришли к выводу, что теория управления должна развиваться как комплексная, междотраслевая наука, и что эффективность управления зависит от того, насколько качественно работает управляющий.

Управление образовательным процессом в ДОО в связи с повышением требований к организации педагогического процесса, увеличением количества детей значительно усложнилось. Успех в этой работе во многом зависит от уровня компетентности руководства дошкольным учреждением, умения правильно реализовывать функции управления.

В настоящее время большую роль в сохранении и укреплении здоровья дошкольников, воспитании всесторонне развитой личности могут играть те дошкольные образовательные организации, где создаются благоприятные условия для гармоничного развития детей и формирования основ здорового образа жизни, в том числе формирования культуры здорового питания. В

связи с этим задача раннего формирования культуры здорового питания приобретает все большую актуальность.

Одной из высших ценностей жизнедеятельности человека является здоровье. Исторический анализ проблемы формирования культуры здорового питания показал, что данный вопрос является актуальным на протяжении всего становления и развития педагогической науки. Выдающиеся отечественные и зарубежные педагоги, философы, ученые (Е.А. Аркин, В.М. Бехтерев, Е.Н. Водовозова, Ж.-Ж. Руссо, Я.А. Коменский, Н.К. Крупская, П.Ф. Лесгафт, Д. Локк, И.Г. Песталоцци, В.А. Сухомлинский, К.Д. Ушинский, С.Т. Шацкий и др.) высказывали идеи о необходимости воспитания гармоничной, здоровой личности. Ими были выделены условия, средства сохранения и укрепления здоровья.

Питание детей всегда являлось предметом неустанного внимания ученых, медиков, педагогов и психологов (В.А. Квитковская, О.А. Маталыгина, Н.Ю. Минина, Н.А. Сташевская и др.). Анализ литературы и нормативных документов позволяет сделать вывод о том, что правильное питание дошкольников должно предусматривать системное и комплексное формирование культуры здорового питания.

Важное значение для нашего исследования имели такие научные понятия, как «здоровье», «здоровое питание», «культура питания», «культура здорового питания», проанализированные в исследованиях Н.М. Амосова (5), М. С. Каган (39), М. В. Лещенко (57), Н. С. Марушкина (65) и др.

В словаре русского языка С.И. Ожегова и Н.Ю. Шведовой здоровье понимается как правильная, нормальная деятельность организма, его полное физическое и психическое благополучие. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) определяет здоровье как «состояние телесного, душевного и социального благополучия». Таким образом, понятие «здоровье» имеет физический, эмоциональный, интеллектуальный, социальный и духовный аспекты (74).

Под здоровым питанием понимается питание, обеспечивающее рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствующее укреплению здоровья и профилактике заболеваний (74). Здоровое питание предполагает прежде всего культуру питания, которая, будучи неотъемлемой частью общей культуры в обществе, определяет качество жизни и здоровье нации в целом. Она представляет собой - совокупность разнообразных человеческих достижений, навыков, традиций в области питания, получившие свое непосредственное отражение в окружающей нас среде.

Согласно А.И. Пальцеву, культура питания - это сознательно грамотно организованное удовлетворение пищевых потребностей (76).

По мнению академика Н.М. Амосова, установка на здоровье не появляется у человека сама по себе, а формируется в результате определенного педагогического воздействия (5).

Учитывая разные точки зрения ученых (Н. П. Абаскаловой, Р. И. Айзмана, Г. А. Апанасенко, Л. В. Байкаловой, Н.А. Бирюкова, Э. Н. Вайнера, В. Н. Ирхина, Э. М. Казина, Г. А. Калачева), мы пришли к выводу, что культура питания - это совокупность научно-познавательного, эмоционально-чувственного и практически-деятельностного отношения к питанию как составляющей части культуры здорового и безопасного образа жизни.

В детском возрасте закладывается фундамент здоровья человека, следовательно, целесообразно начинать развивать здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью именно в этот период. В этом же возрасте закладываются, и основы здорового образа жизни как система норм и правил.

Процесс организации работы по формированию культуры здорового питания осуществляется непосредственно с учетом всех возрастных особенностей, а также конкретно определенных условий жизни, экономической, культурной, социальной среды, уровня готовности всех участников образовательной деятельности к формированию культуры здорового питания.

Организацию работы по формированию культуры здорового питания в ДОО необходимо рассматривать с позиций культурологического, системного, личностно-деятельностного, аксиологического подходов. Необходимость этого объясняется тем, что в последние годы в стране резко снизился общий уровень культуры членов общества, особенно молодого поколения. «Одна из главных причин застоя и деградации во всех сферах жизнедеятельности общества состоит в низком уровне культуры во всех ее аспектах – культуры питания, культуры здоровья, культуры управления и др. Чтобы радикально изменить положение дел, необходимо громадное повышение уровня культуры», – считает М. С. Каган (38). Поэтому определение понятия «культура здорового питания» должно наполниться смыслами культуры, которые представляются нам как человеческие смыслы.

Культурологический подход в нашем исследовании предполагает рассмотрение понятия «культуры» в качестве основного в понимании и объяснении человека, его сознания и жизнедеятельности. Культурологический подход - это совокупность методологических и практических приемов, которые обеспечивают процесс формирования культуры здорового питания детей дошкольного возраста через культурологические понятия, ценностно-мотивационных ориентаций, отношений человека с самим собой, понимания культуры здорового питания (65).

На основе культурологического подхода, понятие культуры питания – это, прежде всего видение его содержания сквозь призму категории культуры, отражающей совокупность материальных и духовных ценностей, созданных человечеством, народами различных стран и регионов (65).

Культура – исторически определенный уровень общества, творческих сил и способностей человека, выраженный в типах и формах организации жизни и деятельности людей. Человек в сфере культуры осуществляет деятельность в трех аспектах: познает (потребляет) культуру, действует в общественной среде как носитель определенных культурных ценностей и создает

новые ценности, которые становятся базой для развития культуры следующих поколений (65).

Смысл понятия «культура здорового питания» связан с его ценностными характеристиками. Ценность здорового питания – это наивысшее и абсолютное значение здоровья для человека, общества, государства, обеспечивающее их культуру на основе осмысления биологического, социального, экономического, эстетического, этического и этнического отношений [65].

Системный подход выступает основой построения концепции организации работы по формированию культуры здорового питания субъектов образовательного процесса. Она предусматривает целесообразность разработки здоровьеразвивающих программ обучения и воспитания, позволяющих сформировать систему ценностного отношения к здоровью, в достижении идеала всесторонне развитой личности.

Основы личностно-деятельностного подхода были заложены в психологии (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Б.Г. Ананьев), где личность рассматривалась как субъект деятельности, которая сама, формируясь в деятельности и в общении с другими людьми, определяет характер этой деятельности и общения.

Согласно личностно-деятельностному подходу информацию необходимую для усвоения, надо рассматривать не в качестве цели, а средства, что отражено в содержательной и методической организации образовательных программ. Средствами достижения поставленной цели являются содержание программ и технологий, используемых в организации образовательного процесса.

Личностные результаты сформированности культуры здорового питания выражаются наличием в сознании ценности пищи как одной из основ жизни человека и ценностной ориентации на здоровое питание. Ценностная ориентация выражается в грамотном пищевом поведении, эмоционально позитивном настрое на приемы пищи и сформированности представлений о

возможностях качественно удовлетворить свою пищевую потребность с пользой для здоровья.

Актуализация системно-деятельностного подхода обусловлена тем, что последовательная его реализация повышает эффективность процесса организации работы по формированию у дошкольников ценностной ориентации на здоровый образ жизни и на культуру здорового питания.

Системно-деятельностный подход представляет собой органическое сочетание двух широко признаваемых в науке подходов: системного и деятельностного.

Системный подход (как составляющая системно-деятельностного подхода) выступает как средство целостного восприятия процесса организации работы по формированию у детей дошкольного возраста ценностной ориентации на культуру здорового питания.

Деятельностный подход (как вторая составляющая системно-деятельностного подхода) исходит из положения о том, что психологические способности ребенка являются следствием преобразования внешней предметной деятельности во внутреннюю психическую деятельность. Это означает, что развитие детей дошкольного возраста (личностное, социальное, познавательное и др.) обуславливается характером организации их деятельности. При этом на передний план выдвигается образовательная деятельность, от которой в наибольшей степени зависит развитие дошкольника.

Системно-деятельностный подход - это организация образовательного процесса, ключевое место в котором отводится активной и разносторонне-самостоятельной познавательной деятельности дошкольника. Главными его свойствами являются постепенный уход от информационного знания к знанию действия.

Обращение к аксиологическому подходу обуславливается его направленностью на изучение ценностей как смыслообразующих основ воспитания и обучения.

Ведущим понятием в аксиологии является понятие ценности, которое характеризует социо-культурное значение явлений действительности, включенных в ценностные отношения (87). Ценности это то, что делает жизнь человека более осмысленной, позволяет разбираться в окружающем мире и ориентироваться в нем.

Аксиологический подход нацеливает педагогов на формирование и развитие у воспитанника индивидуальной системы ценностей и ценностных ориентаций.

По мнению Н.С. Розова аксиологический подход основан на целеполагании, определении системы ценностей, формулировке требований к конечному результату. Основное назначение данного подхода - в создании представлений о жизненных ценностях и их деятельности (87).

Для формирования ценностного отношения необходимо постоянное расширение личного жизненного опыта, что определяет педагогическую задачу – создание условий для постоянного взаимодействия субъектов педагогического процесса с окружающим миром и друг с другом. Образовательный процесс необходимо организовывать так, чтобы помочь каждому воспитаннику гармонизировать отношения с самим собой и окружающим миром с помощью навыков самопознания, личных потребностей и их удовлетворения, саморазвития, формирования постоянного стремления к профессионализму.

Аксиологический подход позволяет воссоздать условия для эмоционально-ценностного проживания и становления у детей старшего дошкольного возраста ценностной ориентации на здоровый образ жизни, делая ее элементом культуры питания дошкольника, благодаря чему здоровый образ жизни приобретает особую значимость для детей старшего дошкольного возраста.

Таким образом, исследования в области управления дошкольной образовательной организацией позволяют прийти к выводу, что коллективное взаимодействие педагогов обеспечивает максимум творчества в профессиональной деятельности, если в коллективе имеется взаимопонимание, един-

ство целей, доверие друг к другу, при этом цели каждого члена коллектива, связанные с его трудовой деятельностью, совпадают с целями ДОО в целом. Такая организация исследуемого процесса позволяет в значительной степени активизировать процесс приобщения организации работы к формированию культуры здорового питания.

Рассматривая организацию работы по формированию культуры здорового питания детей ДОО с позиций личностного, системного, культурологического, аксиологического подходов, мы пришли к выводу, что для нашего исследования большое значение имеет аксиологический подход, в котором объединяются свойства культуры как специфического способа человеческой деятельности и работы по формированию культуры здорового питания. Аксиологический подход - это совокупность методологических и практических приемов, которые обеспечивают процесс формирования культуры здорового питания детей дошкольного возраста через мотивационно-ценностные ориентации, культурологические понятия, отношений человека с самим собой, понимания культуры здорового питания.

1.2. Особенности организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации.

Количество воспитанников в дошкольных детских учреждениях России растет с каждым годом. Именно поэтому организация работы по формированию культуры здорового питания в дошкольных образовательных организациях представляет проблему большой социальной значимости, особенно в условиях современной сложной социально-экономической обстановки. Поэтому от того, насколько правильно организована работа по формированию

культуры здорового питания в ДОО, во многом зависит здоровье и полноценное развитие дошкольников.

Дошкольная образовательная организация - это открытая социально-педагогическая система, направленная на воспитание и образование детей дошкольного возраста. При выборе форм и методов управления ДОО необходимо учитывать специфику дошкольной организации.

Деятельность дошкольной образовательной организации направлена на удовлетворение потребности семьи и общества в уходе за детьми, их гармоничном развитии и воспитании. Эта цель закреплена в Законе РФ «Об образовании» (ст. 18) (103).

В современных условиях возросла роль научного управления дошкольной образовательной организацией. Без целенаправленного и научно-обоснованного управления сегодня невозможно обеспечить благоприятные условия для творческой работы коллектива ДОО. Управление должно обеспечить стабильное развитие и функционирование дошкольной образовательной организации.

Под управлением дошкольной образовательной организацией К. Белая, Т.С. Комарова, Л.В. Поздняк, понимают целенаправленную деятельность, обеспечивающую согласованность труда сотрудников; научно-обоснованное воздействие на воспитателей, обслуживающий персонал, детей, родителей и общественность в целях оптимального решения проблем воспитания и обучения детей дошкольного возраста (14,45,78). Знание и соблюдение закономерностей социально - педагогической системы позволит обеспечить успешное управление дошкольным образовательным учреждением в современных условиях.

Ю.А. Конаржевский утверждает, что управленческий цикл рассматривается как целостная совокупность сориентированных на достижение одной цели, выполняемых одновременно или в некоторой последовательности, взаимодействующих между собой управленческих функций, законченный круг

развития и ограниченных определенными, предметно-пространственными и временными рамками (47).

Л.М. Денякина к функциям управления относит: прогнозирование, программирование, планирование, организацию, регулирование, контроль анализ, корректирование, стимулирование и т.д. (27).

По мнению Ю.А. Конаржевского, В.С. Лазарева, А.Н Троян и др. в дополнение к этим четырем функциям можно и педагогический анализ, как одну из функций управления образовательной организацией (47,54,97). Например, Ю.А. Конаржевский дает определение педагогическому анализу как функции управления организацией направленной на изучение состояния, тенденции, развития, на объективную оценку результатов педпроцесса и выработку на этой основе рекомендаций по упорядочению системы или проведению ее в более высококачественное состояние (47).

В.С. Лазарев выделяет четыре вида управленческих действий: планирование, организацию, руководство и контроль. Эти действия образуют полный управленческий цикл от постановки целей до их достижения и являются необходимыми и достаточными. При этом он рассматривает эти действия как сложные, имеющие свою структуру и включающие в нее другие действия как компоненты(54).

Ю.А. Конаржевский обосновал систему взаимосвязанных видов деятельности руководителя. Он выделяет следующие функции: педагогический анализ, планирование, организация, контроль, регулирование (47).

В качестве системообразующей функции, по его мнению, выступает педагогический анализ. К стержневым функциям в управленческом цикле относит сбор и обработку информации и принятие на их основе управленческого решения (47).

Т.И. Шамова определяет управленческие функции как виды деятельности, которые осуществляет управляющий. Каждая функция представляет собой процесс, так как состоит из взаимосвязанных действий (107).

Одной из важных категорий управления являются функции, отражающие определенный порядок управленческих действий в организации любого процесса: информационно-аналитическую, контрольно-диагностическую, планово-прогностическую, регулятивно-коррекционную, мотивационно-целевую. Все эти функции характерны для системы управления дошкольной образовательной организации, но каждая из них имеет свои особенности, вытекающие из специфики содержания работы этой организации.

Рассмотрим каждую функцию с позиции организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации:

- информационно-аналитическая функция предполагает повышение эффективности управленческой деятельности путем получения объемной и конкретной информации; необходимо знать уровень сформированности культуры здорового питания всех участников процесса;

- контрольно-диагностическая функция предполагает контроль внутри организации в сочетании с самоанализом педагогов;

- планово-прогностическая функция является основанием для перспективного и текущего планирования организации;

- регулятивно-коррекционная функция предполагает внесение изменений в управление дошкольной организацией для поддержания заданного уровня развития;

- мотивационно-целевая функция заключается в том, чтобы все члены коллектива выполняли работу в соответствии с распределенными им обязанностями и планами, для достижения собственных и коллективных целей.

В деятельности любой ДОО на управленческом этапе реализуются все эти функции, реализацию которых обеспечивают ряд методов. Они обеспечивают координацию деятельности педагогического коллектива при достижении поставленных целей. Анализ литературы позволяет выделить следующие методы управления: организационно-административные, психолого-педагогические, общественного воздействия.

Организационно-административные методы управления реализуются при разработке и утверждении программы развития ДОО, годовых планов работы, решений педагогического совета, коллективного договора между администрацией и сотрудниками ДОО, внутренний трудовой распорядок и др. С помощью данных методов управления ДОО создаются условия для эффективной организации работы коллектива.

Психолого-педагогические методы характеризуются не прямым воздействием на педагогов дошкольной организации для повышения уровня творческой деятельности. К этим методам относятся методы, связанные с убеждением, личным примером, применением поощрений и наказаний, критики и самоконтроля, а также педагогические совещания, профессиональное общение, сотрудничество.

Метод общественного воздействия определяет участие педагогов в общественном управлении ДОО на основе конкуренции, сотрудничества и развития демократических начал в управлении.

Анализ общих теоретических основ процесса управления деятельностью дошкольной образовательной организации позволяет положить его в основу функции организации работы по формированию культуры здорового питания детей.

Вышеперечисленные методы управления применяются в зависимости от объекта управления. Так как любая ДОО имеет управляемую и управляющую системы, поэтому система управления состоит из взаимосвязанных между собой мини-коллективов: административного, педагогического и обслуживающего. Организационная структура управления в дошкольной организации представляет собой взаимодействие всех его органов.

Один из важнейших компонентов управленческой деятельности, функционирования и организации - целеполагание. Оно является и основной функцией руководителя, и этапом управленческой деятельности, и структурным компонентом.

Любая педагогическая система ориентирована на цели воспитания и на их достижения, она полностью подчиняется целям образования. Цель – это осознанный образ предвосхищаемого результата, на достижение которого направленно действие человека, коллектива (107). Целеполагание – необходимый компонент образовательного процесса.

Педагогическое целеполагание – это сознательный процесс выявления и постановки целей и задач педагогической деятельности, потребность педагога в планировании своего труда, готовность к изменению задач в зависимости от ситуации, способность преобразовывать общественные цели в цели совместной деятельности с воспитанниками (107).

Педагогическое целеполагание включает в себя следующие этапы:

- 1) диагностика образовательного процесса, анализ результатов;
- 2) моделирование педагогом целей и задач;
- 3) организация коллективного целеполагания;
- 4) составление педагогических действий.

Целеполагание в своей основе содержит три составляющих – смыслообразующую, содержательную и техническую. В первой – определяются те образовательные направления, для которых и будет осуществляться конкретная образовательная деятельность. В содержательной – мы намечаем компетентность, развитие которой определяется заданной целью. А в технической – определяется подходящую технологию для достижения данной цели.

В соответствии с теорией администрирования Анри Файоль процесс организации работы по формированию культуры здорового питания состоит из функций планирования, организации, мотивации и контроля (100).

Функция планирования – это процесс разработки планов, стратегий, определение целей, задач, средств и методов. Эта функция в организации работы по формированию культуры здорового питания реализуется следующим образом:

- проведение анализа готовности педагогов к формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в дошкольной организации: выявление и формулировка проблем;

- прогнозирование как оценка перспектив – к чему могут привести выявленные проблемы, как это может сказаться на реализации планов дошкольной организации;

- постановка целей, задач, определение стратегий, технологий, желаемого результата работы;

- разработка плана действий, блоков и этапов реализации;

- определение сроков выполнения.

При выполнении данной функции необходимо планирование организации работы, которое осуществляется путем разделения ее на блоки. В нашем исследовании можно выделить три блока:

1. Организация диагностического этапа, выявление уровня формирования культуры здорового питания всех субъектов образовательного процесса;

2. Организация реализации программы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в ДОО;

3. Организация функции контроля.

Функция организация – это создание структуры, которая способствует образованию, укреплению и совершенствованию связей между участниками образовательного процесса.

Функция организация предполагает решение следующих задач:

- формирование или изменение структуры организации;

- определение способов управления;

- установление параметров организации, работы ее подразделений и отношений между ними;

- обеспечение необходимыми ресурсами;

- создание внутренней культуры.

Реализация данной функции предполагает целенаправленное воздействие на коллектив, реализующих этот процесс.

Функция мотивация – это система мер воздействия на педагогов с целью побуждения к выполнению определенных действий. Эта функция предполагает моральное, материальное, психологическое стимулирование педагогов дошкольных образовательных организаций.

Функция мотивация оказывает влияние на коллектив в форме побудительных мотивов к эффективному труду, воздействия коллективных и индивидуальных поощрительных мер. Путь к эффективному управлению педагогами лежит через понимание его мотивации.

Функция контроля - это процесс обеспечивающий достижение поставленных целей. Контроль необходим для успешного функционирования организации, стимулирования успешной деятельности. Эта функция предусматривает:

- разработку стандартов и критериев, определение результативности выполненной работы;
- сопоставление реальных результатов со стандартами;
- проведение необходимых корректирующих действий.

Реализация представленных функций управления гарантирует выполнение составных частей модели организации работы по формированию культуры здорового питания педагогов ДОО.

В соответствии с Концепцией модернизации российского образования одной из главных задач образовательной политики является обеспечение современного качества образования. Повышение качества образования невозможно без повышения уровня профессиональной квалификации педагогических работников. Отсюда, особую роль приобретает решение проблемы повышения профессионального мастерства педагогов в рамках методической службы в ДОО.

Процесс обновления дошкольного образования требует определенных управленческих действий и обновления содержания образования.

Методическое сопровождение ориентировано на раскрытие творческого потенциала каждого педагога и педагогического коллектива в целом; со-

здание условий роста профессионального мастерства, повышения качества и эффективности образования после получения информации из диагностических и аналитических материалов.

Методическое сопровождение в ДОО должно способствовать развитию профессиональной компетентности педагога, развитию качеств личности. Рост педагогического мастерства педагога ДОО – необходимый показатель качества образовательного процесса. Достижение нового качества дошкольного образования и личности ребенка возможно только при условии повышения уровня профессиональной компетентности педагогов.

Совершенствование организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольной образовательной организации, повышение квалификации руководящих кадров и педагогических кадров по формированию культуры здорового питания и соответствующей просветительской работы с детьми, их родителями и педагогического коллектива является одной из важнейших управленческих стратегий (35).

Внедрение ФГОС в дошкольное образование и требования к структуре образовательной программы для дошкольного образования привели к значительным изменениям в организации управления и потребовали улучшения системы управления дошкольных образовательных организаций. Улучшение организации образовательного процесса в соответствии с ФГОС зависит от повышения профессиональной компетентности современного педагога, работающего в ДОО.

Одним из показателей профессиональной компетентности педагога является его способность к саморазвитию. Основными критериями саморазвития являются: эффективность профессиональной педагогической деятельности, творческий рост педагогов, внедрение новых педагогических технологий в образовательный процесс.

В настоящее время педагоги внедряют в свою работу инновационные технологии. Поэтому основной задачей воспитателей является выбор мето-

дов и форм организации работы с детьми, оптимальных педагогических технологий, которые способствуют развитию дошкольников.

Педагогическая технология – это набор психолого-педагогических установок, определяющих особый набор и использование форм, методов обучения и воспитания, учебных инструментов; это организационно-методический инструмент для организации педагогического процесса. Современные инновационные педагогические технологии в дошкольном образовании направлены на реализацию ФГОС ДО (1).

В практике дошкольного образования используют следующие современные образовательные технологии: здоровьесберегающие технологии, проектная технология, технологии исследовательской деятельности, информационно-коммуникативные технологии, личностно-ориентированные технологии, технология портфолио дошкольника и воспитателя, игровая технология, технология «ТРИЗ», педагогические мастерские, деловые игры, модульное обучение.

Здоровьесберегающие технологии – технологии, используемые для сохранения и укрепления здоровья дошкольников. Целью этих технологий является предоставление ребенку возможности сохранять здоровье, развивать необходимые знания и навыки для формирования основ здорового образа жизни.

Проектные технологии являются ключевыми в организации работы по формированию культуры здорового питания детей. Учитывая проблему нашего исследования, основными функциями проектной технологии в подготовке педагогов к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста будем считать: активизацию исследовательской деятельности педагогов, оптимизацию и совершенствование профессиональной подготовки по вопросам формирования культуры здорового питания детей дошкольного возраста; актуализацию знаний и умений организации работы по формированию культуры здорового питания детей; обеспечение гибкого перехода от координируемой предлагаемой органами

управления к самостоятельной профессиональной деятельности в данном направлении.

Технологии исследовательской деятельности, целью которых является формирование основных навыков детей дошкольного возраста к исследовательскому типу мышления. Исследования проводятся на различные темы с использованием опытно-экспериментальной деятельности, позволяющей ребенку лучше понять явления и процессы окружающей деятельности.

Информационно-коммуникационные технологии являются средством эффективного формирования готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста. Под информационно-коммуникационными технологиями понимается обобщающее понятие, описывающее различные устройства, механизмы, способы, алгоритмы обработки информации. Как известно, важнейшими современными устройствами ИКТ являются компьютер, снабженный соответствующим программным обеспечением, и средства телекоммуникаций вместе с размещенной на них информацией (52).

Мы выделили следующие направления применения информационно-коммуникационных технологий в развитии готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста:

- использование компьютерной техники в качестве средства обучения, совершенствующего процесс саморазвития педагога по организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста;
- использование информационных технологий в качестве средства формирования культуры питания у детей;
- использование компьютерной техники в качестве средства автоматизации процесса контроля, коррекции, тестирования;

– организация коммуникаций на основе использования средств информационных технологий с целью передачи и приобретения педагогического опыта, методической и учебной литературы;

– использование новых информационных технологий для организации работы с семьей воспитанников.

Личностно-ориентированные технологии ставят личность ребенка в центр системы дошкольного образования, которая заключается в семье и ДОО для реализации природных потенциалов ребенка. Личностно-ориентированная технология реализуется в развивающей предметно-пространственной среде, отвечающая требованиям образовательных программ, соответствующих ФГОС ДО.

Технология портфолио дошкольника и воспитателя представляет собой сбор всех достижений субъекта образовательного процесса.

Игровые технологии являются стержнем всего дошкольного образования. Согласно ФГОС ДО воспитательно-образовательная деятельность должна быть посвящена игре: дидактическая, сюжетно-ролевая, подвижная и др.

Особо надо отметить технологию «ТРИЗ» (теорию решения изобретательских задач), которая основывается на творчестве. Дети познают мир через сказки, игры и повседневные ситуации, они являются средой, в которой ребенок учится применять решения «ТРИЗ», проблемы, с которыми он сталкивается. По мере выявления противоречий он сам будет стремиться к идеальному результату, используя различные ресурсы.

По нашему мнению, актуальным является также применение такой технологии как педагогическая мастерская. Согласно, О.А. Лямкиной, педагогическая мастерская – это динамичная, вариативная и интегративная форма организации профессионального обучения, осуществляемая в совместной диалоговой деятельности педагога-мастера с обучающимися, характеризующаяся рефлексивной личностно-деятельностной организацией, погружением в педагогический процесс и направленная на творческое самообразование,

саморазвитие и самореализацию личности каждого участника деятельности (61).

Действенным инструментом в подготовке педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста являются деловые игры.

По Ю.А. Дмитриеву, Н.А. Моревой, деловая игра как разновидность имитационного моделирования представляет собой групповое упражнение по выработке последовательных решений в искусственно созданных условиях. Она задает предметный и социальный контексты профессиональной деятельности, служит условием формирования личности педагога, моделирует условия реализации умений, навыков его социального взаимодействия, ценностные ориентации и установки, стимулирует развитие профессионально направленного творческого мышления, обеспечивает появление профессиональной мотивации, способствует приобретению специалистом опыта как предметно-профессионального, так и социального, формирует и развивает важнейшие компетенции педагога (30,69).

Согласно А.В. Аганову технология модульного обучения предполагает постепенный и смыслообразующий переход от одного вида деятельности (получения теоретических знаний) к другой (получение профессиональных навыков и умений). Средствами реализации такого перехода служат активные методы обучения (проблемные лекции, деловые и ролевые игры, ситуационные задачи, лекции-дискуссии и т.д.) (1).

Сегодня для работников системы дошкольного образования есть способы и формы повышения квалификации, но они не подчинены задачам обеспечения профессиональной компетентности современным требованиям, предъявляемым к дошкольному образованию.

Работа с педагогами по развитию профессиональной компетентности обеспечивает стабильную работу педагогического коллектива, полноценное, всестороннее развитие и воспитание детей, качественное усвоение ими программного материала в соответствии с возрастными и индивидуальными

особенностями, а также повышение эффективности образовательного процесса ДОО.

Таким образом, организацию работы по формированию культуры здорового питания педагогов дошкольной образовательной организации мы рассматривали как функцию управления, связанную с другими функциями управления; при этом определили методы управления, рассмотрели организационную структуру управления ДОО.

Педагогический процесс всегда целенаправленный. Педагог ДОО управляет не только образовательным процессом, но и конкретно детским коллективом, их деятельностью. Без точного представления о цели нельзя развить достаточно высокие образовательные компетентности.

В подготовке педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста современные образовательные технологии представляет собой одновременно: технологию подготовки, позволяющую закреплять, применять и контролировать профессиональные, общепедагогические, методические знания, навыки и умения; научно-методически обоснованный профессиональный педагогический эксперимент.

Анализ потенциальных возможностей современных педагогических технологий для развития готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста, показал, что использование таких технологий, как проектная, игровая, модульная, педагогическая мастерская и др., могут успешно реализовываться в организации работы в данном направлении. Использовать современные педагогические технологии может каждый педагог, а их внедрение способствует выходу дошкольного образования на качественно новый уровень. Но необходимо отметить, что в настоящее время не уделяется должного внимания проблеме использования различных технологий с целью организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в ДОО.

### 1.3. Педагогические условия организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации

Анализ научных исследований по теории управления образовательными системами позволил нам выявить общие положения для теоретического обоснования наиболее оптимальных педагогических условий осуществляемой образовательной деятельности в ДОО. Однако, конкретных обоснований организационно-педагогических условий исследуемого нами процесса явно недостаточно.

В федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования, введенного от 17 октября 2013 г., образование в дошкольной организации рассматривается как целенаправленный процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста, направленный на решение задач, важных для обоснования и решения проблемы нашего исследования: охрана и укрепление их физического и психологического здоровья, развитие индивидуальных способностей и необходимой коррекции нарушений развития у детей. Педагогический процесс ДОО определяется как целенаправленное, содержательно насыщенное и организационно-оформленное взаимодействие педагогической деятельности взрослого и саморазвития ребенка в результате его активности при ведущей направленности роли педагога (102).

Все выше сказанное можно достичь с помощью сочетания форм управления, позволяющих реализовать ряд важнейших педагогических функций. К ним можно отнести: личностная ориентация управления образовательным процессом; творческое обеспечение преемственности в виде взаимосвязанной деятельности всех участников образовательного процесса, предложенное О.А. Сафоновой: подход к преемственности как закономерно-

сти и принципа образования позволяет обеспечить эффективное функционирование и развитие исследуемой образовательной системы с позиции развития способа совершенствования образовательного процесса (91); использование информационных технологий педагогами в педагогической диагностике, другой части образовательной практики и самообразования педагога, предложенное В.С. Безруковой, а также, - обязательная разработка системы административного стимулирования педагогического процесса в качестве организационного условия, обеспечивающего гарантии компенсационного характера по его трудозатратам. На основе полученной посредством информационных технологий информации педагог формирует цель деятельности, научно обоснованно выбирая содержание, методы, средства и технологии обучения воспитания и развития личности, повышая тем самым качество педагогической деятельности, а значит, стимулируя процесс развития и саморазвития воспитанников и свой личный; использование технологий в образовательном процессе, предложенные В.П. Вишневской и Н.И. Войтиной. Создание атмосферы научного роста педагогов, экспериментальный режим работы организации, предполагающий подчинение организационной структуры организации задачам научно-педагогического эксперимента, управленческое содействие - все это создает и реализует такой комплекс организационно-педагогических условий деятельности коллектива, при котором управление педагогическим процессом является эффективным (19).

По мнению Н.И. Войтиной (19) эффективность функционирования системы контрольно-аналитической деятельности обеспечивается реализацией следующих педагогических условий:

а) реализация базовых функций образовательного процесса обеспечивается системой контрольно-аналитической деятельности на основе актуализации субъектной позиции личности;

б) в рамках образовательной организации осуществляется целенаправленная подготовка педагогов и руководителей к качественному осуществлению контрольно-аналитической деятельности;

в) система контрольно-аналитической деятельности реализуется на основе единой информационной базы данных, созданной на содержательной основе блоков контрольно-диагностической деятельности.

По мнению И.Б. Едаковой (34) эффективность управления педагогическим процессом достигается реализацией следующих организационно-педагогических условий:

- обеспечение целостности педагогического процесса на основе интегрирования образовательных программ и их адаптации к особенностям педагогического процесса ДОО;

- построение предметно-развивающей среды, соответствующей целям и задачам педагогического процесса ДОО;

- оптимального использования личностного и творческого потенциала каждого педагога и педагогического коллектива в целом;

- обеспечение управляемости педагогического процесса.

Таким образом, комплекс педагогических условий будет являться фактором повышения эффективности управления, если он будет осуществляться как целостное образование взаимосвязанных между собой компонентов и использования последних научных разработок в области педагогического управления.

Организация работы по формированию культуры здорового питания как составной части здорового образа жизни в образовательной организации должна носить системный характер, обеспечивающий преемственность и непрерывность данного процесса на различных ступенях развития ребенка, вестись с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, региональной и этнокультурной специфики.

В настоящее время в литературе не представлено обоснование конкретных педагогических условий организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации. В своем исследовании мы выявили несколько условий, которые являются основополагающим звеном в организации работы по формированию куль-

туры здорового питания детей дошкольного возраста в ДОО. Это формирование осознания культуры здорового питания как ценности и ценностного отношения к нему у всех субъектов образовательного процесса; развитие готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста; разработка и внедрение программы организации работы по формированию культуры здорового питания детей в ДОО.

Рассмотрим эти условия более подробно. Прежде чем приступить к рассмотрению понятия «ценностное отношение» дадим определение таким понятиям как «ценность» и «отношение».

В философии отношение характеризуется наличием стремления личности, его активности. Чем активнее индивид, тем в большей степени проявляется его стремление к деятельности, тем ярче выражается его отношение. Ценностное отношение возникает тогда, когда его объекты вовлекаются в деятельность. Стремления составляют субъективную сторону отношения. Они возникают как отражение реально существующего бытия во взаимосвязи с элементами будущего, с предполагаемыми результатами деятельности; стремления - побудительная причина действия. Отношения динамичны, изменчивы и воспитуемы. Потребности, вкусы, склонности, оценки, принципы, убеждения отражают различные аспекты отношений человека.

Понятие «ценность» всегда являлось объектом интереса философов, психологов и педагогов, что нашло отражение во множестве концепций и теорий ценности.

В педагогике ценность определяется как предмет, явление и его свойства, которые нужны членам определенного общества или отдельной личности в качестве средств удовлетворения своих материальных и духовных потребностей и интересов, направленных на достижение общественных целей (15).

И.С. Артюхова определяет ценность как привлекательность целевого объекта, т.е. она наряду с потребностью определяет нужность цели (8).

С.Л. Рубинштейн также писал, что «ценности – производны от соотношения мира и человека, выражая то, что в мире, включая и то, что создает человек в процессе, значимо для человека» (88).

При анализе психолого-педагогической литературы, мы видим, что в педагогических исследованиях понятие «ценностное отношение» связывается с активностью и направленностью личности (Г.И. Чижаква, Н. Е. Шуркова), со степенью значимости того или иного предмета, явления для субъекта.

Эта значимость определяется осознанными или неосознанными потребностями субъекта, выраженными в виде интереса или цели (В.А. Сластенин, И.Ф. Харламов,) (93,105).

Так, по мнению В.А. Сластенина, ценностное отношение - внутренняя позиция личности, отражающая взаимосвязь личностных и общественных значений. Объектами ценностного отражения являются значимые для человека предметы и явления (93).

Итак, анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования помог рассмотреть понятие «ценностное отношение». Дадим наше видение общего понимания ценностного отношения к культуре здорового питания – это вид культурно-опосредованного отношения человека с действительностью, складывающегося под воздействием работы на основе оценки и действий, в результате которых возникают личностные ценности.

В условиях модернизации образования и реализации Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования педагогу необходимо занимать позицию активного субъекта, которая предполагает умение педагога совершенствовать содержание своей профессиональной деятельности посредством критического, творческого его осмысления, использования достижений передового педагогического опыта.

Современный педагог в контексте решения задач обучения, воспитания и развития личности ребенка непосредственно должен соответствовать требованиям профессионального стандарта «Педагог» в области трудовых действий, необходимых умений и необходимых знаний (83).

Организацию образовательного процесса, реализуемого с детьми старшего дошкольного возраста надо строить так, чтобы каждая его составляющая имела научно обоснованную и здоровьесберегающую направленность.

При этом качество и эффективность педагогической деятельности зависят от многих факторов, одним из которых является профессиональная готовность педагога, которая рассматривается как первичное, обязательное условие и предпосылка успешного выполнения любого вида деятельности.

Анализ научных источников, отражающих аспекты проблемы готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста, показал большой спектр точек зрения авторов относительно понятий, необходимых для нашего исследования: «готовность», «готовность к профессиональной деятельности», «профессиональная готовность педагога», «готовность педагога к организации деятельности по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста».

В научных трудах в последнее время появились ряд определений категории готовности, сущность которых варьируется в зависимости от отрасли знания, к которой принадлежит тот или другой ученый, и от точки зрения, согласно которой рассматривается это понятие. С психологической точки зрения, готовность чаще всего трактуется как психологическая установка (Д.Н. Узнадзе), как проявление определенного уровня способностей и свидетельства самого их наличия (С.Л. Рубинштейн), как личностное новообразование (Ю.З. Гильбух) (98,88,22). В научно-педагогических исследованиях готовность рассматривают как многокомпонентную систему (А.Г. Мороз, В.А. Сластенин), как комплекс свойств и качеств личности (В.А. Крутецкий) (70,93,51).

В исследованиях А.А. Деркач, М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович понятие «готовность к профессиональной деятельности» рассматривается в личностно-деятельностной плоскости как проявление в целостности всех сторон

личности, максимальную возможность эффективного выполнения своих функций (29). В.А. Сластениным, И.Ф. Исаевым совокупность профессионально обусловленных требований к личности педагога определяется как профессиональная готовность к педагогической деятельности (93).

В исследованиях Г.И. Хозяинова отмечается, что иногда понятие профессиональной готовности отождествляется с понятием профессиональной подготовки, которая в самом общем плане представляет собой формирование готовности к профессии, устойчивую ориентацию на выполнение трудовых заданий (106). Профессиональная готовность есть не только результат, но и цель профессиональной подготовки, которая реализуется за счет определенного структурирования содержания профессионально-педагогического образования и имеет четыре компонента:

- профессионально-педагогические знания, овладение которыми реализуется последовательно на четырех этапах: восприятие, понимание, запоминание профессионально значимых знаний и соответственно применение их в знакомой и новой педагогической ситуации;

- опыт осуществления профессионально-педагогической деятельности, который выражается в овладении практическими умениями и навыками в ходе эмпирической практики, в деятельности по образцу в типичных ситуациях, в совершенствовании способов профессиональной деятельности в незнакомых ситуациях;

- опыт творческой педагогической деятельности, процесс владения которым проходит такие этапы, как выявление педагогической проблемы, ее осознание и формулировка, частично-поисковая и исследовательская деятельность;

- опыт ценностно-эмоциональной ориентации в процессе педагогической деятельности, который включает в себя три этапа: формирование внутренней мотивации поведения преподавателя, профессионально-

педагогическое поведение на основе этой модели, творческую направленность педагогической деятельности.

В профессиональной готовности специалиста В.А. Сластенин (93) выделяет две взаимозависимых разновидности:

– потенциальную готовность как профессиональную подготовленность личности к соответствующей деятельности. Эта готовность специалиста содержит в себе: систему достаточно стойких, статичных компонентов, психических образований – знаний, умений, навыков профессиональной деятельности, профессионально важных качеств, ценностей личности, ее отношений, в целом определенный уровень профессионально необходимого потенциала личности;

– непосредственную, мгновенную, ситуативную готовность как состояние соответствующей мобилизованности, функциональной настроенности психики специалиста на решение конкретных заданий при соответствующих обстоятельствах и условиях. Этот аспект профессиональной готовности характеризуется высокой динамической, подвижностью и зависимостью от ситуативных обстоятельств, состояния психического и физического здоровья, морально-психической атмосферы в коллективе, социальной среде.

К.М. Дурай-Новакова, определяя структуру профессиональной готовности специалиста, включает в нее следующие компоненты:

– мотивационный (профессионально значимые потребности, интересы и мотивы педагогической деятельности);

– ориентационно-познавательно-оценочный (знание и представления о содержании профессии, требования профессиональных ролей, способности решения профессионально-педагогических задач);

– эмоционально-волевой (чувство ответственности за результаты педагогической деятельности, самоконтроль, умение управлять действиями, из которых складывается выполнение профессиональных обязанностей);

- операционно-действенный (мобилизация и актуализация профессиональных знаний, умений, навыков и профессионально значимых свойств личности, адаптация к требованиям, предписаниям профессиональных ролей и к условиям педагогической деятельности;
  - установочно-поведенческий (настрой на добросовестную работу)
- (31).

Достаточно широко в научной литературе представлена проблема психологической готовности к педагогической деятельности, а также к различным ее аспектам.

Психологическую готовность к педагогической деятельности В.А. Сластенин рассматривает как совокупность качеств личности: способность к идентификации себя с другими людьми, свобода и инициативность, богатство внутренней энергии человека, перцептивные способности. Готовность, по мнению автора, включает в себя также эмоциональную устойчивость, которая обеспечивает выдержку, профессионально-педагогическое мышление, которое позволяет анализировать свою деятельность и весь педагогический процесс в целом, предвидеть результаты работы (93).

Анализ научных источников показал, что в настоящее время не дано определение понятию «готовность педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста». Дадим трактовку данному понятию через рассмотрение готовности педагога к формированию здорового образа жизни дошкольников и проанализированные выше исследования.

В исследовании Л.Ю. Минеевой, говорится о готовности к формированию ЗОЖ как о целостном проявлении личности, особом личностном состоянии, включающем направленность на успешную деятельность (67).

Автор выделяет следующие компоненты готовности: мотивационный, когнитивный, операционный, рефлексивный, мобилизационно-настроечный. При построении структурной модели готовности к проектированию здоро-

вьесберегающего педагогического процесса ведущая и системообразующая роль отводится мотивационному компоненту при пропорционально значимых вкладах прочих. Показателями психологической готовности к проектированию здоровьесберегающего педагогического процесса являются:

- положительное отношение к педагогической деятельности и здоровьесбережению в педагогическом процессе, имеющее для педагога личностный смысл;
- позиция личной ответственности за здоровье свое и детей и понимание необходимости активных действий в этом направлении;
- способность вступать в отношения сотрудничества с каждым ребенком через специальные организационные формы этого сотрудничества, несущие здоровьесберегающий потенциал;
- умение перевести ребенка в позицию активно действующего субъекта формирования здорового образа жизни.

А. Шарипов, Д. Шарипова, Г. Шахмунова отмечают, что на всех этапах непрерывного образования особое значение приобретает, во-первых, понимание педагогом ценности здоровья и, во-вторых, его отношение к охране здоровья воспитанников, так как образовательная организация является важным звеном в социализации подрастающего поколения (108). Авторы указывают, что в структуре деятельности педагога постоянно должны присутствовать три компонента: теоретический, практический и личностный. Теоретический компонент – это определенная степень сформированности теоретических знаний о здоровьесберегающей деятельности, определяющая методологическую базу готовности педагога к здоровьесберегающей деятельности. Практический компонент – это владение способами реализации теоретических знаний о здоровом образе жизни, а также методиками организации здоровьесберегающей деятельности. Личностный компонент предполагает индивидуальную готовность к здоровьесберегающей деятельности (108).

Рассмотрим определение готовности будущих педагогов дошкольного образования к формированию основ здорового образа жизни, данное З.П. Красношлык (50), под которым автор понимает целостное интегральное образование личности, отражающее готовность к здоровьесформирующей, здоровьесберегающей деятельности и включающее в себя когнитивный, операционный и мотивационно-ценностный компоненты.

Когнитивный компонент включает знания:

- об особенностях и закономерностях физического развития детей дошкольного возраста;
- о сущности здоровья и особенностях формирования понятия «здоровье» в сознании ребенка-дошкольника;
- о структуре и содержании здорового образа жизни, особенностях формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста;
- об организации здоровьесберегающей среды и деятельности в дошкольном учреждении и семье.

Операционный компонент предполагает:

- владение навыками сохранения и укрепления собственного здоровья, активную деятельность, отказ от вредных привычек;
- владение навыками организации здоровьесберегающей среды и физкультурно-оздоровительной деятельности в дошкольном учреждении и семье;
- владение методикой формирования основ здорового образа жизни у детей разных возрастных групп;
- владение навыками рефлексии собственной деятельности по приобщению детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни.

Мотивационно-ценностный компонент подразумевает:

- ценностное отношение к собственному здоровью и здоровью своих воспитанников;

- осознание необходимости ведения здорового образа жизни, внутреннюю мотивацию к здоровому образу жизни и формированию его основ у детей дошкольного возраста;

- стремление к личностному и профессиональному совершенствованию.

Взяв за основу проанализированные выше исследования многих авторов, под готовностью педагога к организации деятельности по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста будем понимать целостное интегральное образование личности педагога, отражающее готовность к организации деятельности по формированию культуры здорового питания дошкольников и включающее в себя когнитивный, мотивационно-ценностный и деятельностный компоненты.

Подробно рассмотрим составляющие компоненты согласно специфике нашего исследования.

Когнитивный компонент включает знания:

- об особенностях и закономерностях физического развития детей дошкольного возраста;

- о сущности здорового питания и особенностях формирования понятия «культура здорового питания» в сознании ребенка-дошкольника;

- о структуре и содержании культуры здорового питания, особенностях формирования культуры здорового питания у детей дошкольного возраста;

- об организации среды культуры здорового питания и деятельности в дошкольном учреждении и семье.

Операционно-деятельностный компонент предполагает:

- владение умениями и навыками формирования культуры здорового питания;

- владение навыками организации среды для формирования культуры здорового питания;

- владение методикой организации деятельности по формированию культуры здорового питания у детей разных возрастных групп;

– владение навыками рефлексии собственной деятельности по приобщению детей дошкольного возраста к культуре здорового питания.

Мотивационно-ценностный компонент подразумевает:

– ценностное отношение к собственному здоровому питанию и своих воспитанников;

– осознание необходимости культуры здорового питания, внутреннюю мотивацию к соблюдению культуры здорового питания и формированию его основ у детей дошкольного возраста;

– стремление к личностному и профессиональному совершенствованию.

Н.Л. Кузнецова, Л.Г. Панова, А. Феоктистова указывали на то, что важным компонентом в формировании профессиональной готовности педагогов ДОО по формированию компетентности здоровьесбережения дошкольников является методическое обеспечение (53). Система обеспечения профессионального роста педагога строится на основе изучения затруднений воспитателей в организации полноценного образовательного процесса с позиции здоровьесберегающей деятельности. Авторы выстроили систему методической работы; повышение профессиональной компетентности педагогов ДОО в вопросах здоровьесберегающей деятельности посредством различных интерактивных форм и методов.

Проанализировав исследование А.Ю. Семёновой, мы выяснили, что важной составляющей готовности педагога к реализации здоровьесберегающей деятельности в ДОО является развитие культуры здоровья самого педагога (92). Культура здоровья воспитателя ДОО, по мнению автора, – это категория, интегрирующая личностные и профессиональные качества, определяющие здоровьесберегающий стиль поведения педагога и эффективную деятельность по формированию здорового образа жизни дошкольников и культуры здорового питания. Структура культуры здоровья воспитателя включает следующие взаимосвязанные компоненты: ценностно-мотивационный, когнитивный, деятельностный, рефлексивный. Состояние

культуры здоровья воспитателей ДОО характеризуется проблемами и потребностями, определяющими цели профессионального самообразования. Недостаточный уровень развития деятельностного компонента диктует необходимость усиления практической подготовки в данной сфере. Одним из серьезных препятствий развития культуры здоровья, в исследовании А.Ю. Семеновой, были низкие показатели когнитивного компонента – в большинстве случаев (80%) выявлен недостаточный уровень теоретической подготовки воспитателей по вопросам культуры здоровья и здорового питания. Резервы развития культуры здоровья заключаются в опережающих показателях развития мотивационного и рефлексивного компонентов, что способствует эффективности педагогического сопровождения самообразования воспитателей по вопросам здорового образа жизни.

Методическое сопровождение повышения культуры здоровья воспитателей направлено на развитие мотивационного, рефлексивного, деятельностного и когнитивного компонентов.

Аксиология образования предусматривает развитие внутренней мотивации к деятельности в сфере здоровьесбережения, повышение осознания личной ответственности воспитателей за охрану здоровья детей в ДОО.

Развитие рефлексивной позиции воспитателя включает признание собственной активной роли в организации здоровьесберегающего воспитательно-образовательного процесса, а также объективизацию оценки и самооценки здоровьесберегающей деятельности. Формирование знаний и навыков здоровьесбережения базируется на непрерывном повышении информационной грамотности воспитателя в области питания и здоровья. Эффективному развитию культуры здоровья воспитателя ДОО на этапе самообразования способствует: включение культуры здоровья в структуру целей на этапе самообразования воспитателя; выявление потребностей развития культуры здоровья воспитателя в зависимости от профессиональных характеристик и уровня ее исходного уровня; внедрение личностно-ориентированного педагогического сопровождения развития культуры здоровья воспитателя; со-

здание педагогических условий развития культуры здоровья воспитателя в ДОО.

Профессиональное поведение педагогов должно соответствовать следующим принципам: приоритет действенной заботы о здоровье воспитанников и педагогов (осуществление и оценка любой деятельности в образовательной организации с позиции влияния на здоровье); соответствие содержания и организации обучения и воспитания возрастным и индивидуальным особенностям детей; наглядности, научности, систематичности и последовательности, практико-ориентированной направленности обучения (заключается в использовании активных форм и методов педагогической деятельности, воздействия собственным примером поведения); формирование позитивного имиджа здорового образа жизни и правильного питания.

Анализируя теоретические положения, характеризующие проблему развития готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста, можно сделать вывод, что эффективное решение выделенной проблемы становится возможным только при реализации определенных педагогических условий.

Проблема условий приобретает «педагогическую» окраску в исследованиях В.И. Андреева, Н.В. Ипполитовой, А.Я. Найна, Н.М. Яковлевой и др., найдя свое отражение в многочисленных трактовках термина «педагогические условия» (7,37,73,110).

Первой позиции придерживаются ученые, для которых педагогические условия есть совокупность каких-либо мер педагогического воздействия и возможностей материально-пространственной среды (В.И. Андреев, А.Я. Найн, Н.М. Яковлева):

– комплекс мер, содержание, методы (приемы) и организационные формы обучения и воспитания;

- совокупность объективных возможностей содержания, форм, методов, средств и материально-пространственной среды, направленных на решение поставленных задач;

- совокупность мер (объективных возможностей) педагогического процесса (7,73,110).

Вторую позицию занимают исследователи, связывающие педагогические условия с конструированием педагогической системы, в которой они выступают одним из компонентов (Н.В. Ипполитова, М.В. Зверева и др.):

- компонент педагогической системы, отражающий совокупность внутренних (обеспечивающих развитие личностного аспекта субъектов образовательного процесса) и внешних (содействующий реализации процессуального аспекта системы) элементов, обеспечивающих ее эффективное функционирование и дальнейшее развитие;

- содержательная характеристика одного из компонентов педагогической системы, в качестве которого выступают содержание, организационные формы, средства обучения и характер взаимоотношений между учителем и учениками (37,36).

Учитывая различные подходы к содержанию понятия «педагогические условия», мы дали определение понятию «педагогические условия организации работы по формированию культуры здорового питания детей», под которыми понимаем совокупность объективных возможностей содержания, форм, методов, средств и материально-пространственной среды, направленных на решение задач по организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста.

Изучение организации работы по формированию культуры здорового питания детей показало, что роль питания в современных условиях значительно повышается в связи с увеличением получаемой детьми познавательной информации, вовлечение в этот процесс родителей.

Мы считаем целесообразным рассмотреть педагогические условия развития готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста через раскрытие сущности личностного потенциала, структуры личностного потенциала, потенциала здоровья, педагогических ресурсов, принципов.

По мнению Д.А. Леонтьева, личностный потенциал выступает как интегральная характеристика уровня личностной зрелости, а главным феноменом личностной зрелости и формой проявления личностного потенциала является феномен самодетерминации личности, т.е. осуществление деятельности в относительной свободе от заданных условий этой деятельности – как внешних, так и внутренних, под которыми понимаются биологические, в частности телесные предпосылки, а также потребности, характер и другие устойчивые психологические структуры (56). А.А. Деркач и В.Г. Зазыкин в структуру личностного потенциала включают не только потенциальное личности (способности, обусловленные природой профессионально важные качества, позитивные наследственные факторы), но и систему постоянно возобновляемых и умножаемых ресурсов интеллектуальных (психологических, волевых), что способствует прогрессивному личностному и профессиональному развитию (28).

В аспекте нашего исследования особое внимание заслуживает работа В.А. Ананьева, в которой представлено содержание понятия «потенциал здоровья», включающее все аспекты здоровья в его современном понимании (6). В структуру этого понятия входят интеллектуальный, волевой, эмоциональный, физический, социальный, креативный и духовный ресурсы здоровья. Отметим, что автор отводит особое место интеллектуальному ресурсу в общей совокупности потенциалов человеческого развития. Подобный подход мы наблюдаем и у других авторов. Так, в работах А.В. Казанниковой понятие «потенциал здоровья» определяется как «генетически и социально обусловленный резерв личности в саморазвитии психофизиологических возможностей, которые могут быть реализованы в напряженных условиях деятельно-

сти и выражены в достижениях достаточно высокой степени физического, интеллектуального, эмоционального и духовного компонентов здоровья, мотивации здорового образа жизни и непрерывности образования, потребности в творческой самореализации» (40).

В рамках нашего исследования представляет интерес и обращение к вопросу о ресурсах, необходимых педагогу для осуществления здоровьесозидающей педагогической деятельности. Здоровьесозидающая педагогическая деятельность предполагает наличие двух составляющих: собственно здоровьесозидающая деятельность (личностный компонент) и педагогическая деятельность по здоровьесозиданию обучающихся (профессиональный компонент).

Личностный компонент здоровьесозидающей педагогической деятельности должен определять значение сознания и активности самого педагога в формировании своего здоровья и здорового образа жизни на основе механизмов личностной самоактуализации и увеличение потенциала своего здоровья. В основе самоактуализации лежит активная жизненная позиция, позитивное отношение к здоровью и стремление к совершенству. Личностный компонент здоровьесозидающей педагогической деятельности проявляется в готовности к самосовершенствованию в области здоровья и здорового образа жизни и является основой в данной деятельности.

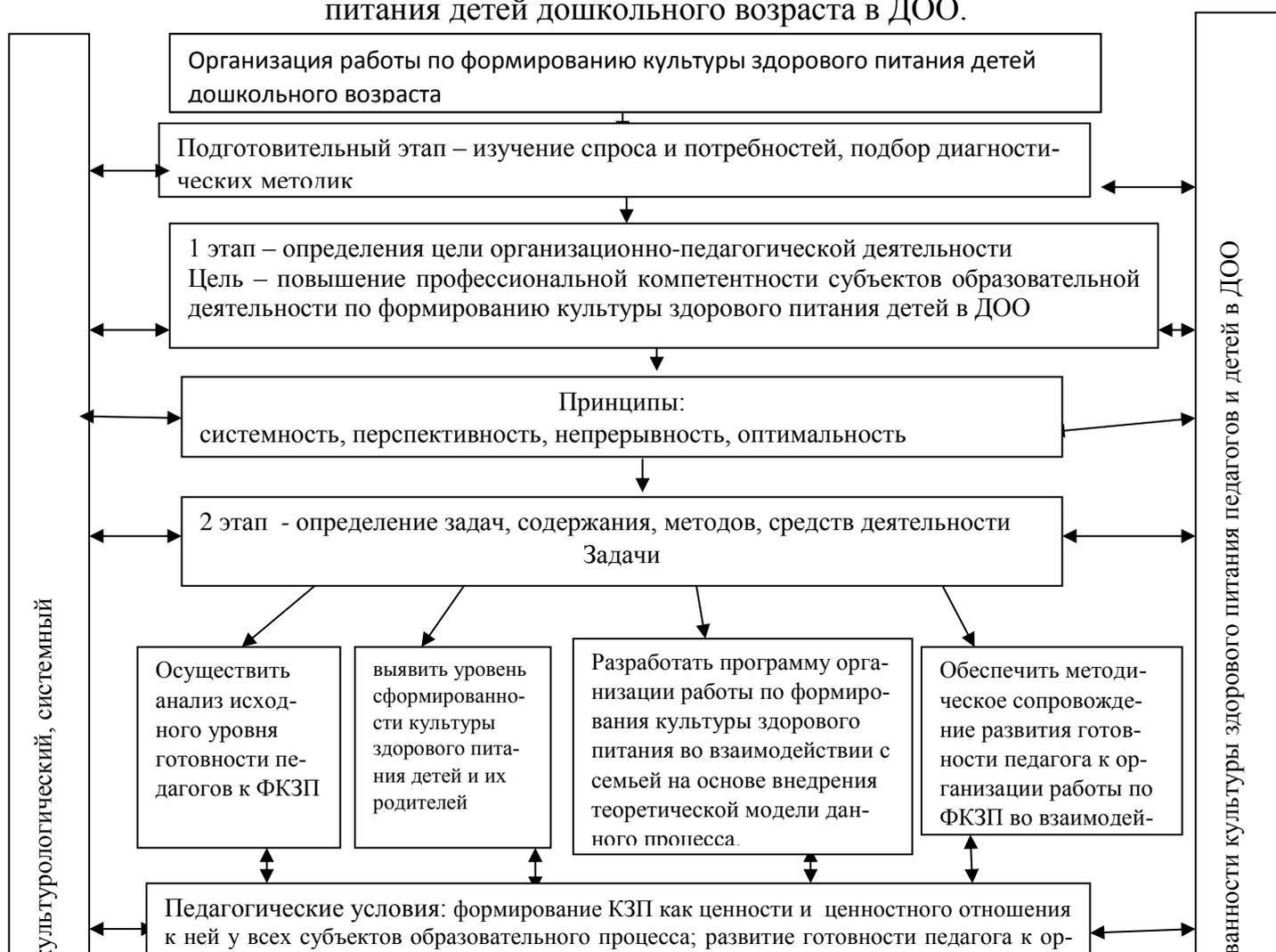
Профессиональный компонент является необходимым условием эффективности здоровьесозидающей педагогической деятельности и предполагает использование принципов, средств и методов, приемов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их качеством здоровьесозидания.

Опираясь на исследования А.Г. Маджуги и И.А. Сенициной, мы определили принципы развития готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста:

- принцип холистичности позволяет рассматривать потенциал развития деятельности педагогов с позиций целостного подхода, основанного на представлении об оптимальном соотношении духовной, душевной и телесной составляющих природы человека, образующих внутреннее единство;
- гуманистический принцип предполагает переоценку всех компонентов образовательного процесса, признавая ценностью не только дошкольника, его права на свободу, счастье, здоровье, но и педагога, состояние его телесного, душевного и духовного здоровья;
- герменевтический принцип предполагает признание педагогами здоровьесозидающей деятельности профессионально значимой и приобщение их в связи с этим к сознательному овладению теорией и практикой формирования, сохранения и совершенствования здоровья обучающихся;

Таблица 1.2

Модель организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в ДОО.



– принцип социальной значимости позволяет считать, что получаемый педагогом индивидуальный опыт созидания собственного здоровья приобретает общественную значимость, поскольку педагог как носитель культуры здоровья способен распространять идеи, образцы и нормы здоровьесбережения, формировать здоровьесориентированный стиль поведения в социуме;

– принцип субъектности позволяет рассматривать педагога как субъекта здоровьесозидающей деятельности, обладающего аксиологичностью, ответственностью, креативностью (63).

Для эффективной организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста важно сформировать компоненты культуры здорового питания.

В нашем представлении, культура здорового питания представляет собой совокупность знаний, умений, сознательно сформированных навыков, направленных на поддержание и укрепление здоровья, положительное отношение к здоровому питанию. Культура здорового питания – сложное многоаспектное явление, которое включает разные структурные элементы: когнитивный, мотивационно-ценностный и деятельностный.

На основе анализа педагогической литературы нами была разработана теоретическая модель организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации (таблица 1.2). Модель является теоретической основой процесса организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста и включает четыре этапа:

- подготовительный этап: изучение спроса и потребностей, подбор методов, диагностических методик;

- первый этап: выбор цели организационно-педагогической деятельности, методологических подходов, принципов.

- второй этап: определение задач организационно-педагогической деятельности и педагогических условий.

- третий этап, организационно-деятельностный: обозначение основных направлений и содержания организационно-педагогической деятельности, направленные на реализацию задач нашего исследования.

- четвертый этап - результативно-оценочный: результат организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста, что включает в себя повышение качества образовательного процесса в ДОО на основе внедрения в практическую деятельность педагогического коллектива разработанной программы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста.

Таким образом, анализ научных исследований показал отсутствие конкретных разработок исследователей, направленных на изучение готовности педагога к организации деятельности по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста. Проанализировав ряд научно-методических источников, готовность педагога к организации деятельности по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в своем исследовании мы представили как целостное интегральное образование личности педагога, отражающее готовность к организации деятельности по формированию культуры здорового питания дошкольников и включающее в себя когнитивный, мотивационно-ценностный и деятельностный компоненты.

Развитие готовности педагога к организации деятельности по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста осуществляется вследствие реализации определенных педагогических условий. Комплекс организационно-педагогических условий эффективного управления ДОО должен реализовывать неизменную целостность условий управления с постоянным внедрением современных образовательных технологий, которые смогут легко адаптироваться и интегрироваться для достижения эффективности процесса управления.

Выводы по первой главе.

На современном этапе развития образования отмечается недостаточное количество исследований, посвященных изучению проблемы организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации. Анализ научных исследований показал отсутствие конкретных разработок, направленных на разрешение обозначенной проблемы. В имеющихся разработках указывается актуальность проблемы подготовки педагогов к здоровьесориентированной деятельности в ДОО.

В настоящее время в литературе не представлено определение понятия «организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации». Данное понятие определяется через организацию работы по формированию здорового образа жизни дошкольников. Таким образом, под готовностью к работе по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста следует понимать профессиональное свойство педагогов, которое выражается в степени усвоения ими определенных навыков и знаний культуры здорового питания, направленного на сохранение собственного здоровья, здоровья воспитанников.

Развитие готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста должно осуществляться при методическом сопровождении, самообразовании воспитателей, использовании новых технологий, реализации соответствующих педагогических условий, создании возможностей для проявления личностных и профессиональных качеств.

Наиболее оптимальным способом управления, с помощью которого обеспечивается успешное взаимодействие субъектов и формирование условий эффективного управления ДОО, на наш взгляд является программно-целевой метод управления. Он указывает на важность контрольно-

аналитической деятельности и создание оптимальных условий эффективного управления ДОО.

## **ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

### **2.1. Анализ организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации**

Актуальность и недостаточная разработанность проблемы организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации побудили нас провести исследование, связанное с решением ряда задач в этом направлении. Анализ данных полученных в ходе пилотажного исследования, проведенного среди 90 педагогов (руководителей, старших воспитателей, воспитателей) из разных ДОО города Строителя, Белгородской области и г. Белгорода по вопросам организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в детских образовательных организациях, показал, что 92% опрошенных считают необходимым повысить уровень компетентности всех субъектов образовательной деятельности по формированию культуры здорового питания детей в дошкольных образовательных организациях. При этом особое внимание, по их мнению, необходимо уделять систематичности работы по формированию культуры здорового питания детей, улучшению методического обеспечения организации этой работы, повыше-

нию профессионального уровня педагогов, совместной работе ДОО с родителями в этом направлении.

Анализ годовых планов некоторых ДОО г. Белгорода и Белгородской области на этапе пилотажного обследования показал, что данная задача по формированию культуры здорового питания детей не является приоритетной. Анализ программ основных общеобразовательных программ ДО, планов работы воспитателей не выявил в них определение условий, необходимых для формирования культуры здорового питания. Данный факт доказывает необходимость разработки программы организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в ДОО.

В экспериментальную группу нашего исследования были включены 12 педагогов МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №4 Улыбка» г. Строитель Яковлевского района Белгородской области». В контрольную группу вошли 18 педагогов МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №6 «Алёнушка» г. Строитель Яковлевского района Белгородской области».

В начале нашей экспериментальной работы был проведен констатирующий этап в экспериментальной и контрольной группах ДОО г. Строителя. Целью было выявление состояния организации работы по формированию культуры здорового питания всех субъектов ДОО. Для достижения данной цели были поставлены следующие задачи:

- осуществить анализ исходного уровня готовности педагогов к формированию культуры здорового питания детей;
- выявить уровень сформированности культуры питания у детей и их родителей;
- разработать программу организации работы по формированию культуры здорового питания во взаимодействии с семьей на основе внедрения теоретической модели данного процесса;
- обеспечить методическое сопровождение развития готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания во взаимодействии с семьей.

Для решения первой задачи были разработаны структурные компоненты и соответствующие им критерии, необходимые для выявления уровня развития готовности педагогов к организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации:

- когнитивный компонент - характеризуется полными, существенными, конкретными знаниями о сущности здорового питания, особенностях формирования культуры здорового питания, её структуре и содержании; педагоги хорошо ознакомлены с организацией работы в ДОО и семьей, технологиями развития готовности педагогов к организации работы по формированию культуры здорового питания; они в достаточной степени обладают навыками культуры здорового питания, умениями организации среды, знаниями методик и технологий организации работы, а также навыками рефлексии собственной деятельности по приобщению дошкольников к культуре здорового питания;

- мотивационно-ценностный – включает осознание педагогами здоровья как ценности, основывается на их положительном отношении к своему здоровью, здоровому питанию, культуре здорового питания, тем самым побуждая детей к получению знаний, выработке полезных пищевых привычек и проявлению стойкого интереса к культуре здорового питания в повседневной жизнедеятельности»;

- деятельностный компонент - включает в себя умение реализовывать приобретенные знания, умения и навыки в развитии культуры здорового питания в профессиональной деятельности; владение соответствующими образовательными технологиями, осуществляемыми в работе с детьми и родителями.

На основе выделенных критериев были определены соответствующие им уровни развития готовности педагогов к организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации: высокий, средний, низкий.

Высокий уровень: этому уровню относятся педагоги, у которых полные, существенные, конкретные знания о здоровом питании и его культуре; они бережно относятся к своему здоровью, рассматривая его как ценность; проявляют устойчивый положительный интерес к культуре здорового питания и используют приобретенные знания, умения и навыки культуры здорового питания в профессиональной деятельности.

Средний уровень: к этому уровню относятся педагоги, у которых существенные, конкретные знания о здоровом питании и культуре его формирования у детей дошкольного возраста. Однако, эта категория педагогов, к своему здоровью не проявляет должного внимания, у них отсутствует устойчивый положительный интерес к проблеме культуры здорового питания; они не в достаточной степени используют приобретенные знания, умения и навыки развития здорового питания в профессиональной деятельности.

Низкий уровень: к этому уровню относятся педагоги, у которых отсутствуют полные, конкретные знания о здоровом питании в целом и дошкольника в частности. У них отсутствует должное внимание к своему здоровью, они не проявляют интерес к проблемам культуры здорового питания, не используют знания, умения и навыки культуры здорового питания в профессиональной деятельности.

В соответствии с выделенными компонентами и уровнями развития готовности педагогов к организации работы по формированию культуры здорового питания детей в ДОО был подобран диагностический инструментарий (Табл. 2.1).

Таблица 2.1.

Диагностический инструментарий выявления готовности педагогов к организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации

Компоненты	Методики	Уровни
Когнитивный	Анкета по выявлению развития	Высокий

	готовности педагога к формированию культуры здорового питания детей	Средний
		Низкий
Мотивационно-ценностный	Методика «Ценностные ориентации» (М. Рокич)	Высокий
		Средний
		Низкий
Деятельностный	Оценка готовности и адаптированности личности к педагогической деятельности	Высокий
		Средний
		Низкий

Диагностику готовности педагогов к организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации мы начали с выявления уровня сформированности когнитивного компонента (Приложение 1). Анкетирование проводилось одновременно в экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) группах.

Обработка полученных результатов, представленных в таблице 2.3. (Приложение 2) показала, что в ЭГ- 33,33% и в КГ– 44,44% педагогов затрудняются дать утвердительный ответ о своей осведомленности о сущности здорового питания и особенностях формирования культуры здорового питания дошкольника. Об особенностях, структуре и содержании культуры здорового питания осведомлены в ЭГ - 41,67%, а в КГ - 44,44% педагогов. В экспериментальной и контрольной группах - 50% педагогов осведомлены о технологиях развития готовности педагогов к организации работы по формированию культуры здорового питания и организации работы в обозначенном направлении, 50% затруднялись ответить.

Анализ навыков здорового питания, организации среды для формирования культуры здорового питания показал, что 50% воспитателей обеих групп обладают этими навыкам. Владение знаниями методик и технологий организации работы показали в обеих группах ЭГ и КГ - 50% воспитателей. Осознание рефлексии собственной деятельности педагогов по приобщению

детей дошкольного возраста к культуре здорового питания проявили в ЭГ только 41,67% педагогов, а в КГ лишь 50% воспитателей.

Представим данные когнитивного компонента по развитию готовности к организации работы по формированию культуры здорового питания детей на рисунке 2.1.

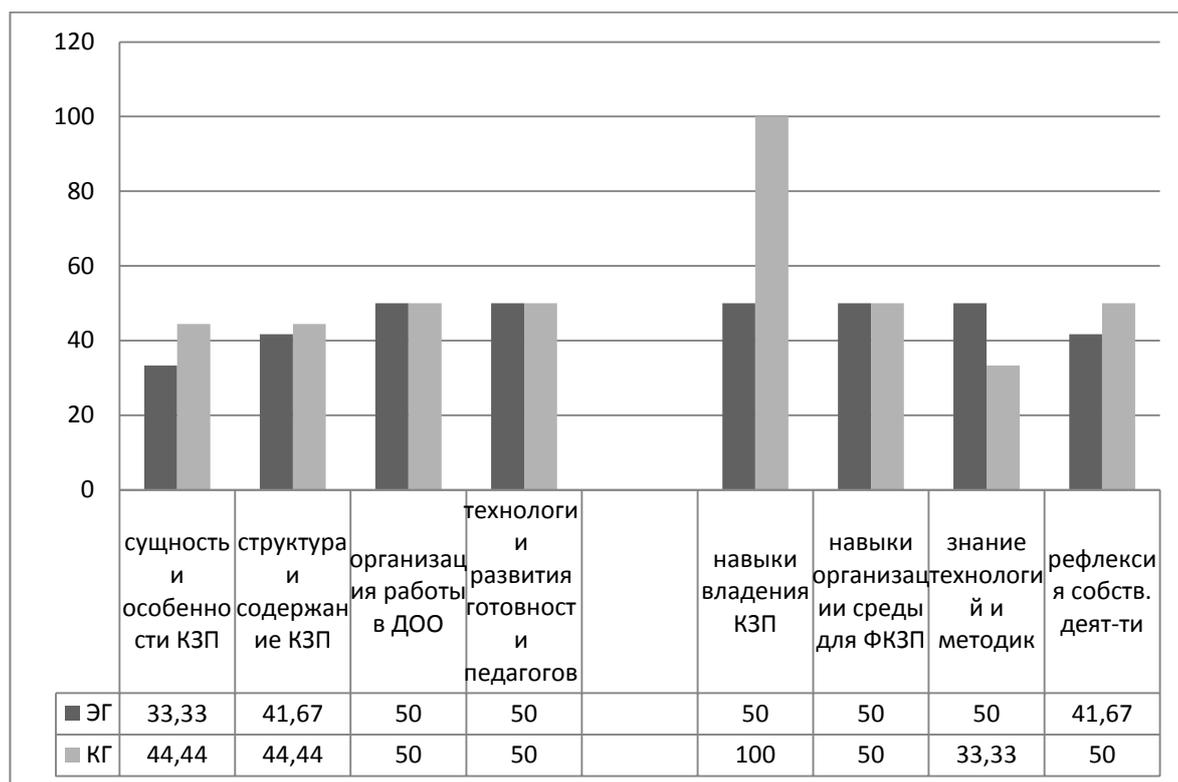


Рис. 2.1. Показатели развития готовности педагогов к организации работы по формированию культуры здорового питания ЭГ и КГ (%)

Обобщая результаты данного анкетирования по выявлению когнитивного компонента развития готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста, можно сделать вывод, что данный компонент в обеих группах (экспериментальной и контрольной) хорошо развит. Педагоги в достаточной степени осведомлены о знаниях, содержании и структуре культуры здорового питания; ознакомлены с рядом аспектов организации работы в ДОО и семье, с

отдельными технологиями развития готовности педагогов к организации работы по формированию культуры здорового питания.

Следующим этапом нашего констатирующего эксперимента было изучение в обеих группах профессионально значимых ценностных ориентаций педагогов.

Ценностные ориентации в нашем исследовании изучались с помощью методики М. Рокича. Кроме того, используя метод экспертных оценок, мы выделили из 18 терминальных и 18 инструментальных ценностей, представленных в этой методике, по 5 профессионально значимых ценностей важных для нашего исследования (Приложение 3).

Отбор значимых для нашего исследования ценностей из общего списка позволил нам более детально проанализировать их наличие или отсутствие в профессионально значимой сфере.

Список А (терминальные ценности) включал: «здоровье» (физическое и психическое), «уверенность в себе» (внутренняя гармония, свобода от внутренних противоречий, сомнений); «активная деятельная жизнь» (полнота и эмоциональная насыщенность жизни); «развитие» (работа над собой, постоянное физическое и духовное совершенствование); «интересная работа».

Список Б (инструментальные ценности) включал: «образованность» (широта знаний, высокая общая культура); «самоконтроль» (сдержанность, самодисциплина); «исполнительность» (дисциплинированность); «аккуратность» (чистоплотность), умение содержать в порядке вещи, порядок в делах); широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные вкусы, обычаи, привычки).

Распределение терминальных ценностей у педагогов представлено в таблице 2.4 (Приложение 4).

Из таблицы 2.4. видно, что в ЭГ наиболее значимой ценностью для педагогов является «материально обеспеченная жизнь» (33,33%), в то время как педагоги КГ наиболее значимой ценностью выделяют «здоровье» (33,33%). Такой выбор приоритетов ценностей можно обосновать тем, что ценность

«материально обеспеченная жизнь» связана с неудовлетворенной потребностью в достаточном материальном комфорте. Однако, в контрольной группе выбор ценности «здоровье» означает ощущение внутреннего недомогания, дискомфорта. Но как бы там ни было, педагоги всегда испытывают недомогание, и вынуждены учитывать это обстоятельство при реализации своих планов в своей повседневной деятельности. При таком состоянии здоровья они очень высоко ценят «здоровье», могут увлекаться различными оздоровительными системами, поскольку дефицит здоровья, как актуальную реальность испытывают почти всегда.

На втором месте в экспериментальной группе следовали ценности «интересная работа» (41,67%); педагоги же контрольной группы показали большую ориентированность на «интересную работу» и «уверенность в своих силах» (22,22% ; 22,22%). Эти ценности предполагают всегда достаточную самореализацию в конкретном и интересном деле. Прежде всего, это средство реализовать себя, а не только способ зарабатывать деньги.

В ЭГ также высоко оценивается «здоровье» 33,33%, «активная деятельная жизнь» - 25% и «уверенность в своих силах» 25%. В КГ среди термальных ценностей популярны «материально обеспеченная жизнь» - 16,67% и «активная деятельная жизнь»- 22,22%. Выбор ценности «активная деятельная жизнь» означает нереализованную потребность в активной постоянной деятельности, стремление вести активный образ жизни, общаться с людьми.

Наглядно представим эти данные на рисунке 2.2.

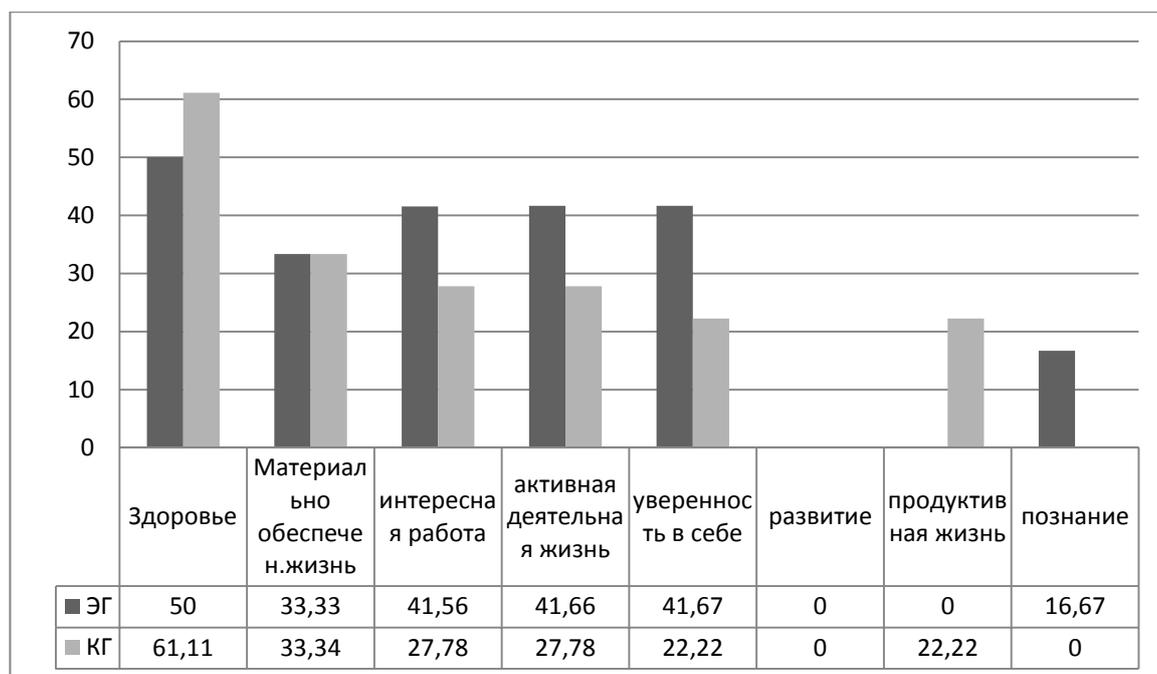


Рис.2.2. Диаграмма данных терминальных ценностей педагогов в ЭГ и КГ группах на констатирующем этапе.

Среди инструментальных ценностей, таблица 2.5 (Приложение 5), наиболее часто педагоги выбирали «самоконтроль» (ЭГ - 33,33%, КГ - 27,78%), «исполнительность» и «образованность» в ЭГ составляли по 25%, в КГ популярна «эффективность в делах» - 27,78%. «Эффективность в делах» не менее значима и в ЭГ (33,33%). Что является наиболее интересным, инструментальные ценности представляют собой, скорее всего, список наиболее значимых для человека качеств,

Наглядно данные инструментальных ценностей представлены на рисунке 2.3.

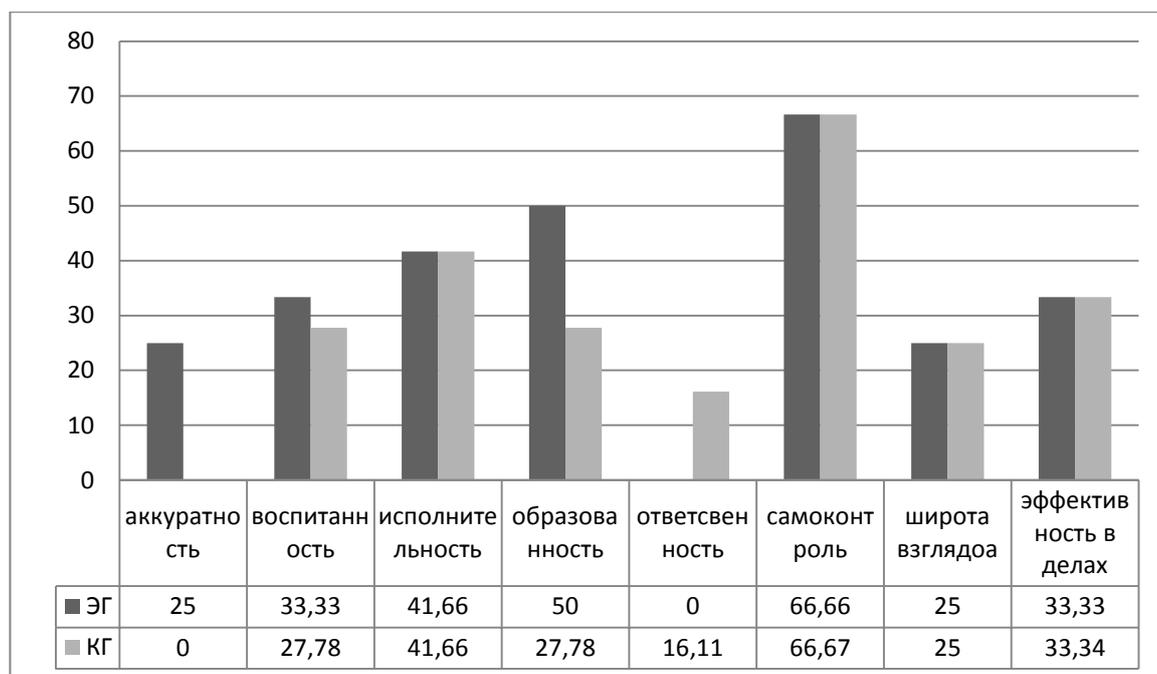


Рис. 2.3 Показатели инструментальных ценностей у педагогов ЭГ и КГ групп на констатирующем этапе исследования

Таким образом, в ходе констатирующего этапа исследования был выявлен ряд параметров развития готовности педагогов к организации работы по формированию культуры здорового питания детей ДОО, которые требуют корректировки в заданном направлении. А именно: «здоровье», «уверенность в себе», «развитие», «познание», «аккуратность», «образованность, исполнительность, самоконтроль и широта взглядов.

Выявление уровня сформированности деятельностного компонента мы осуществляли с помощью оценки готовности и адаптированности личности к педагогической деятельности (Приложение 6).

Анализируя данные таблицы 2.6. (Приложение 7), отражающие профессиональные личностные качества педагогов ДОО, принявших участие в нашем исследовании, следует отметить, что достаточно хорошо развиты все качества у большинства испытуемых. Такие качества как работоспособность, адаптированность, самоуправляемость, уверенность в своих силах, напрямую связанные с осознанием здоровья как ценности, имели большинство педаго-

гов в экспериментальной и в контрольной группах – имели средний уровень выраженности.

Наглядно представим эти данные на рисунке 2.4.

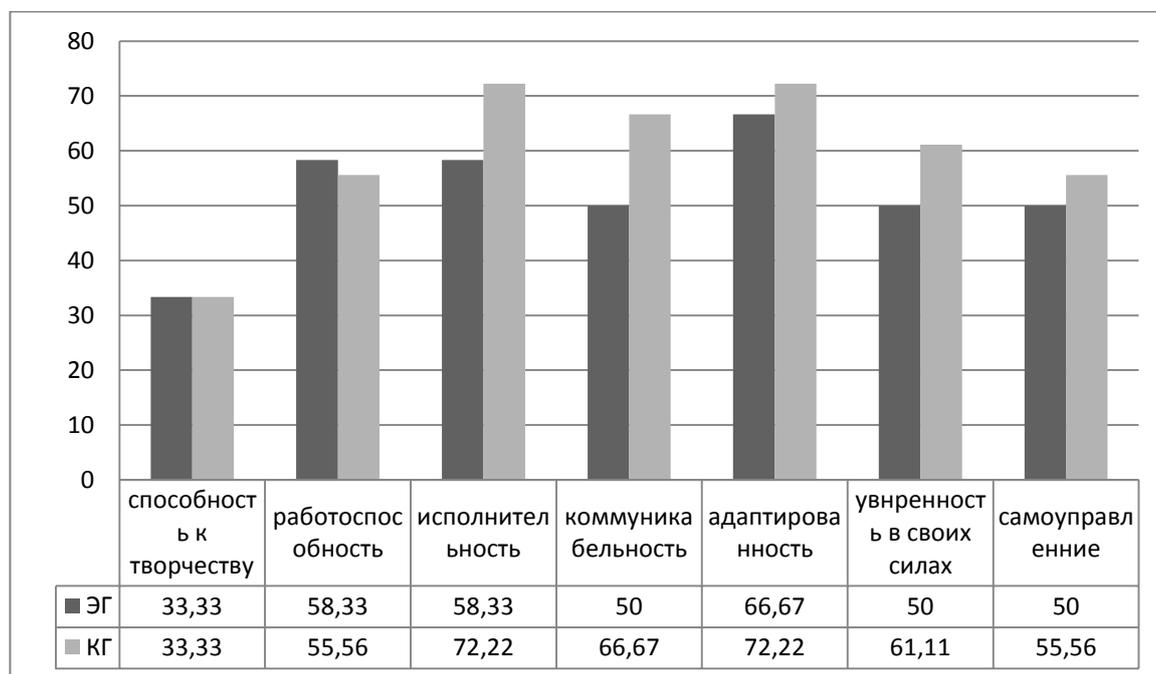


Рис. 2.4. Результаты оценки готовности и адаптированности педагогов в экспериментальной и контрольной группах на констатирующем этапе исследования

Диагностическое исследование формирования культуры здорового питания детей мы построили с учетом компонентов сформированности культуры питания детей и соответствующих им критериев: первый критерий – сформированность представлений о культуре здорового питания, второй критерий - отношение к вредным пищевым привычкам, третий критерий – внутренняя мотивация к формированию культуры здорового питания. В связи с этими критериями были выделены соответствующие им уровни сформированности: высокий, средний и низкий с опорой на следующие показатели:

- высокий уровень: ребенок имеет четкое представление о понятии «культура здорового питания»; отрицательно относится к вредным привычкам; настроен на формирование культуры здорового питания;

- средний уровень: ребенок имеет смутное представление о понятии «культура здорового питания»; представления о вредных пищевых привычках у него неглубокие; не всегда стремится «настроить себя» на формирование культуры здорового питания;

- низкий уровень: ребенок не имеет представления о понятии «культура здорового питания»; не отрицает вредных привычек; не считает, что человек должен формировать культуру здорового питания.

Исследование проводилось индивидуально с каждым ребенком. В нем участвовало 20 детей старшей группы МБДОУ детский сад «Улыбка» г. Строитель».

Для выявления уровня сформированности различных компонентов (когнитивный, ценностный, деятельностный) культуры здорового питания использовался комплекс диагностических методик (Приложение 8).

Наряду с представленным диагностическим материалом в работе с детьми старшего дошкольного возраста предусматривалось проведение индивидуальных бесед, выполнение ими соответствующих заданий, наблюдение за их поведением в естественных и специально созданных ситуациях.

Результаты по выполнению этих заданий детьми внесены в таблицу 2.7. (Приложение 9). Обработка полученных результатов выявила, что только у трех дошкольников (15%) наблюдается высокий уровень представлений о культуре здорового питания. Эта группа детей относится отрицательно к вредным пищевым привычкам и положительно настроена на формирование культуры здорового питания, знания о правилах поведения за столом, навыках приема пищи, знания речевого этикета применяют ежедневно.

12 человек (60%) из 20 детей имеют средний уровень. Эти дети проявляют смутное представление о «культуре здорового питания»; имеют поверхностное представление о вредных пищевых привычках; не всегда стремятся «настроить себя» на формирование культуры здорового питания; знания о правилах поведения за столом, навыках приема пищи, знания речевого этикета применяют неполностью.

Низкий уровень показали 5 детей (25%), дети этой группы не имеют представления о «культуре здорового питания», не отрицают вредных привычек; не считают, что человек должен формировать культуру здорового питания; поведение за столом, навыки приема пищи, знания речевого этикета применяют изредка.

Данные диагностики уровня сформированности культуры здорового питания у детей в ходе констатирующего этапа отражены на рисунке 2.5.

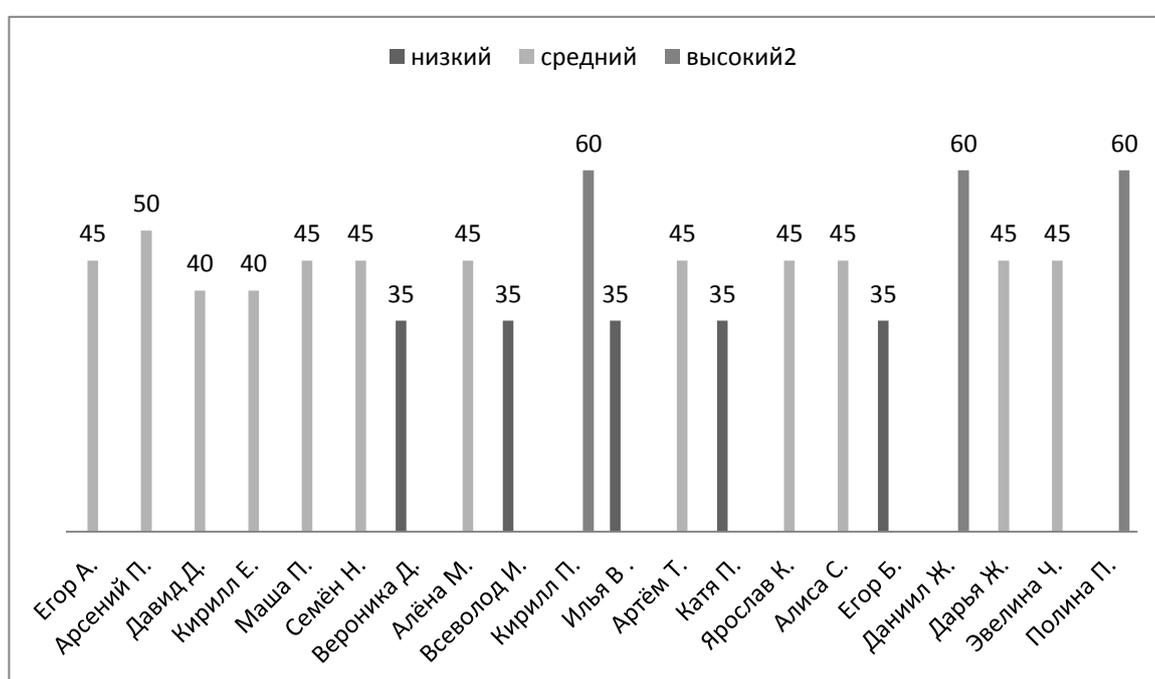


Рис. 2.5. Результаты диагностики уровня сформированности культуры здорового питания у детей в ходе констатирующего этапа

Итак, в ходе анализа данных комплекса диагностических методик оказалось, что представления детей о культуре здорового питания были развиты в большей степени, нежели практические навыки и умения и их отношения к ним. Это свидетельствует о поверхностном знакомстве детей со здоровым питанием, бедности их опыта относительно культуры здорового питания. Полученные результаты констатирующего этапа экспериментальной работы

позволяют говорить о том, что у детей не сформированы: отношение к своему здоровью как ценности; понимание того, что здоровье необходимо не только беречь, но и укреплять, избавляясь от вредных пищевых привычек, подружившись с полезными.

Изучение уровня сформированности культуры здорового питания родителей было направлено на выявление родительской позиции. Задачей изучения уровня их сформированности было выяснение того, интересуются ли они информацией об организации работы в ДОО, удовлетворяет ли их уровень организации работы, каково их отношение к данной проблеме. Для решения поставленных задач было проведено анкетирование родителей, в котором приняли участие 20 человек (Приложение 10).

Результаты данного анкетирования продемонстрировали недостаточный уровень развития родительской позиции относительно культуры здорового питания детей. Ссылаясь на свою загруженность, они в редких случаях изучали предоставленную информацию в ДОО по данной проблеме. Осознание и понимание важности привития культуры здорового питания и осознано-правильного отношения к нему родители выделяют главной задачей в решении данной проблеме, но в то же время, в семье они жертвовали нормальным питанием своих детей ради быстроты и удобства

Таким образом, полученные результаты диагностики сформированности культуры здорового питания у всех субъектов образовательного процесса в ДОО показали необходимость проведения работы по повышению уровня сформированности культуры здорового питания.

2.2. Реализация модели организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации

Для реализации модели организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации, описанной в первой части, была разработана программа организации работы по формированию культуры здорового питания детей в ДОО (Приложение 11). Программа направлена на непрерывное повышение и совершенствование профессионального мастерства педагогов; формирование профессиональной среды, способствующей успешному творчеству педагогов; повышение мотивации педагогов в освоении нового передового педагогического опыта; применение в образовательном процессе новых педагогических форм, методов, технологий формирования культуры здорового питания детей в ДОО.

На данном этапе мы приступили к проверке условий гипотезы, внедряя ранее описанную нами модель организации работы по формированию культуры здорового питания детей в ДОО. При этом мы опирались на соответствующие принципы: системность, перспективность, непрерывность, оптимальность. На основе данных диагностики нами было осуществлено аксиологическое целеполагание, то есть мы определяли основную цель реализации разработанной модели организации работы по формированию культуры здорового питания детей в ДОО. При этом, мы стремились реализовать основные идеи личностно-ориентированного, системно-деятельностного и культурологического подходов, обеспечивая достаточный уровень профессиональной компетентности педагогов необходимый для достижения нашей цели.

Вся работа строилась в соответствии с моделью организации работы по формированию культуры здорового питания (п.1.3.).

Подготовительный этап включал в себя изучение спроса и потребностей субъектов образовательной деятельности, подбор диагностических методик.

Первый этап включал выбор цели организационно-педагогической деятельности – повышение профессиональной компетентности субъектов обра-

звательной деятельности по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в ДОО.

Второй этап заключался в определении задач, содержания методов, средств деятельности. Задачи – выявить уровень готовности педагогов к формированию культуры здорового питания детей; разработать программу организации работы по формированию культуры здорового питания во взаимодействии с семьей; обеспечить методическое сопровождение развития готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания во взаимодействии с семьей.

Педагогические условия: формирование культуры здорового питания как ценность и их ценностное отношение у всех субъектов образовательного процесса, развитие готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста, разработка и внедрение модели организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в ДОО.

Для формирования ценностного отношения к культуре здорового питания у педагогов необходимо постоянное расширение личного жизненного опыта, что определяет педагогическую задачу - создание условий для постоянного взаимодействия с окружающим миром и друг с другом. Образовательный процесс необходимо строить так, чтобы помочь каждому ребенку гармонизировать отношения с самим собой и окружающим миром с помощью навыков самопознания, личных потребностей и их удовлетворения, саморазвития, формирования постоянного стремления к профессионализму.

Реализация аксиологического подхода ставит цель – формирование и развитие у всех субъектов образовательной деятельности индивидуальной системы ценностей и ценностных ориентаций на культуру здорового питания.

Согласно личностно-ориентированному подходу, мы рассматриваем личность как субъект деятельности, которая формируясь в процессе этой деятельности и общения, определяет характер этой деятельности. Перед педа-

гогом стояла задача – организовывать процесс так, чтобы он обладал системой функций, адекватных структуре личности, и одновременно с усвоением знаний и умений, формировал личность в целом.

Культурологический подход в нашем исследовании осуществлялся как познание (потребление культуры), действие (принятие культурных ценностей) и создание (создание новых ценностей, которые становятся основой для развития этих ценностей).

Системный подход предусматривал целесообразность разработки здоровьеразвивающих программ обучения и воспитания, позволяющих сформировать систему ценностного отношения к здоровью.

Третий этап нашей модели организации работы по формированию культуры здорового питания определял подбор и подготовку исполнителей (организационно-педагогическую деятельность педагогического коллектива, медицинского и обслуживающего персонала, детско-родительского сообщества). Этот этап мы подразделяли на работу трех блоках, каждый из которых выполнял задачи с учетом специфики их деятельности. Направлен на оказание помощи всех субъектов образовательного процесса в решении вопросов направленных на формирование культуры здорового питания детей в ДОО.

Первый блок включал организационную деятельность, определял направление этой деятельности, разработку планов работы с педагогами, тематические педагогические советы, семинары, научно-практические конференции, деловые игры, проекты, родительские собрания по теме исследования, методические советы совместно с методистами по вопросам формирования культуры здорового питания.

Реализация целевого компонента модели в рамках этого блока осуществлялась в формах: лекции-диалоги на педагогических часах, участие в тематических методических объединениях, проведение деловых игр и семинаров-практикумов. Перед семинарами и лекциями – диалогами старший воспитатель рекомендовала педагогам познакомиться с литературой по решаемой проблеме, поразмышлять и ответить на поставленные вопросы.

На педагогических часах в дискуссионной форме рассматривались проблемы организация работы по формированию культуры здорового питания в ДОО с позиции субъекта профессиональной деятельности.

Старший воспитатель акцентировал внимание на том, что в соответствии с ФГОС ДО в структуру образовательной программы дошкольного образования входит образовательная область «Физическое развитие». Содержание образовательной области направлено на совершенствование функциональных возможностей детского организма; приобретение опыта в образовательной деятельности, способствующего правильному формированию культуры здорового питания. В обобщенном виде можно констатировать, что комплексная реализация этих задач обеспечивает целостный процесс личности ребенка в формировании культуры здорового питания.

Все эти формы работы с педагогами предполагали обеспечение активной включенности в анализ целей и ценностей процесса формирования субъекта профессиональной деятельности педагогов, их соотнесение со своей личностно-ориентированной позицией.

Через многообразие методов работы, предусматривающих обратную связь, возможно формирование рефлексивной позиции педагогов, обеспечение личностного понимания профессиональных задач в контексте формирования позиции субъекта профессиональной деятельности педагогов ДОО.

Второй блок – учебно-методическая деятельность педагогов - характеризуется как деятельность по созданию и взаимодействию участников образовательного процесса определенными способами и средствами, необходимыми для достижения цели: повышение квалификации, система работы МО, проведение открытых мероприятий (недели педагогического мастерства), обобщение и распространение передового педагогического опыта, организация самообразовательной работы педагогов. Главная задача блока - повышение уровня методической грамотности педагогов в вопросах личностной позиции при решении задач формирования культуры здорового питания и в сфере всей деятельности в ДОО. На этапе реализации данного блока в каче-

стве координатора работы педагогического коллектива выступал старший воспитатель. В качестве основных форм работы выступали: работа творческих групп ДОО, наставничество, научно-методический совет ДОО, организация работы Школы молодого воспитателя и др.

Третий блок – система контроля ДОО – предназначалось для стимулирования деятельности педагога и оценки полученных результатов. Он включал контроль над уровнем реализации программ и технологий дошкольного образования, контроль над состоянием образовательной работы с детьми, контроль над ведением документации, работа с родителями, разработка методических пособий и рекомендаций, результативность освоения новых программ и технологий.

Четвертый этап – включал оценку параметров организационно-педагогической деятельности в реализуемом направлении.

Результатом внедрения данной модели явилось повышение качества образовательного процесса в ДОО на основе внедрения в практическую деятельность педагогов разработанной программы.

Таким образом, работа в рамках реализации данной программы позволила обогатить знания педагогов о культуре здорового питания и современных технологиях её формирования в ДОО.

Организация работы по формированию культуры здорового питания детей в МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №4 Улыбка» г. Строитель Яковлевского района Белгородской области осуществлялась на основе описанной выше модели в ходе реализации программы. В процессе реализации программы «Культура здорового питания», содержащей следующие направления: внедрение культуры здорового питания в образовательный процесс, формирование культуры здорового питания у всех субъектов образовательного процесса.

Содержание разработанной нами программы было реализовано на формирующем этапе в виде соответствующего проекта (Приложение 15). Осуществление программы проходило ежедневно. Пример организации ра-

боты в реализуемом направлении был отражен в перспективно-тематическом планировании (Приложение 16).

В течение всего периода реализации программы педагогам ДОО оказывалось методическое сопровождение развития готовности педагогов к организации работы по формированию культуры здорового питания. Оказывалась методическая помощь в подготовке выступлений на семинарах, конференциях, педагогических советах, методических объединениях, педагогических часах и др. (Приложение 17).

В частности, наиболее востребованной стала поддержка в:

- разработке блоков и модулей образовательных программ, направленных на формирование культуры здорового питания;
- моделировании и апробации наиболее продуктивных инновационных педагогических технологий по формированию культуры здорового питания детей.

Таким образом, реализация модели организации работы по формированию культуры здорового питания посредством применения соответствующих технологий, приемов и средств, а также соблюдение определенных условий позволило не только обогатить здоровьесберегающую деятельность всех субъектов образовательного процесса, но и способствовали повышению их уровня культуры здорового питания.

### 2.3. Динамика эффективности организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации

С целью оценки эффективности реализации разработанной нами программы организации работы по формированию культуры здорового питания детей, был проведен контрольный этап экспериментальной работы. На дан-

ном этапе был использован тот же диагностический инструментарий, что и на констатирующем этапе исследования.

Результаты диагностики когнитивного компонента педагогов на контрольном этапе эксперимента позволили отследить положительную динамику по всем диагностируемым параметрам. Результаты представлены в таблице 2.8.

Таблица 2.8.

Результаты диагностики когнитивного компонента педагогов на констатирующем и контрольном этапах эксперимента (%)

Вопросы	этапы	
	констатирующий, %	контрольный, %
Достаточно ли Вы осведомлены:		
о сущности здорового питания и особенностях формирования понятия «культура здорового питания» в сознании ребенка дошкольника	33,33	66,67
о структуре и содержании культуры здорового питания, особенности формирования культуры здорового питания у детей дошкольного возраста	41,67	66,67
об организации работы в ДОО и семьи	50,00	75,00
о технологиях развития готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания	50,00	75,00
В достаточной ли Вы степени обладаете:		
навыками культуры здорового питания	50,00	75,00
навыками организации среды для формирования культуры здорового питания	50,00	75,00
знаниями методик и технологий организации работы по формированию культуры здорового питания у детей дошкольного возраста	50,00	75,00
навыками рефлексии собственной деятельности по приобщению детей дошкольного возраста к культуре здорового питания	41,67	66,67

Результаты повторного анкетирования педагогов показали положительную динамику экспериментальной группы: на 25% у педагогов улучшились показатели когнитивного компонента. Полученные знания, навыки, тех-

нологии организации работы по формированию культуры здорового питания педагоги стали чаще применять в своей профессиональной деятельности.

Наглядно представим динамику когнитивного компонента у педагогов ЭГ на констатирующем и контрольном этапах (рис. 2.6.).

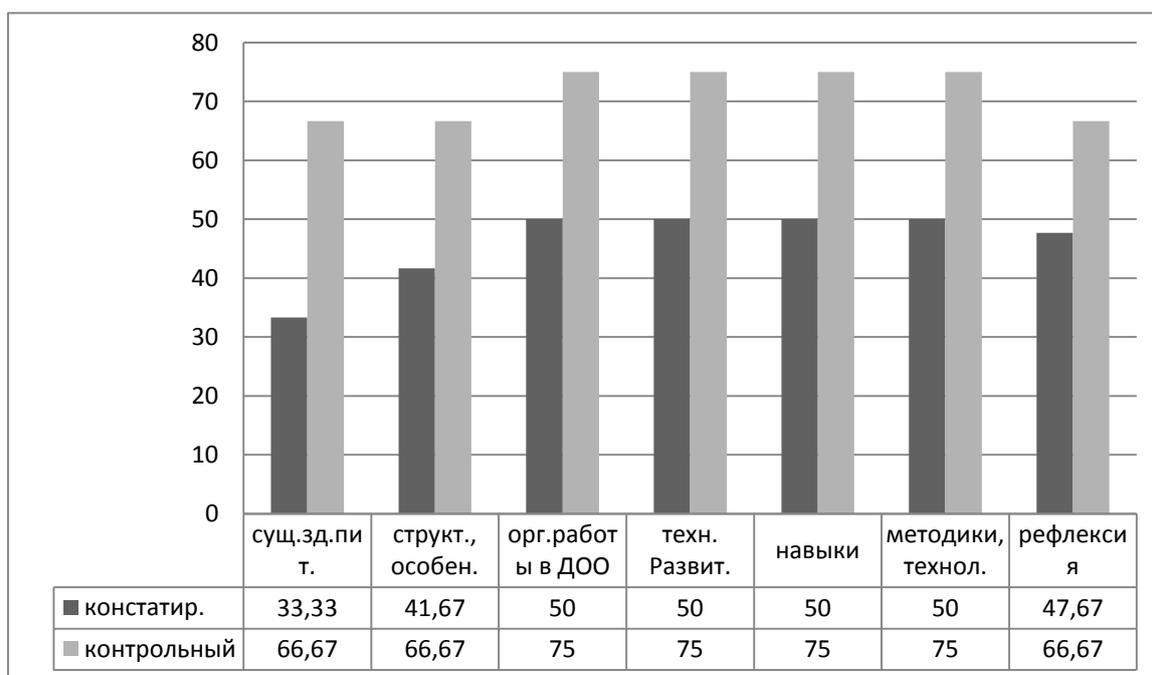


Рис 2.6. Динамика когнитивного компонента педагогов ЭГ на констатирующем и контрольном этапах эксперимента (%)

Представим данные терминальных ценностей в ЭГ на констатирующем и контрольном этапе исследования (Табл.2.9.).

Таблица 2.9.

Динамика результатов оценки значимости терминальных ценностей педагогов ЭГ

Терминальные ценности	Экспериментальная группа											
	Констатирующий этап						Контрольный этап					
	1		2		3		1		2		3	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Здоровье (физическое и психическое)	2	16,67	0	0	4	33,33	4	33,33	2	16,67	3	25,00

Материально обеспеченная жизнь	4	33,33	0	0	0	0	0	0	1	8,33	0	0
Развлечения	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Интересная работа	0	0	5	41,67	0	0	2	16,67	3	25,00	4	33,33
Активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни);	1	8,33	1	8,33	3	25,00	1	8,33	2	16,67	0	0
Наличие хороших и верных друзей	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Общественное призвание	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Свобода	0	0	2	16,67	0	0	0	0	0	0	0	0
Счастливая семейная жизнь	3	25,00	0	0	1	8,33	0	0	0	0	0	0
Счастье других	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Любовь	0	0	1	8,33	0	0	0	0	0	0	0	0
Уверенность в себе	1	8,33	1	8,33	3	25,00	3	25,00	4	33,33	3	25,00
Развитие	0	0	0	0	0	0	2	16,67	1	8,33	1	8,33
Продуктивная жизнь	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Познание	0	0	2	16,67	0	0	0	0	0	0	0	0
Творчество	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Красота природы и искусства	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Жизненная мудрость	1	8,33	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	12	100	12	100	12	100	12	100	12	100	12	100

Анализируя положительную динамику терминальных ценностей у педагогов ЭГ ДОО, мы можем отметить что, задачи, поставленные на формирующем этапе, выполнены. Заметна положительная динамика в выборе ценности «здоровье» - 33,33%, «уверенность в своих силах» - 33,33% и «интересная работа» 33,33%. Значительно сократилось число педагогов, которые ценность «материально обеспеченная жизнь» выбрали приоритетной. Цен-

ность «здоровье» стала наиболее значимой для них, потому как здоровье они считали – основой успеха их профессиональной деятельности. Показатели ценности «уверенность в своих силах» заняли одинаковые позиции. Педагоги, понимая значимость уровня своей компетентности в организации образовательной деятельности в исследуемом направлении стремятся повысить определили более приоритетный выбор такой ценности как «развитие».

Наглядно результаты представлены на рисунке 2.11.

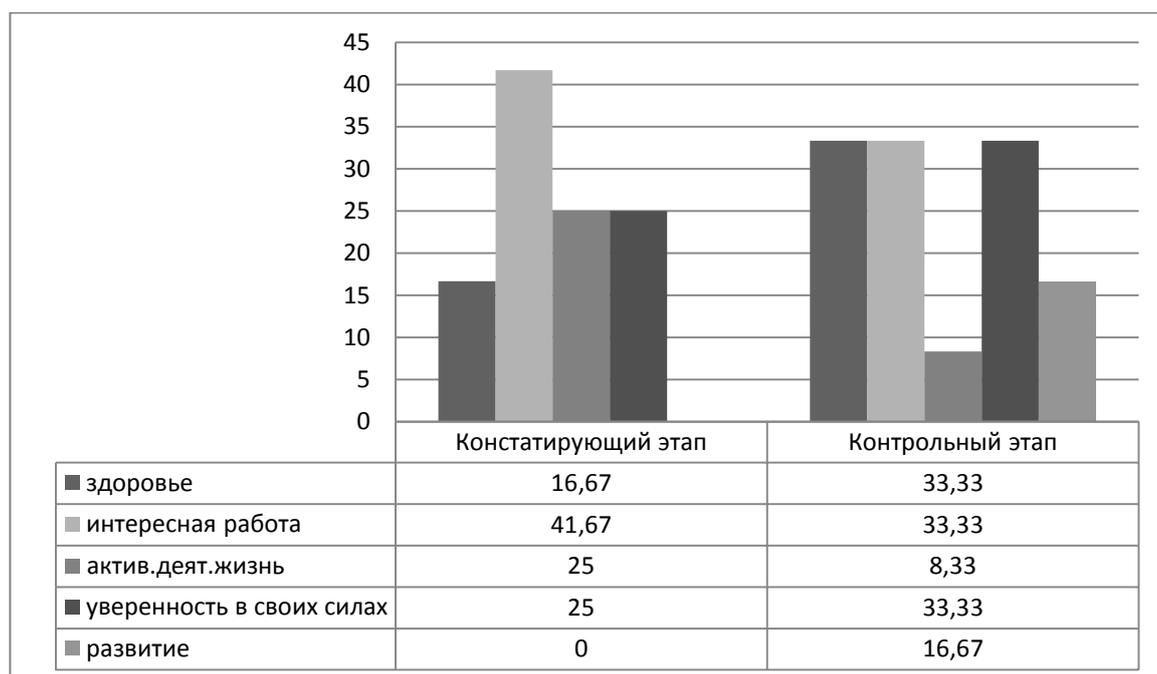


Рис. 2.7. Динамика результатов оценки значимости терминальных ценностей педагогов ЭГ

Результаты повторного исследования инструментальных ценностей также показали положительную динамику табл.2.10.

Таблица 2.10.

Динамика результатов оценки значимости инструментальных ценностей педагогов ЭГ по итогам формирующей программы

Инструментальные	Экспериментальная группа
------------------	--------------------------

ценности	Констатирующий						Контрольный					
	1		2		3		1		2		3	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Аккуратность	2	16,67	1	8,33	0	0	1	8,33	1	8,33	2	16,67
Воспитанность	0	0	3	25,00	1	8,33	0	0	0	0	0	0
Высокие запросы	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Жизнерадостность	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Исполнительность	3	25,00	1	8,33	1	8,33	3	25,00	3	25,00	3	25,00
Независимость	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Непримиримость к недостаткам в себе и в других	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Образованность	3	25,00	3	25,00	0	0	3	25,00	4	33,33	2	16,67
Ответственность	0	0	0	0	1	8,33	0	0	0	0	0	0
Рационализм	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Самоконтроль	4	33,33	3	25,00	1	8,33	5	41,67	3	25,00	2	16,67
Смелость в отстаивании своего мнения, своих взглядов	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Твердая воля	0	0	0	0	2	16,67	0	0	0	0	0	0
Терпимость	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Честность	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Чуткость	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Широта взглядов	0	0	1	8,33	2	16,67	0	0	1	8,33	2	16,67
Эффективность в делах	0	0	0	0	4	33,33	0	0	0	0	0	0
	12	100	12	100	12	100	12	100	12	100	12	100

Анализируя изменение в оценке инструментальных ценностей у педагогов ЭГ, мы можем отметить, что такие ценности как «самоконтроль» 41,67%, «образованность» 33,33%, «исполнительность» 25,00% стали занимать более высокие позиции. Это говорит о том, что в результате проведенного нами формирующего этапа по реализации разработанной программы педагоги стали более саморегулируемыми, самодисциплинированными, тем самым повышая параметры таких ценностей как образованность - 33,33% и исполнительность - 25,00%.

Наглядно данные динамики инструментальных ценностей у педагогов ЭГ представлены на рисунке 2.8.

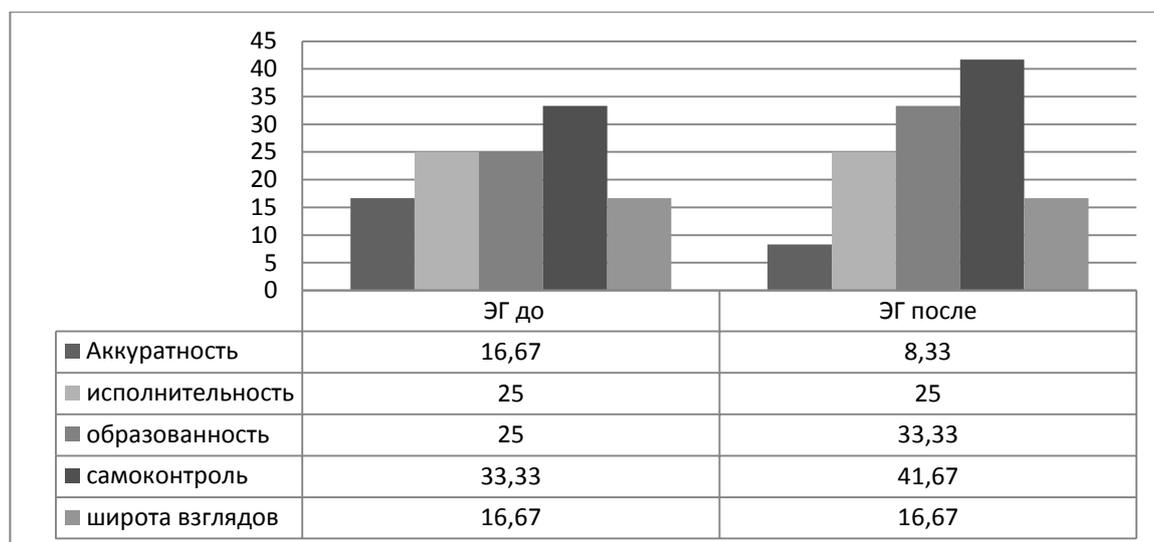


Рис. 2.8. Динамика результатов оценки значимости инструментальных ценностей педагогов ЭГ

В таблице 2.11. приведена динамика развития готовности и адаптированности педагогов экспериментальной группы к деятельности по формированию культуры здорового питания.

Таблица 2.11.

Динамика готовности и адаптированности педагогов экспериментальной группы к педагогической деятельности

Профессиональные личные качества	Уровни	Экспериментальная группа	
		до	после
Способность к творчеству	Высокий	33,33	33,33
	Средний	33,33	33,33
	Низкий	33,33	33,33
Работоспособность	Высокий	33,33	50,00
	Средний	58,33	25,00
	Низкий	8,33	25,00
Исполнительность	Высокий	33,33	33,33
	Средний	58,33	33,33
	Низкий	8,33	33,33
Коммуникабельность	Высокий	41,67	50,00
	Средний	50,00	33,33
	Низкий	8,33	16,67
Адаптированность	Высокий	25,00	33,33

	Средний	66,67	41,67
	Низкий	8,33	25,00
Уверенность в своих силах	Высокий	16,67	33,33
	Средний	50,00	41,67
	Низкий	33,33	25,00
Уровень самоуправления	Высокий	16,67	41,67
	Средний	50,00	33,33
	Низкий	33,33	25,00

Анализируя развитие профессиональных личностных качеств педагогов экспериментальной группы на контрольном этапе, мы можем отметить выраженную положительную динамику по шкалам «Работоспособность» (высокий уровень ЭГ до и после – 33,33% / 50,00%), «Адаптированность» (высокий уровень ЭГ до/после – 25,00% / 33,33%), «Уверенность в своих силах» (высокий уровень ЭГ до/после – 16,67% / 33,33%), «Уровень самоконтроля» (высокий уровень ЭГ до/после - 16,67% / 41,67%). Тогда как среди педагогов КГ выраженной динамики не выявлено.

Результаты динамики готовности и адаптированности педагогов ЭГ к педагогической деятельности показаны на рисунке 2.9.

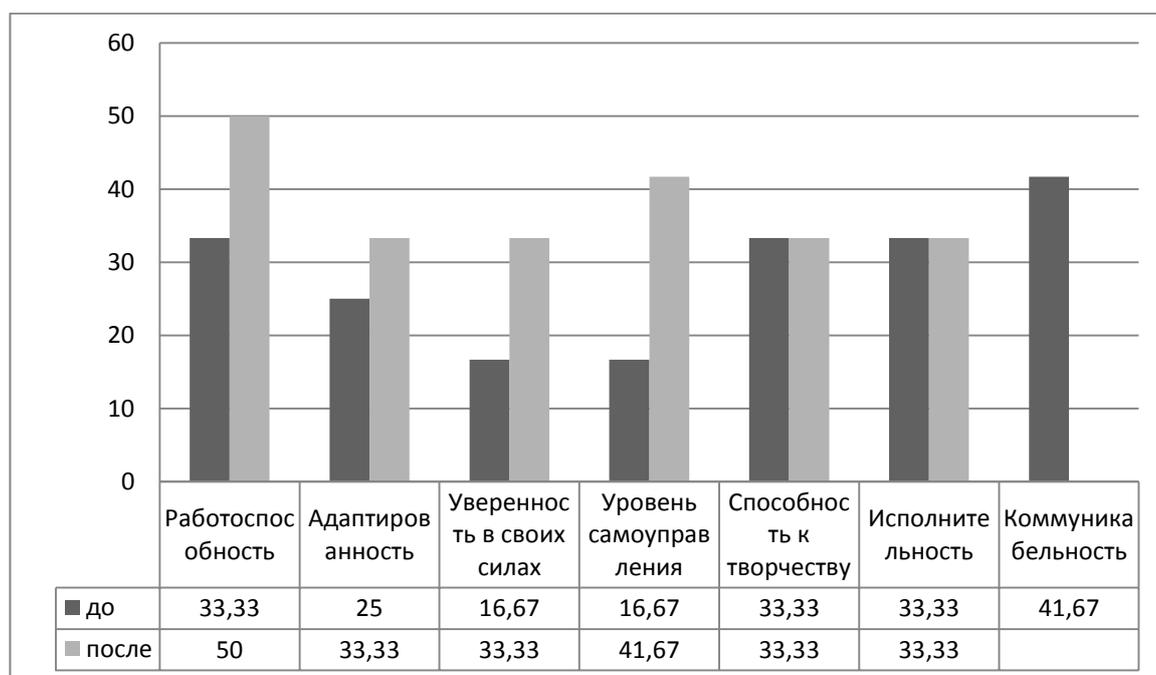


Рис. 2.9. Результаты динамики готовности и адаптированности педагогов ЭГ к педагогической деятельности

В ходе повторного этапа нашего исследования мы провели повторную диагностику уровня сформированности культуры здорового питания детей в МБДОУ детский сад №4 «Улыбка». Диагностический инструментарий использовался тот же, что и на констатирующем этапе.

Результаты динамики данных уровня сформированности культуры здорового питания у детей представлен в таблице 2.12.

Таблица 2.12.

Динамика данных уровня сформированности культуры здорового питания у детей

№ /№	Ф.И. детей	Данные диагностики представленной сформированности культуры здорового питания детей		Данные диагностики эстетики и культуры питания детей		Уровень сформированности культуры здорового питания детей	
		констатирующий, %	контрольный, %	Констатирующий-до, %	контрольный-после, %	до	после
1	Егор А.	45	60	40	60	средний	высокий
2	Арсений П.	50	60	45	55	средний	высокий
3	Давид Д.	40	50	40	50	средний	средний
4	Кирилл Е.	40	50	40	50	средний	средний
5	Маша П.	45	50	45	50	средний	средний
6	Семён Н.	40	50	45	50	средний	средний
7	Вероника Д.	40	50	35	50	низкий	средний
8	Алёна М.	50	60	40	60	средний	высокий
9	Всеволод И.	40	50	35	50	низкий	средний
10	Кирилл П.	60	75	60	70	высокий	высокий
11	Илья В.	40	50	35	45	низкий	средний
12	Артём Т.	45	50	45	50	средний	средний
13	Катя П.	40	50	35	40	низкий	средний
14	Ярослав К.	40	50	45	65	средний	высокий

15	Алиса С.	45	50	45	60	средний	высокий
16	Егор Б.	40	50	35	50	низкий	средний
17	Даниил Ж.	60	75	60	75	высокий	высокий
18	Дарья Ж.	45	50	40	50	средний	средний
19	Эвелина Ч.	45	65	40	50	средний	высокий
20	Полина П.	60	65	60	65	высокий	высокий

Анализ данных таблицы 2.12. показал достаточно хорошие показатели эффективности реализуемой программы на формирующем этапе. Высокий результат уровня сформированности достигли 9 человек (45%), а низкий уровень ни у кого не проявился. По результатам контрольного этапа ЭР средний уровень сформированности культуры здорового питания является преобладающим и составляет - 55%.

На заключительном этапе оценивалась эффективность проведенной экспериментальной работы по реализации программы организации работы по формированию культуры здорового питания детей в ДОО. У дошкольников уровень сформированности всех компонентов культуры здорового питания (когнитивного, мотивационно-деятельностного компонентов) повысился. Была отмечена положительная динамика компонентов готовности педагогов к организации работы по формированию культуры здорового питания. Все субъекты осознали культуру здорового питания как одну из жизненно важных ценностей.

В рамках проведенного нами эксперимента также было установлено, что уровень эффективности разработанной нами программы организации работы по формированию культуры здорового питания детей может существенно изменяться в зависимости от выполнения совокупности педагогических условий, предложенных в гипотезе.

Таким образом, уровень организации работы по формированию культуры здорового питания оказался выше в результате внедрения разработанной нами модели.

Выводы по второй главе

Исследуемая в данной главе эффективность организации работы по формированию культуры здорового питания детей в ДОО, зависела от продуманного внедрения модели организации работы по формированию культуры здорового питания детей старшего дошкольного возраста. При этом особую роль для осуществления работы в исследуемом направлении сыграло создание необходимых условий.

Исследование проводилось в двух группах: экспериментальная группа – МБДОУ детский сад №6 «Аленушка» и контрольная группа – МБДОУ детский сад №4 «Улыбка» Яковлевского района Белгородской области.

Анализ данных реализации модели организации работы по формированию культуры здорового питания детей показал положительную динамику сформированности основных компонентов культуры здорового питания у дошкольников и рост показателей уровня развития готовности педагогов решать задачи в исследуемом направлении.

В результате опытно-экспериментальной работы была подтверждена гипотеза о том, что эффективность организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации возможно при обеспечении более частных организационно-педагогических условий: осуществление своевременной диагностики; внедрение подходящих методов, форм, технологий в образовательную деятельность; разработка и реализация программы организации работы по формированию культуры здорового питания детей; систематический контроль за результатами осуществляемой работы.

## Заключение

Результаты проведенного теоретико-экспериментального исследования организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста свидетельствуют о достижении цели исследования и позволяют сделать следующие выводы:

1. Проблема культуры здорового питания человека и ее формирование в дошкольном возрасте стоит достаточно остро. Актуальность данной проблемы в теории и образовательной практике подчеркивалась многими исследователями. Однако она до настоящего времени недостаточно разработана. Анализ теоретических источников позволил уточнить содержание понятия культуры здорового питания, выявить его структурные компоненты. Под культурой здорового питания мы понимаем совокупность компетенций, помогающих человеку реализовать одну из базовых потребностей (пищевую потребность), и ведущих к сохранению и развитию физической, психической и духовно-нравственной составляющей здоровья.

2. Дошкольный возраст играет важную роль в формировании культуры здорового питания. В этом процессе взаимодействуют семья и дошкольные образовательные организации (ДОО). Результативность данного процесса во многом зависит от компетентно осуществляемой управленческой деятельности. К важнейшей функции управления относится функция организации, которая взаимодействует с такими управленческими функциями как контроль, педагогический анализ, принятие управленческих решений, планирование, регуляция. Реализация данной функции в ДОО представлена в разработанной нами модели организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста, состоящей из нескольких этапов и блоков.

3. В структуре данной модели организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста нами были выде-

лены следующие компоненты: цель, принципы, задачи, педагогические условия и результат, которые реализовывались в ходе четырех этапов (подготовительный, содержательный, организационно-деятельностный и оценочно-результативный). Основными подходами на основе которых разрабатывалась данная модель были аксиологический, культурологический, системный и личностно-ориентированный.

4. В ходе экспериментальной работы получила подтверждение гипотеза исследования, которая основана на предположении о том, что организация работы по формированию культуры здорового питания детей будет результативным, при следующих условиях:

1) сформированность ценностного отношения к культуре здорового питания как одной из основных жизненных ценностей.

2) развитие готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания, которая включает в себя следующие компоненты: когнитивный, мотивационно-ценностный, деятельностный;

3) разработка и внедрение модели организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в ДОО.

5. В процессе реализации программы «Культура здорового питания», состоящей из трех взаимосвязанных разделов и включающей работу с детьми, родителями, педагогами, было обеспечено соответствующее методическое сопровождение.

6. Анализ результатов реализации программы «Культуры здорового питания», апробированной в ходе опытно-экспериментальной работы показал, что у детей дошкольного возраста повысился уровень сформированности всех компонентов культуры здорового питания (когнитивного, эмоционально-ценностного, поведенческого): при этом обогатились представления о содержании понятия культура здорового питания; сформировалось отношение к культуре здорового питания, как одной из основных жизненных ценностей;

возросла мотивация пищевого поведения на основе правильных пищевых привычек.

У большинства родителей повысился уровень компетентности в вопросах формирования культуры здорового питания детей дошкольного возраста, усилилась их заинтересованность и готовность к участию и сотрудничеству с педагогами в указанном направлении.

Проведенное нами исследование показало значимость полученных результатов, однако оно не исчерпывает всех аспектов содержания рассматриваемой проблемы. Дальнейшее исследование может осуществляться в следующих направлениях: совершенствование организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста, а также совершенствование форм и методов взаимодействия педагогов, дошкольников и родителей.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аганов А.В. Педагогическая технология и модульное обучение как факторы развития высшего педагогического образования [Текст] / А.В. Аганов, Л.А. Нефедьев, Э.И. Назимова, Г.И. Гарнаева // Казанский педагогический журнал. – 2015. – № 3 (110). – С. 10-24.
2. Алексеева А.С. Организация питания детей в дошкольном учреждении: пособие для воспитателей детского сада [Текст] / А.С. Алексеева, Л.В. Дружинина, К. Ладодо. – М.: Просвещение, 1990. – 210 с.
3. Алиева М.П. Формирование компетентности родителей в области здоровьесбережения младших школьников [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук / М.П. Павловна. – Калининград, 2017. – 22 с.
4. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка: опыт создания авторской программы на базе дошкольного учреждения № 199 г. Нижний Новгород [Текст] / В. Г. Алямовская. – М.: Linka-press, 1993. – 109 с.
5. Амосов Н.М. Здоровье и счастье ребенка [Текст] / Н.М. Амосов. – М.: «Знание», 1979. – 135 с.
6. Ананьев В.А. Психология здоровья. Концептуальные основы психологии здоровья [Текст] / В.А. Ананьев. – СПб.: Речь, 2006. – 384 с.
7. Андреев В.И. Педагогика: учебный курс для творческого саморазвития [Текст] / В.И. Андреев. – Казань: Центр инновационных технологий, 2012. – 608 с.
8. Артюхова И.С. Ценности и воспитание [Текст] / И.С.Артюхова // Педагогика. – 1999. – №4. – С.20-27.
9. Асмолов А.Г. Психология личности. Принципы общепсихологического анализа [Текст] / А.Г. Асмолов. – М.: Академия, 2002. – 416 с.
10. Атаманчук Г.В. Управление: социальная ценность и эффективность. - М., 1995.
11. Атемаскина Ю.В. Современные педагогические технологии в ДОУ [Текст] / Ю.В. Атемаскина. – М.: Детство-Пресс, 2011. – 112 с.
12. Афанасьев В.Г. Научное управление обществом. Опыт системного исследования, - М., 1973
13. Безруких М.М. Разговор о правильном питании: методическое пособие [Текст] / М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2009. – 79 с.
14. Белая К.Ю. Система управления дошкольным образовательным учреждением: Автореферат дисс. канд. пед. наук. - М., 1998. — 16 с.
15. Бецкой И.И. Собрание учреждений и предписаний касательно воспитания в России обоюбого пола благородного и мещанского юношества [Текст] / И.И. Бецкой. – СПб., 1999. – 284 с.
16. Богославец Л.Г. Оптимизация режима питания в ДОУ [Текст] / Л.Г. Богославец, Т.Я. Андреева // Методист. – 2012. – № 5. – С. 65-68.
17. Вебер М. Избранные произведения: Пер. с нем./Сост., общ.ред. и послесл. Ю.Н. Давыдова; Предисл. П.П. Гайденко.-М.: Прогресс, 1990.

18. Ведрашко В.Ф. Питание в детском саду [Текст] / В.Ф. Ведрашко. – М.: Просвещение, 1971. – 208с.
19. Войтина Н.М. Организационно-педагогические условия эффективности контрольно-аналитической деятельности в педагогическом колледже: диссертация ... кандидата педагогических наук: 13.00.08. - Магнитогорск, 2001. - 190 с.
20. Воднева Е.В. Педагогические условия формирования ценностного отношения к здоровью у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Смоленск, 2003. – 25 с.
21. Выготский Л.С. Собрание сочинений в 6-ти томах. Том 5 [Текст] /Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 2009. – 382 с.
22. Гильбух Ю.З. Диагностика личностной зрелости [Электронный ресурс]/Ю.З. Гильбух. – Режим доступа: <https://www.twirpx.com/file/1898006/>.
23. Гончарова И.И. Состояние питания и здоровья детей в детских дошкольных учреждениях [Текст]: автореф. дис. ... канд. мед. наук / И.И. Гончарова. – Ростов-на-Дону, 2002. – 28 с.
24. Горелова Ж.Ю. Новые формы организации питания детей в образовательных учреждениях [Текст] / Ж.Ю. Горелова // Вестник образования России. – 2005. – № 12. – С. 45-53.
25. Гориневский В.В. Физическое образование [Текст] / В.В. Гориневский. – СПб., 1913. – 83 с.
26. Гринкевич А.М. Детское питание: практические советы [Текст] / А.М. Гринкевич, Г.Ю. Лазарева, О. И. Чапова. – М.: Равновесие, 2006. – 768 с.
27. Денякина Л.М. Новые подходы к управленческой деятельности в дошкольном образовательном учреждении [Текст] / Л.М. Денякина. – М.: «Издательство Скриптории», 2003. – 256 с.
28. Деркач А. Акмеология: учебное пособие [Текст] / А. Деркач, В. Зазыкин. – СПб.: Питер, 2003. – 273 с.
29. Деркач А.А. Акмеологические основы становления психологической и профессиональной зрелости личности [Текст] / А.А. Деркач, Л.Э. Орбан. – М.: РАУ, 1999. – 208 с.
30. Дмитриев Ю.А. Методика использования деловых игр в работе с педагогами дошкольного образования [Текст] / Ю.А. Дмитриев, Т.А. Кротова, Н.А. Морева // Наука и школа. – 2015. – № 4 . – С. 105-113.
31. Дурай-Новакова К.М. Формирование профессиональной готовности студентов к педагогической деятельности [Электронный ресурс]: автореф. дис. ... докт. пед. наук. – Москва, 1983. – Режим доступа: <https://search.rsl.ru/ru/record/01008797264>.
32. Дьяченко М.И. Психологические проблемы готовности к деятельности [Текст] / М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович. – Минск, 1976. – 311 с.

33. Егоров В.С. Хрестоматия по педагогической аксиологии: учебное пособие для студентов Вузов [Текст] / сост. В.А. Слостенин, Г.И. Чижакова. – М.: МПСИ, 2005. – 480 с.
34. Едакова И.Б. Управление внедрением личностно ориентированных подходов и технологий в образовательный процесс как условие становления и развития детско-взрослого сообщества дошкольного образовательного учреждения : [пособие для педагогов ДООУ] / [науч. ред. И. Б. Едакова]. - Челябинск : Образование, 2007. - 274 с.
35. Езопова, С. А. Менеджмент в дошкольном образовании [Текст] : учеб. пособие / С. А. Езопова. – М.: Академия, 2003. – 320 с.
36. Зверева М.В. О понятии «дидактические условия» [Текст] / М.В. Зверева // Новые исследования в педагогических наука. – М.: Педагогика, 1987. – С. 29-32.
37. Ипполитова Н.В. Теория и практика подготовки будущих учителей к патриотическому воспитанию учащихся [Текст]: дис. ... д-ра пед. наук / Н.В. Ипполитова. – Челябинск, 2000. – 383 с.
38. Каган М.С. Философия культуры [Текст] / М.С. Каган. – СПб: ТОО ТК «Петрополис», 1996. – 416с.
39. Каган М.С. Философская теория ценностей [Текст] / М.С. Каган. – СПб.: Облик, 1997. – 213 с.
40. Казанникова А.В. Педагогические условия формирования здоровьесозидающей образовательной среды [Текст]: дис. ... д-ра пед. наук / А.В. Казанникова – СПб., 2005. – 219 с.
41. Кисляковская В.Г. Питание детей раннего и дошкольного возраста: пособие для воспитателей [Текст] / В.Г. Кисляковская, Л.П. Васильева. – Просвещение, 1993. – 207 с.
42. Коджаспирова Г.М. Педагогический словарь [Текст] / Г.М. Коджаспирова, А.Ю. Коджаспиров. – М.: Академия, 2003. – 176 с.
43. Коджаспирова Г.М. Педагогика в схемах, таблицах и опорных конспектах [Текст] / Г.М. Коджаспирова. – М.: Айрис-Пресс, 2008. – 256 с.
44. Колдашова Т.Ю. Формирование экологической культуры питания как базового компонента здоровьесформирования старших школьников [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Т.Ю. Колдашова. – Нижний Новгород, 2009. – 29 с.
45. Комарова А.И. Эстетическая культура личности. — Киев: Вища школа, 1988. — 152 с.
46. Коменский Я.А. Избранные педагогические сочинения: в 2-х т. Том 2 [Текст] / Я.А. Коменский. – М.: Педагогика, 1982. – 576 с.
47. Конаржевский Ю.А. Менеджмент и внутришкольное управление [Текст] / Ю.А. Конаржевский. – М.: Педагогический поиск, 2000. – 222 с.
48. Конь И.Я. Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях [Текст] / И.Я. Конь, А.В. Мосов, В.И. Тобис, М.М. Цапенко. – Методические указания города Москвы. – Департамент образования города Москвы, 2007. – 327 с.

49. Красногорский Н.И. Труды по изучению высшей нервной деятельности человека и животных. Том 1 [Текст] / Н.И. Красногорский. – М.: Медгиз, 1954. – 488 с.
50. Красношлык З.П. Подготовка будущих педагогов дошкольного образования к формированию основ здорового образа жизни у детей [Текст] / З.П. Красношлык // Современные технологии в образовании. – 2013. – № 13. – С. 83-87.
51. Крутецкий В.А. Психология [Текст] / В.А. Крутецкий. – М.: Просвещение, 2000. – 167 с.
52. Кудрина Я.В. Инновационные технологии, применяемые в ДОУ [Текст] / Я.В. Кудрина // Инновационные тенденции развития системы образования: материалы VI Международной научно-практической конференции (Чебоксары, 19 февр. 2017 г.) / Редкол.: О.Н. Широков. – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2017. – С. 125-131.
53. Кузнецова Н.Л. Опыт организации работы по формированию профессиональной компетентности педагогов ДОУ в вопросах здоровьесбережения дошкольников [Текст] / Н.Л. Кузнецова, Л.Г. Панова, О.А. Феоктистова // Мир детства и образование. – 2013. – С. 461-466.
54. Лазарев В.С., Афанасьева Т.П., Елисеева И.А., Пуденко Т.И. Руководство педагогическим коллективом: модели и методы. — М.: ЦСЗИ, 1995.—158с.
55. Лесгафт П.Ф. Семейное воспитание ребенка и его значение [Текст] / П.Ф. Лесгафт. – М.: Педагогика, 1991. – 176 с.
56. Леонтьев Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации [Текст] / Д.А. Леонтьев // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. Выпуск 1. – М.: Смысл, 2002. – С. 56–65.
57. Лещенко М.В. Питание детей в дошкольном образовательном учреждении: пособие для руководителей и педагогов [Текст] / М.В. Лещенко, И.А. Прилепина; под ред. В.А. Доскина. – Москва: Просвещение: Росмэн, 2007. – 79 с.
58. Локк Дж. Мысли о воспитании [Текст] / Хрестоматия по истории зарубежной педагогики. – М., 1981. – С.163-195.
59. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии [Текст] / Б.Ф. Ломов. – М.: Наука, 2009. – 444 с.
60. Ломоносов М.В. О воспитании и образовании [Текст] / Сост. Т.С. Буртина. – М.: Педагогика, 1991. – 344 с.
61. Лямкина О.А. Педагогическая мастерская как форма организации профессионально-творческой подготовки будущего учителя [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук / О.А. Лямкина. – Саранск, 2004. – 21 с.
62. Лукина Л.И. Организационные аспекты работы с педагогическими кадрами ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2010. – 128с.
63. Маджуга А.Г. Здоровьесозидающая педагогика: теория, методология, опыт, перспективы развития [Текст] / А.Г. Маджуга И.А. Синицина. – М.: Логос, 2014. – 508 с.

64. Макаренко А.С. Некоторые выводы из педагогического опыта [Текст] / А.С. Макаренко; сост. В. С. Аранский, сост. А. И. Пискунов. – М.: Просвещение, 1964. – 116 с.
65. Марушкина Н.С. Пища людей: культурологический аспект [Текст] / Н.С. Маркушина // Мир науки, культуры, образования. – 2013. – № 3 (40). – С. 327-329.
66. Методика оценки уровня квалификации педагогических работников [Текст] / Под ред. В.Д. Шадрикова, И.В. Кузнецовой. – М., 2010. – 173 с.
67. Минеева Я.Д. Педагогические условия формирования у студентов университета готовности к проектированию здоровьесберегающего педагогического процесса [Текст]: дис. ... канд. пед. наук / Я.Д. Минеева. – Шуя, 2001. – 238 с.
68. Могильный М.П. Проблема питания детей в организованных коллективах [Текст] / М.П. Могильный, В.А. Тутельян // Вопросы детской диетологии. – 2006. – № 4(4). – С. 21-27.
69. Морева, Н. А. Педагогика среднего профессионального образования. В 2 томах. Том 2. Теория воспитания / Н.А. Морева. - М.: Academia, 2008. - 192 с.
70. Мороз А.Г. Формирование готовности к педагогической деятельности будущих учителей [Электронный ресурс] / А.Г. Мороз // Психолого-педагогические основы совершенствования подготовки специалистов в университете: сборник научных трудов. – Режим доступа: <http://www.info-library.com.ua/libs/stattya/4904>.
71. Мостовая А.Е. Организация питания детей в детских садах и различных коллективах [Текст] А.Е. Мостовая. – М.: Просвещение, 1979. – 115 с.
72. Моталыгина О.А. Все о питании детей дошкольного возраста [Текст] / О.А. Моталыгина, Н.Е. Луппова. – М.: Фолиант, 2009.– 272с.
73. Найн А.Я. О методологическом аппарате диссертационных исследований [Текст] / А.Я. Найн // Педагогика. – 1995. – №5. – С. 44-49.
74. Ожегов С.И. Толковый словарь русского языка: 80 000 слов и фразеологических выражений [Текст] / С.И. Ожегов, Н.Ю. Шведова. – 4-е изд.. – М.: Высшая школа, 2011. – 944 с.
75. Павлова В.И. Сущность, роль и место информационно-коммуникационных технологий в образовании [Текст] / В.И. Павлова // Вестник Волжского университета им. В.Н. Татищева. – 2009. – № 5. – С. 12-18.
76. Пальцев А.И. Системообразующие ценности евразийской (русской) цивилизации [Текст] / А.И. Пальцев // Власть. – 2011. – № 4. – С. 42 – 46.
77. Пирогов Н.И. Избранные педагогические сочинения [Текст] / Н.И. Пирогов. – М.: Педагогика, 1985. – 254 с.
78. Поздняк, Л. В. Теоретические основы управления современным дошкольным учреждением [Текст] / Л. В. Поздняк // Управление дошкольным образовательным учреждением. – 2006. – № 3. – С. 23–36.
79. Попов Г.Х. Эффективное управление. – М., 1986.
80. Поташник, М. М. Управление качеством образования [Текст]: учебник / М. М. Поташник. – М.: Педагогическое общество России, 2006. – 448 с.

81. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» [Электронный ресурс] // Режим доступа: Справочная правовая система «Консультант Плюс». Раздел «Законодательство».

82. Приказ Минздравсоцразвития России от 11 марта 2012 года № 213н, Минобрнауки России от 11 марта 2012 года № 178 «Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений» [Электронный ресурс] // Режим доступа: Справочная правовая система «Консультант Плюс». Раздел «Законодательство».

83. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. № 544н "Об утверждении профессионального стандарта «Педагог деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70435556/>

84. Психологические тесты для профессионалов [Текст] / Авт. сост. Н.Ф. Гребень. – Минск: Современ. Школа, 2007. – 496 с.

85. Распоряжение Правительства РФ от 25 октября 2010 года № 1873-р «Об основах государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года» [Электронный ресурс] // Режим доступа: Справочная правовая система «Консультант Плюс». Раздел «Законодательство».

86. Регуш Л.А. Практикум по наблюдению и наблюдательности [Текст] / Л.А. Регуш. – СПб.: Питер, 2008. – 208 с.

87. Розов Н.С. Культура, ценности и развитие образования / Розов Н.С. - М.: 2002. С.185

88. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии [Текст] / С.Л. Рубинштейн. – СПб: Питер, 2000. – 712 с.

89. Рубинштейн С.Л. Основы общей педагогики [Текст] / С.Л. Рубинштейн. – М.: «Педагогика», 2000. – 349 с.

90. Руссо Ж.Ж. Эмиль или о воспитании [Текст] / Хрестоматия по истории зарубежной педагогики. – М., 1981. – С. 203-238.

91. Сафонова О.А. Управление качеством образования в дошкольном образовательном учреждении : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / О.А.Сафонова. — М. : Издательский центр «Академия», 2011 — 224 с.

92. Семенова А.Ю. Развитие культуры здоровья воспитателя дошкольного образовательного учреждения на этапе самообразования [Текст]: автореф. дис. канд. пед. наук / А.Ю. Семенова. – Москва, 2008. – 32 с.

93. Слостенин В.А. Педагогика: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений [Текст] / В.А. Слостенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов / Под ред. В.А. Слостенина. – М.: Академия, 2002. – 576 с.

94. Сушанский А.Г. Энциклопедия здорового питания: в 2 томах. Том 1 [Текст] / А.Г. Сушанский, В.Г. Лифляндский. – СПб.: Нева, 1999. – 155 с.
95. Тейлор Ф.У. Принципы научного менеджмента / Ф.У. Тейлор. Пер. с англ. - М.: Контроллинг, 1991. - 104 с.
96. Третьяков П.И. Дошкольное образовательное учреждение: управление по результатам [Текст] / П.И. Третьяков, К.Ю. Белая. – М.: ТЦ Сфера, 2007. – 240 с.
97. Троян А.Н. Роль педагогического анализа в совершенствовании воспитательно-образовательной работы в дошкольном учреждении [Текст] / А.Н. Троян // Дошкольное воспитание. – 1988. – № 5. – С. 15-19.
98. Узнадзе Д.Н. Общая психология [Текст] / Пер. с грузинского Е.Ш. Чомахидзе / Под ред. И. В. Имедадзе. – М.: Смысл, 2004. – 413 с.
99. Указ Президента РФ от 01 июня 2012 года № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы» [Электронный ресурс] // Режим доступа: Справочная правовая система «Консультант Плюс». Раздел «Законодательство».
100. Файоль, А. Управление это наука и искусство / А. Файоль, Г. Эмерсон, Г. Форд, и др.. - М.: Республика, 2011. - 350 с.
101. Фалюшина, Л. И. Управление качеством образовательного процесса в дошкольном образовательном учреждении [Текст]: пособие для руководителей ДООУ / Л. И Фалюшина.– М. : АРКТИ, 2003. – 280 с.
102. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Текст]. – М.: Центр педагогического образования, 2017. – 32 с.
103. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. от 19.12.2016 г.) [Электронный ресурс] // Режим доступа: Справочная правовая система «Консультант Плюс». Раздел «Законодательство».
104. Фетискин Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп [Текст] / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. – М.: Изд-во Института Психотерапии. – 2002. – 490 с.
105. Харламов И.Ф. Педагогика: учебное пособие для педагогических вузов [Текст] / И.Ф. Харламов. – М.: Гардарики, 1999. – 520 с.
106. Хозяинов Г.И. Педагогическое мастерство преподавателя [Электронный ресурс] / Г.И. Хозяинов. – Режим доступа: <https://search.rsl.ru/ru/record/01001406440>.
107. Шамова Т. Управление образовательными системами: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений [Текст] / Т. Шамова, Т. Давыденко, Г. Шибанова. – М.: Академия, 2007. – 384 с.
108. Шарипов А., Шарипова Д., Шахмурова Г. Готовность педагога к реализации здоровьесберегающих знаний и формированию здорового образа жизни в системе непрерывного образования [Текст] / А. Шарипов, Д. Шарипова, Г. Шахмурова // Образование через всю жизнь: непрерывное образование в интересах устойчивого развития. – 2011. – С. 304-306.

109. Щелкунов Д.М. Образование как общественное благо и социокультурная ценность [Текст] / Д.М. Щелкунов // Ученые записи Казанского государственного университета. Гуманитарные науки. – 2006. – Том 148. – № 3. – С. 94-98.

110. Яковлева Н.М. Теория и практика подготовки будущего учителя к творческому решению воспитательных задач [Текст]: дис. ... докт. пед. Наук / Н.М. Яковлева. – Челябинск, 1992. – 403 с.

111. Mayo E. The Human Problems of an Industrial Civilization. New York : Viking Press, 1960. P.

## Приложение 1

## Анкета для педагогов

Цель: выявление уровня развития готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации.

Уважаемые педагоги, при ответе на вопросы анкеты Вам необходимо дать утвердительный ответ, в соответствующих графах, где 1-низкий уровень, 2- средний уровень, затрудняюсь ответить или частично, 3- высокий уровень.

	1	2	3
Достаточно ли Вы осведомлены			
о сущности здорового питания и особенностях формирования понятия «культура здорового питания» в сознании ребенка дошкольника			
о структуре и содержании культуры здорового питания, особенности формирования культуры здорового питания у детей дошкольного возраста			
об организации среды культуры здорового питания и деятельности в дошкольном учреждении и семье			
о технологиях развития готовности педагога к формированию культуры здорового питания			
В достаточной ли Вы степени обладаете			
навыками культуры здорового питания			
навыками организации работы по формированию культуры здорового питания			
знаниями методик и технологий организации работы по формированию культуры здорового питания у детей дошкольного возраста			
навыками рефлексии собственной деятельности по приобщению детей дошкольного возраста к культуре здорового питания			

Спасибо за участие в опросе! Нам важно ваше мнение!

## Приложение 2

Таблица 2.3

Результаты анкетирования педагогов экспериментальной и контрольной групп

Вопросы	Группы	
	ЭГ	КГ
Достаточно ли Вы осведомлены		
о сущности здорового питания и особенностях формирования понятия «культура здорового питания» в сознании ребенка дошкольника	33,33	44,44
о структуре и содержании культуры здорового питания, особенности формирования культуры здорового питания у детей дошкольного возраста	41,67	44,44
об организации работы в ДОО и семьи	50,00	50,00
о технологиях развития готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания	50,00	50,00
В достаточной ли Вы степени обладаете		
навыками культуры здорового питания	50,00	50,00
навыками организации среды для формирования культуры здорового питания	50,00	50,00
знаниями методик и технологий организации работы по формированию культуры здорового питания у детей дошкольного возраста	50,00	33,33
навыками рефлексии собственной деятельности по приобщению детей дошкольного возраста к культуре здорового питания	50,00	50,00

## МЕТОДИКА "ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ" (М. Рокич)

Цель: изучение ценностных ориентаций личности, посредством выбора терминальных и инструментальных ценностей.

Респонденту предъявлены два списка ценностей (по 18 в каждом), либо на листах бумаги в алфавитном порядке, либо на карточках. В списках испытуемый присваивает каждой ценности ранговый номер, а карточки раскладывает по порядку значимости. Последняя форма подачи материала дает более надежные результаты. Вначале предъявляется набор терминальных, а затем набор инструментальных ценностей.

Инструкция для работы с таблицами:

"Внимательно изучите таблицу и, выбрав ту ценность, которая для Вас наиболее значима, поместите ее на первое место. Затем выберите вторую по значимости ценность и поместите ее вслед за первой. Затем сделайте то же со всеми оставшимися ценностями. Наименее важная останется последней и займет 18 место. Работайте не спеша, вдумчиво. Конечный результат должен отражать Вашу истинную позицию".

Дата тестирования \_\_\_\_\_

Фамилия, имя \_\_\_\_\_

### Список А (терминальные ценности):

– активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни);	
–жизненная мудрость (зрелость суждений и здравый смысл, достигаемые жизненным опытом);	
– здоровье (физическое и психическое);	
– интересная работа;	
– красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и в искусстве);	
– любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком);	
– материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений);	
– наличие хороших и верных друзей;	
– общественное призвание (уважение окружающих, коллектива, товарищей по работе);	
– познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, интеллектуальное развитие);	
– продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей);	
– развитие (работа над собой, постоянное физическое и духовное совершенствование);	
– развлечения (приятное, необременительное времяпрепровождение, отсутствие обязанностей);	
– свобода (самостоятельность, независимость в суждениях и поступках);	
– счастливая семейная жизнь;	
– счастье других (благополучие, развитие и совершенствование других людей, всего народа, человечества в целом);	
– творчество (возможность творческой деятельности);	
– уверенность в себе (внутренняя гармония, свобода от внутренних противоречий, со-	

мнений).	
----------	--

**Список Б (инструментальные ценности):**

– аккуратность (чистоплотность), умение содержать в порядке вещи, порядок в делах;	
– воспитанность (хорошие манеры);	
– высокие запросы (высокие требования к жизни и высокие притязания);	
– жизнерадостность (чувство юмора);	
– исполнительность (дисциплинированность);	
– независимость (способность действовать самостоятельно, решительно);	
– непримиримость к недостаткам в себе и других;	
– образованность (широта знаний, высокая общая культура);	
– ответственность (чувство долга, умение держать свое слово);	
– рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманые, рациональные решения);	
– самоконтроль (сдержанность, самодисциплина);	
– смелость в отстаиваниях своего мнения, взглядов;	
– твердая воля (умение настоять на своем, не отступать перед трудностями);	
– терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки и заблуждения);	
– широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные вкусы, обычаи, привычки);	
– честность (правдивость, искренность);	
– эффективность в делах (трудолюбие, продуктивность в работе);	
– чуткость (заботливость).	

## Приложение 4

Таблица 2.4.

Сводная таблица данных оценки значимости терминальных ценностей педагогов в ЭГ и КГ на констатирующем этапе исследования

Терминальные ценности	Место по значимости											
	ЭГ						КГ					
	1		2		3		1		2		3	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Здоровье (физическое и психическое)	2	16,67	0	0	4	33,33	6	33,33	3	16,67	2	11,11
Материально обеспеченная жизнь	4	33,33	0	0	0	0	2	11,11	1	5,56	3	16,67
Развлечения	0	0	0	0	0	0	1	5,56	0	0	1	5,56
Интересная работа	0	0	5	41,67	0	0	0	0	4	22,22	1	5,56
Активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни);	1	8,33	1	8,33	3	25,00	1	5,56	0	0	4	22,22
Наличие хороших и верных друзей	0	0	0	0	0	0	2	11,11	1	5,56	2	11,11
Общественное призвание	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	5,56
Свобода	0	0	2	16,67	0	0	0	0	0	0	0	0
Счастливая семейная жизнь	3	25,00	0	0	1	8,33	2	11,11	1	5,56	0	0
Счастье других	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Любовь	0	0	1	8,33	0	0	1	5,56	1	5,56	1	5,56
Уверенность в себе	1	8,33	1	8,33	3	25,00	0	0	4	22,22	0	0
Развитие	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Продуктивная жизнь	0	0	0	0	0	0	1	5,56	1	5,56	1	5,56
Познание	0	0	2	16,67	0	0	0	0	0	0	0	0
Творчество	0	0	0	0	0	0	1	5,56	1	5,56	1	5,56
Красота природы и искус-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	5,56

ства												
Жизненная мудрость	1	8,33	0	0	0	0	0	0	1	5,56	0	0
	12	100	12	100	12	100	18	100	18	100	18	100

## Приложение 5

Таблица 2.5.

Сводные данные результатов оценки инструментальных ценностей педагогов  
ЭГ и КГ на констатирующем этапе эксперимента

Инструментальные ценности	Место по значимости											
	ЭГ						КГ					
	1		2		3		1		2		3	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Аккуратность	2	16,67	1	8,33	0	0	0	0	0	0	0	0
Воспитанность	0	0	3	25,00	1	8,33	0	0	2	11,11	3	16,67
Высокие запросы	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Жизнерадостность	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Исполнительность	3	25,00	1	8,33	1	8,33	4	22,22	2	11,11	1	8,33
Независимость	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	8,33
Непримиримость к недостаткам в себе и в других	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Образованность	3	25,00	3	25,00	0	0	2	11,11	1	8,33	1	8,33
Ответственность	0	0	0	0	1	8,33	2	11,11	0		5	
Рационализм	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Самоконтроль	4	33,33	3	25,00	1	8,33	5	27,78	3	16,67	4	22,22
Смелость в отстаивании своего мнения, своих взглядов	0	0	0	0	0	0	1	5,56	0	0	0	0
Твердая воля	0	0	0	0	2	16,67	1	5,56	0	0	0	0
Терпимость	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	8,33
Честность	0	0	0	0	0	0	1	5,56	2	11,11	0	0
Чуткость	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Широта взглядов	0	0	1	8,33	2	16,67	1	5,56	1	8,33	2	11,11
Эффективность в делах	0	0	0	0	4	33,33	1	5,56	5	27,78	0	0
	12	100	12	100	12	100	18	100	18	100	18	100

Опросник «Оценка готовности и адаптированности личности  
к педагогической деятельности»

Цель: диагностика качеств, способствующих профессиональному личностному самоопределению. При ответах выбирайте номера тех вопросов, на которые вы положительный ответ, и записывайте их друг за другом в столбик.

1. Умеете ли вы владеть собой в трудных или неприятных для вас жизненных ситуациях?
2. Засыпаете ли вы одинаково легко, ложась спать в разное время суток?
3. Вы всегда терпеливо и благожелательно слушаете ответ учащегося (студента), о котором знаете, что он все списал?
4. Любите ли вы оживленную обстановку в аудитории?
5. Охотно ли вы выступаете на собраниях, конференциях, семинарах?
6. Используете ли вы нетрадиционные методы и приемы в учебно-воспитательной работе?
7. Легко ли вы привыкаете к иному распорядку дня?
8. Можете ли вы быстро организоваться, собраться?
9. Вы никогда не опаздывали на занятия?
10. Можете ли вы выполнять работу в конце дня так же легко и свободно, как и в его начале?
11. Способны ли вы заставить себя выполнять рискованное для вас действие?
12. Можете ли вы не отказаться от своих намерений, если это не нравится руководству?
13. Охотно ли вы участвуете в конкурсах, соревнованиях и т. п.?
14. Легко ли вы переходите в течение дня от одного вида занятий к другому?
15. Вы всегда твердо уверены, что справитесь с любым делом?
16. Воздерживаетесь ли вы от вмешательства в спор, если понимаете, что лучше «не добавлять масла в огонь»?
17. Легко ли вы восстанавливаете душевное равновесие после поражения?
18. Быстро ли вы привыкаете к новому содержанию или новому месту работы?
19. В состоянии ли вы долго ждать, например, в очереди?
20. Способны ли вы к риску в своей повседневной жизни?
21. В состоянии ли вы, допустив ошибку, быстро собраться и исправить ее?
22. Часто ли вам удается сдержать свой гнев?
23. Вы всегда следуете рекомендациям руководства?
24. Вы воздерживаетесь от того или иного действия до момента одобрения его со стороны руководства?
25. Легко ли вы меняете методику и ритм работы?
26. Хватает ли вам непродолжительного отдыха для восстановления сил?
27. Умеете ли вы приспосабливаться к работе в неблагоприятных и сложных условиях?
28. Хотите ли вы иметь опубликованные работы?
29. Вы всегда прощаете людям их ошибки?
30. Умеете ли вы, когда это требуется, приспособиться к окружающим?
31. Имеете ли вы опубликованные работы?
32. В состоянии ли вы работать длительное время без перерыва?
33. Способны ли вы воздержаться во время спора от эмоциональных и неконкретных аргументов?
34. Случалось ли вам вносить элементы новизны в работу по личной инициативе?
35. Легко ли вы приспосабливаетесь к различным стилям работы ваших руководителей?
36. Начинаете ли вы работать на занятиях сразу и в полную силу?
37. Легко ли вам одновременно выполнять несколько действий (помогать учащемуся, слушать ответ и одновременно отвечать на вопросы и т. п.)?

38. Можно ли вас спровоцировать на новое, неизвестное дело?
39. Вам удастся преодолеть накопившуюся усталость при входе на очередное занятие?
40. Легко ли вы сходитесь с новыми коллегами по работе?
41. Можете ли вы интенсивно работать продолжительное время?
42. Добиваетесь ли вы на открытых занятиях более высокого результата, чем на обычных?
43. Можете ли вы изменить уже принятое решение под влиянием мнения руководителя?
44. Можно ли сказать, что вы исполнительный работник?
45. Охотно ли вы выступаете на педсоветах, конференциях, родительских собраниях?
46. Трудно ли вас вывести из равновесия?
47. Быстро ли вы втягиваетесь в работу после некоторого перерыва (болезнь, каникулы, отпуск и т. п.)?
48. Легко ли вы приспосабливаетесь к переменам в настроении начальства?
49. Удастся ли вам без особых усилий переносить длительную, монотонную работу?
50. Легко ли вы осуществляете деятельность, требующую определенных усилий с вашей стороны?
51. Вы всегда приходите на помощь коллеге?
52. Удастся ли вам, если этого требуют обстоятельства, сдерживать свою злость или раздражение?
53. Способны ли вы преподавать в течение дня шесть–восемь часов подряд?
54. Охотно ли вы меняете места развлечений и отдыха?
55. В состоянии ли вы длительное время сосредотачивать внимание на выполнении какой-либо определенной задачи?
56. Нравится ли вам состязаться со своими коллегами в профессиональной деятельности?
57. Можете ли вы, если это нужно, быстро включиться в работу?
58. Легко ли вы переходите к работе по новым учебным планам, пособиям и т. п.?
59. Удастся ли вам легко приспособиться к педагогическому контролю за вашей работой?
60. Имеете ли вы поощрения за свою педагогическую деятельность?
61. Умеете ли вы проявлять терпение и такт при общении с непонятливыми людьми?
62. Можете ли вы всегда легко общаться с людьми, которых недолюбливаете?
63. Вы всегда спокойно переносите свои поражения, неудачи и провалы?
64. Способны ли вы быстро сосредоточиться перед предстоящими занятиями?
65. Охотно ли вы вводите новые элементы в ход и методику занятий?
66. В своей работе вы можете, в основном, обходиться без помощи других?
67. Легко ли вам удастся приспособиться к более медленному темпу работы, если это необходимо?
68. Могут ли коллеги по работе, учащиеся (студенты) изменить ваше плохое настроение?
69. Вы легко входите в контакт с новой аудиторией?
70. Легко ли вы вступаете в разговор с попутчиками?
71. В состоянии ли вы вести себя спокойно, когда ждете важное решение?
72. Решаетесь ли вы выступить против общепринятого мнения, если вам кажется, что вы правы?
73. Быстро ли вы привыкаете к новому коллективу?
74. Стимулирует ли вас неудача?
75. В состоянии ли вы подавить свое веселье, если это может кого-нибудь задеть?
76. Способны ли вы быстро применить новое, узнав об интересном опыте?
77. Быстро ли вы реагируете на происходящее на занятиях?
78. Легко ли вы организуете первые дни своего отпуска, каникул?
79. Вы всегда легко сохраняете спокойствие при долгом и утомительном ожидании чего-либо?
80. Терпеливы ли вы при работе с медлительными людьми?
81. Часто ли вы бываете уверены в своих силах?

82. Любите ли вы менять места отдыха?
83. Быстро ли вы приступаете к работе, получив новое указание администрации?
84. Склонны ли вы брать инициативу в свои руки, если случается что-либо из ряда вон выходящее?
85. В состоянии ли вы воздержаться от замечаний коллегам по поводу недостатков в их работе?
86. В состоянии ли вы быстро овладеть собой в тяжелые моменты вашей жизни?
87. Терпеливы ли вы при общении с «трудными» учащимися (студентами)?
88. Быстро ли вы просматриваете газеты, журналы, книги?
89. В состоянии ли вы спокойно ждать опаздывающего звонка на занятия или с занятий?
90. Соглашаетесь ли вы без особых внутренних колебаний на болезненные врачебные процедуры?
91. Спокойно ли вы относитесь к неожиданным изменениям в расписании занятий, расписании дня и т. д.?
92. Охотно ли вы беретесь за деятельность, требующую настойчивости и упорства?
93. Легко ли вы отходите от старых шаблонных методов в вашей работе?
94. Умеете ли вы быстро восстановить свои силы?

1. Способность к творчеству	6, 13, 20, 25, 28, 31, 38, 50, 60, 65, 88, 93
2. Работоспособность	10, 26, 32, 36, 37, 41, 47, 49, 53, 57, 64, 94
3. Исполнительность	7, 12, 18, 24, 34, 43, 44, 48, 58, 76, 83, 91
4. Коммуникабельность	4, 16, 30, 40, 68, 69, 70, 75, 80, 82, 85, 87
5. Адаптированность	2, 19, 27, 35, 54, 59, 61, 67, 73, 77, 78, 89
6. Уверенность в своих силах	5, 8, 11, 21, 45, 56, 66, 72, 74, 81, 84, 92
7. Уровень самоуправления	1, 14, 17, 22, 33, 42, 46, 52, 55, 71, 86, 90
8. Коэффициент правдивости (К)	3, 9, 15, 23, 39, 51, 62, 63, 79

Результаты оценки готовности и адаптированности личности  
к педагогической деятельности

Профессиональные личные качества	Уровни	ЭГ		КГ	
		абс.	%	абс.	%
Способность к творчеству	Высокий	4	33,33	6	33,33
	Средний	4	33,33	6	33,33
	Низкий	4	33,33	6	33,33
Работоспособность	Высокий	4	33,33	5	27,78
	Средний	7	58,33	10	55,56
	Низкий	1	8,33	3	16,67
Исполнительность	Высокий	4	33,33	3	16,67
	Средний	7	58,33	13	72,22
	Низкий	1	8,33	2	11,11
Коммуникабельность	Высокий	5	41,67	6	33,33
	Средний	6	50,00	12	66,67
	Низкий	1	8,33	0	0
Адаптированность	Высокий	3	25,00	3	16,67
	Средний	8	66,67	13	72,22
	Низкий	1	8,33	2	11,11
Уверенность в своих силах	Высокий	2	16,67	3	16,67
	Средний	6	50,00	11	61,11
	Низкий	4	33,33	4	22,22
Уровень самоуправления	Высокий	2	16,67	4	22,22
	Средний	6	50,00	10	55,56
	Низкий	4	33,33	4	22,22

Диагностические задания для изучения уровня сформированности когнитивного компонента культуры здорового питания детей в ДОО.

Цель: выявить уровень сформированности компонентов культуры здорового питания и способах их формирования.

Диагностическое задание 1. «Самые полезные продукты»

Цель: выявить у ребенка наличие знаний о том, какие продукты наиболее полезны и необходимы человеку каждый день.

Материал: карточки с изображением разнообразных продуктов (молочные, рыбные, колбасные, хлебобулочные)

Содержание: ребенку предлагается выбрать и разложить продукты по следующим признакам:

- продукты, которые надо употреблять ежедневно;
- продукты, которые можно употреблять не каждый день;
- продукты, которые употребляют редко

Диагностическое задание 2. «Овощи, ягоды, фрукты – самые витаминные продукты»

Цель: выявить у ребенка наличие знаний о витаминах и минеральных веществах, которые содержатся в овощах, фруктах и ягодах.

Материал: картинки с изображением ягод, фруктов и овощей.

Содержание: ребенку предлагается назвать 5-6 видов ягод, 6-7 овощей и фруктов. После этого взрослый предлагает выбрать на картинке овощ, ягоду или фрукт и рассказать, какие в нем содержатся витамины и минеральные вещества.

Диагностическое задание 3. «Каша разные нужны, каши разные важны»

Цель: выявить у детей уровень знаний о пользе каш.

Материал: картинки с изображением различных каш.

Содержание: воспитатель предлагает ребенку выбрать картинку с любой кашей и рассказать о её пользе.

Диагностические задания для изучения эстетики и культуры питания детей старшего возраста

Цель: изучить уровень эстетики и культуры питания детей в дошкольной образовательной организации.

Диагностическое задание 1. «Исправь, что не так».

Цель: выявить у ребенка наличие знаний о правилах поведения за столом, навыков приема пищи и желание рассказывать о них.

Материал: игрушечный обеденный стол, набор игрушечной посуды, набор столовых приборов, салфетки.

Содержание: взрослый предлагает ребенку расположить предметы сервировки обеденного стола, просит сесть за стол и рассказать, как правильно сидеть во время приема пищи, как пользоваться столовыми приборами, салфеткой, рассказать о правилах поведения за столом.

Диагностическое задание 2. «Покажи время завтрака, обеда, полдника и ужина», «Выбери блюдо».

Цель: выявить у детей уровень сформированности представлений о ежедневном рационе, его составе (завтрак, обед, ужин, полдник).

Материал: часы, карточки с изображением блюд завтрака, обеда, полдника, ужина.

Содержание: педагог предлагает детям на циферблате часов правильно указать время завтрака, обеда, полдника, ужина. Воспитатель задает вопросы: какие блюда едят на завтрак, обед, полдник, ужин?

Педагог предлагает разложить карточки к тому временному промежутку, на которых указано время этого приема пищи (завтрак, обед, ужин).

Диагностическое задание 3. «Я начну, а ты продолжи».

Цель: выявить наличие знаний правил речевого этикета - употребление выражений «спасибо», «благодарю», «будьте добры», «извините», «будьте любезны», «благодарю», «пожалуйста», знание правил приема гостей.

Материал: столовые и чайные приборы.

Содержание: взрослый просит ребенка рассказать, как нужно подготовить стол к приему гостей, ребенку предлагается накрыть чайный и обеденный столы, рассказать о правилах приема гостей, об использовании речевого этикета.

Общие критерии результатов по выполнению диагностических заданий:

3 балла - ребенок самостоятельно выполняет задание, добивается результата;

2 балла – ребенок принимает инструкцию, но выполняет задание, прибегая к помощи воспитателя;

1 балл – ребенок не может или не хочет выполнить задание даже при помощи воспитателя.

На основе полученных результатов можно определить три уровня представлений:

12 баллов - высокий уровень (ребенок имеет четкое представление о понятии «культура здорового питания»; отрицательно относится к вредным привычкам; настроен на формирование культуры здорового питания);

10 – 8 баллов – средний уровень (ребенок имеет смутное представление о понятии «культура здорового питания»; имеет небольшое представление о вредных привычках; не всегда стремится «настроить себя» на формирование культуры здорового питания);

7 – 4 балла – низкий уровень (ребенок не имеет представления о понятии «культура здорового питания»; не отрицает вредных привычек; не считает, что человек должен формировать культуру здорового питания)

Приложение 9

Таблица 2.7.

Данные диагностики уровня сформированности культуры здорового питания у детей в ходе констатирующего этапа

№/№	Ф.И. детей	Данные диагностики представленности сформированности культуры здорового питания детей		Данные диагностики эстетики и культуры питания детей		Уровень сформированности культуры здорового питания детей
		абс.	%	абс.	%	
1	Егор А.	9	45	8	40	средний
2	Арсений П.	10	50	9	45	средний
3	Давид Д.	8	40	8	40	средний
4	Кирилл Е.	8	40	8	40	средний
5	Маша П.	9	45	9	45	средний
6	Семён Н.	8	40	9	45	средний
7	Вероника Д.	8	40	7	35	низкий
8	Алёна М.	10	50	8	40	средний
9	Всеволод И.	8	40	7	35	низкий
10	Кирилл П.	12	60	12	60	высокий
11	Илья В.	8	40	7	35	низкий
12	Артём Т.	9	45	9	45	средний
13	Катя П.	8	40	7	35	низкий
14	Ярослав К.	8	40	9	45	средний
15	Алиса С.	9	45	9	45	средний
16	Егор Б.	8	40	7	35	низкий
17	Даниил Ж.	12	60	12	60	высокий
18	Дарья Ж.	9	45	8	40	средний
19	Эвелина Ч.	9	45	8	40	средний
20	Полина П.	12	60	12	60	высокий

### Анкета для родителей

Цель: выявить осведомленность родителей в сфере организации работы сформированности культуры здорового питания детей в ДОО.

Уважаемые родители! Для улучшения организации работы по формированию культуры здорового питания у детей просим вас ответить на вопросы данной анкеты. Нам важно ваше мнение.

1. Интересуетесь ли Вы информацией об организации питания в детском саду (меню, консультации, беседы для родителей, информационные стенды, родительские собрания и т.д.) - да - нет – иногда
2. Удовлетворяет ли Вас уровень организации работы по формированию культуры здорового питания детей в ДОО?
3. Беспокоят ли Вас проблемы здорового питания?
4. Как Вы относитесь к культуре здорового питания?
5. Каким должно быть здоровое питания?
6. Осознаете ли Вы, насколько значимым является привитие культуры здорового питания и осознанно-правильное отношение к нему?
7. Есть ли у Вас в семье культура питания?
8. Посещая собрания, консультации, рекомендуемая педагогами литература по теме организации работы по формированию культуры здорового питания детей, вы стали лучше разбираться в вопросах привития культуры здорового питания детям?
9. Хотели бы вы, чтобы в ДОО систематически проводилась интересная работа с родителями по формированию культуры здорового питания детей?

Вы можете добавить комментарии и предложения по работе детского сада. Благодарим за сотрудничество!

## Программа организации работы по формированию культуры здорового питания детей в дошкольной образовательной организации

Культура здорового питания детей в любом обществе, в любых экономических и политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны, генофонд нации. Адаптация детей в коллективе, процесс обучения, умственные и физические нагрузки повышают потребности организма в основных пищевых веществах и энергии. Однако культура питания дошкольников резко снизилась.

Когда речь идёт о питании, редко используется слово «культура». Нередко звучит высказывание: «Живём не для того, чтобы есть, но едим для того, чтобы жить» и при этом формируется представление о питании как о процессе обеспечения «техническим топливом», на котором организм должен работать. Главное, организовать поставку «топлива», а уж когда и как оно будет доставлено – это имеет второстепенное значение.

Между тем А.П. Чехов утверждал, что тот, кто не придаёт питанию должного значения, не может считаться интеллигентом, и достоин всяческого осуждения в «приличном обществе». Культурным в плане питания можно считать человека, который может организовать своё питание в соответствии с потребностями организма, способствуя тем самым сохранению и укреплению здоровья. В основе культурного питания лежат принципы регулярности, разнообразия, безопасности и удовольствия.

Опыт показывает, что создание благоприятной образовательной среды направлено не только на развитие познавательной, нравственной, эстетической, но и на формирование культуры здорового питания дошкольников. Биологическая реакция организма дошкольника зависит как от его адаптационных возможностей, так и от силы сочетаемого воздействия образовательной среды. Многие параметры образовательной среды регламентируются санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья дошкольников.

На современном этапе развития общества социальная напряженность и ухудшение экологических характеристик среды обитания человека настоятельно требуют подготовки личности к активно изменяющимся условиям существования. Правильное питание является важным условием физического и психического развития человека. Особое значение это приобретает в детском возрасте. Культура здорового питания в дошкольном возрасте, когда формируется пищевой стереотип ребенка, создает основу для его гармоничного развития. Организация культуры здорового питания детей является задачей большой государственной важности. Это становится необходимым в связи с влиянием на растущий детский организм таких социальных факторов как, резкое ускорение темпов жизни, увеличение получаемой детьми информации, изменение условий воспитания в семье, а также ухудшения качества продуктов питания.

Одним из параметров качества образования в ДОО является необходимость повышения эффективности организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста. Формирование культуры здорового питания является неотъемлемой частью формирования здорового образа жизни детей. Данная программа направлена на воспитание детей, основанное на принципах рационального питания. В реализации программы «Культура здорового питания» задействованы: администрация образовательного учреждения, воспитатели, медицинские работники и технический персонал.

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:** Воспитание физически и психологически здорового ребенка в пространстве МБДОУ на основе овладения им оптимального уровня сформированности культуры здорового питания.

### ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

1. популяризация преимуществ культуры здорового образа жизни, расширение кругозора дошкольников в области здорового и рационального питания;
2. содействие повышению уровня культуры здорового питания детей, совершенствование профессиональной компетентности педагогов и заинтересованности родителей в реализации этого процесса.

### ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Повышение уровня организации работы по формированию культуры здорового питания детей в ДОО.

Участники программы: дети, воспитатели, медицинская сестра, обслуживающий персонал, родители.

### ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Подготовительный этап: изучение спроса и потребностей субъектов образовательной деятельности.
2. Первый этап: выбор цели организационно-педагогической деятельности – повышение профессиональной компетентности субъектов образовательной деятельности по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста в ДОО.
3. Второй этап: определение задач, содержания методов, средств деятельности.
4. Задачи – повысить готовность педагогов к формированию культуры здорового питания детей; обеспечить условия реализации программы по формированию культуры здорового питания во взаимодействии с семьей; обеспечить методическое сопровождение взаимодействия педагогов, родителей и детей в работе по формированию культуры здорового питания.
5. Педагогические условия реализации программы: формирование культуры здорового питания и отношения к нему как ценности у всех субъектов образовательного процесса; повышение всех компонентов готовности педагога к организации работы по формированию культуры здорового питания детей дошкольного возраста; сотрудничество с семьей в решении намеченных задач.

Для формирования ценностного отношения к культуре здорового питания у педагогов необходимо постоянное расширение личного жизненного опыта, что определяет педагогическую задачу - создание условий для постоянного взаимодействия с окружающим миром и друг с другом. Образовательный процесс необходимо строить так, чтобы помочь каждому ребенку гармонизировать отношения с самим собой и окружающим миром с помощью навыков самопознания, личных потребностей и их удовлетворения, саморазвития, формирования постоянного стремления к профессионализму

#### А. Задачи и средства формирования культуры здорового питания детей

Компоненты ФКЗП	Задачи	Методические и дидактические средства
Когнитивный компонент	Развить представления детей о здоровье как одной из важнейших человеческих ценно-	- Беседа «О вкусной и здоровой пище», «Солдатская каша», «Гречневая каша - матушка наша», «Чистые руки - залог здоровья» - дидактические игры («Вредно-полезно», «Что лишнее?»); - чтение худ. литературы «Большая ложка»

	стей.	А.Александрова; стихотворение Ю. Тувима «Овощи»
	Формировать представления о правильном питании.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- дидактические игры («Найди общее», «Найди пару», «Узнай, кто это», «Угадай эмоции»);</li> <li>- Чтение худ. литературы о пользе еды. «Вкусная каша», «Маша и фруктовый сад», «Интересный разговор» Н.Ю.Чуприной.</li> <li>- продуктивная деятельность – лепка, рисование, конструирование и обсуждение продуктов деятельности;</li> <li>- беседа «Как правильно сидеть за столом», «Овощи, ягоды, фрукты – полезные продукты», «Что надо есть если хочешь стать сильнее?»);</li> <li>- исследовательский проект «Польза и вред шоколада»</li> </ul>
Эмоционально-ценностный компонент	Формирование ценностное отношение к своему здоровью, как главной ценности	<ul style="list-style-type: none"> <li>- «Беседа «Как правильно есть?»</li> <li>Беседа: «Каша, что это такое?»</li> <li>Беседа: «Крупы. Рассматривание разных видов овсяная литература;</li> <li>- сюжетно-ролевые игры («Мы идем в магазин», «Мы готовим обед»);</li> <li>- исследовательский проект «Молоко и молочные продукты»</li> </ul>
	Формировать у детей интерес и готовность к соблюдению правил рационального и здорового питания.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- беседа «Вкусная еда», «Режим питания»</li> <li>- Д/и «Полезна - не полезна»</li> <li>- Д/и «Рекламный мячик»</li> <li>- Викторина «Вкусные истории»</li> <li>- Изготовление книжек - малышек: «Молочные продукты», «Культура приема пищи»</li> <li>- Составление план - схемы для описательного рассказа о продуктах питания.</li> <li>- Альбом иллюстраций «Каша - гордость наша», «Витамины»</li> <li>- Экспериментирование «Влияние газированных напитков для организма»</li> <li>- продуктивная деятельность – лепка, рисование, конструирование и обсуждение продуктов деятельности;</li> </ul>
Деятельностный компонент	Усилить работу по формированию здоровьесберегающей пищевой привычки детей дошкольного возраста в семье и социуме.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- моделирование ситуаций «Помощь маме»</li> <li>- сюжетно-ролевые игры («Помощники», «В гостях у друга», «Встреча гостей»);</li> <li>- игры-драматизации;</li> <li>-театрализованная деятельность «Правильное питание - залог здоровья» (театральное представление);</li> <li>Копилка «Народная мудрость о питании».</li> <li>Чтение сказки: «Каша из топора»</li> <li>Чтение стихотворений о продуктах питания, «Приключение овощей»</li> </ul>

		- исследовательский проект «В гостях у вилки»
--	--	---

Б. Работа с педагогами и родителями по повышению компетентности организации работы по формированию культуры здорового питания детей

Мероприятия	Задачи мероприятия
Круглый стол «Изучение нормативных документов в области формирования культуры здорового питания детей в ДОО»	Познакомить педагогов с требованиями государства и общества к культуре здорового питания детей дошкольного возраста, изучить актуальность вопроса
Семинар «Организация и методика проведения питания в детском саду»	Побуждать педагогов к овладению новыми знаниями технологиям
Семинар-практикум «Азбука питания. Полезные продукты»	Познакомить с продуктами, необходимыми для формирования культу здорового питания, позитивного отношения к совместной деятельности
Деловая игра «Кто хочет стать профессионалом?»	Повысить компетентность педагогов в выборе условий при организации работы по формированию культуры здорового питания детей
Деловая игра «Здоровые педагоги - здоровые дети»	Уточнить и расширить знания педагогов по вопросам организации и методики проведения (задачи, содержание)
Семинар-практикум «Моделирование педагогического сопровождение формирования культуры здорового питания»	Уточнить и расширить знания педагогов о педагогическом сопровождении, основных задачах педагогического сопровождения по формированию культуры здорового питания
Мастер-класс «Здоровьесберегающие технологии в работе педагогов дошкольной образовательной организации»	Познакомить с технологиями здоровьесбережения, особенностью их реализации в ДОО
Педагогический совет «Культура питания – как составная часть культуры здоровья»	Объединить усилия коллектива ДОО для повышения уровня образовательного процесса, использования в практике передового опыта.
Консультация для родителей «Этико-эстетические аспекты культуры питания»	Познакомить родителей (законных представителей) с проблемами формирования культуры здорового питания»
Родительское собрание «Психологические аспекты организации питания детей»	Познакомить родителей (законных представителей) с психологическими аспектами организации питания детей».
Родительская почта	Привлекать родителей к решению интересующих их вопросов через родительскую почту, представляющую собой обмен вопросами и ответами между родителями и педагогами.
Семейный клуб «Счастливая семья»	Привлекать родителей к поиску оптимальных форм помощи ребенку для успешной социализации-индивидуализации в обществе.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Организация питания детей в ДОО должна сочетаться с правильным питанием ребенка в семье. Для этого требуется четкая преемственность между ними. Нужно стремиться к тому, чтобы домашнее питание дополняло рацион детского сада. С этой целью в группах организованы уголки питания, где вывешивается меню на каждый день. Рекомендуется для домашних ужинов использовать продукты, которые ребенок в этот день в детском саду не получал. В выходные и праздничные дни рацион ребенка лучше приближать к «детсадовскому».

### Памятка

- Детей надо кормить в строго отведенное время
- Давать в пищу только то, что полагается по возрасту и правильному рациону питания
- Кормить ребят надо спокойно, терпеливо, давая возможность хорошо пережевывать пищу
- Ни в коем случае не кормить ребенка насильно
- Не отвлекать от еды игрой
- Не применять поощрений за съеденную пищу, угроз и наказаний за не съеденную.
- Надо поощрять:
  - Желание ребенка есть самостоятельно
  - Стремление малышей участвовать в сервировке и уборке стола
- Надо приучать детей:
  - Перед едой мыть руки
  - Жевать пищу с закрытым ртом
  - Есть только за столом
  - Правильно пользоваться столовыми приборами
  - Окончив еду, благодарить. Вставая из-за стола, проверить свое место: достаточно ли оно чисто, при необходимости самостоятельно убрать.

### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Программа «Культура здорового питания» предполагает постоянную работу по её выполнению и совершенствованию. Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включенности педагогического коллектива в процесс реализации данной программы, осознанного понимания каждым воспитателем значимости стоящих перед ним задач.

### План реализации программы

Срок проведения	Виды деятельности		
	Работа с детьми	Работа с родителями	Работа с педагогами
Июнь-Июль	Спортивный праздник «Ешь здоровую пищу, будешь сильным и спортивным!»		
Август - Сентябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Блиц-опрос «Вкусная еда»</li> <li>• Д/и «Полезна - не полезна»</li> <li>• Д/и «Рекламный мячик»</li> <li>• Викторина «Вкусные исто-</li> </ul>	Анкетирование «Питание и здоровье детей»	Консультация для младших воспитателей на тему: «Организация процесса

	<p>рии”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Изготовление книжек - малышек: “Молочные продукты”, “Культура приема пищи”</li> <li>• Составление план - схемы для описательного рассказа о продуктах питания.</li> <li>• Альбом иллюстраций “Каша - гордость наша”, “Витамины”</li> <li>• Экспериментирование “Влияние газированных напитков для организма”</li> </ul>		питания»
Октябрь- Ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Занятие “Здоровое питание – здоровая жизнь”</li> <li>• Беседы: “Где прячется здоровье?”</li> <li>• Копилка “Народная мудрость о питании”.</li> <li>• Чтение сказки: “Каша из топора”</li> <li>• Чтение стихотворений о продуктах питания, “Приключение овощей”</li> <li>• “Правильное питание - залог здоровья” - театральное представление</li> </ul>	<p>Газета: “Ваше здоровье”</p> <p>Информационные листы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Организация питания ребенка”.</li> <li>• “Неполезные продукты питания”.</li> <li>• “Здоровое питание дошкольников”</li> </ul> <p>Памятка: “Формирование культуры трапезы”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Правильное питание - залог здоровья” - театральное представление</li> </ul>	Семинар практикум «Азбука питания. Полезные продукты»
Декабрь	<p>Выставка рисунков “Мои любимые продукты”</p> <p>Конкурс “Самая вкусная каша” (аппликация, рисование, коллаж)</p>	<p>Плакаты: “Здоровая пища”, “Неполезные продукты”.</p> <p>Составление семейных творческих презентаций “Мое здоровье в моих руках”, «Культура питания в моей</p>	Беседа «Сотрудничество педагогов и родителей для повышения эффективности организации работы по формированию культуры здорового питания у детей дошкольного возраста»

		семье»	
Январь	Семейный праздник “Здоровое питание – залог здоровья”		

### Приложение 13

#### Проект «Культура питания, как составная часть этики и эстетики питания»

Цель проекта: Разработка и реализация системы работы по организации этики и эстетики питания дошкольников.

Задачи проекта:

1. Модернизировать среду учреждения по организации эстетики питания.
2. Повысить компетентность сотрудников по обеспечению эстетики питания.
3. Разработать и апробировать новые формы по организации эстетики питания детей раннего и дошкольного возраста.
4. Разработать и внедрить новые формы сотрудничества с родителями по организации эстетики питания.

Психологический комфорт детей во время их пребывания в образовательной организации во многом зависит от того, как в нем организовано питание. Здесь важно все: качество предлагаемых детям блюд, их соответствие потребностям организма, разнообразие меню и сама процедура приема пищи и т.д.

1. Во-первых, создание условий.

Для того, чтобы во время приема пищи ребенок имел возможность сидеть комфортно, необходимо подобрать мебель в зависимости от роста детей. Мебель, создающая настроение, должна быть красивой, детской, современной. Столы необходимо расставить удобно, чтобы каждый ребенок мог спокойно сесть и выйти из-за стола. Воспитатель уса-

живает детей за столы так, чтобы сначала сели часто болеющие и те, кто плохо и медленно ест. Важно, чтобы дети могли видеть друг друга. Выходить из-за стола нужно постепенно.

## 2. Во-вторых, сервировка стола.

Особое внимание обратить на сервировку стола. Важнейшим условием является соблюдение гигиенических требований, а именно чистота столов, столовых приборов, помещение, где дети принимают пищу, должно быть обязательно проветрено. Посуда имеет огромное значение, а именно, ее цвет, состояние. Посуду необходимо подобрать красивую, детскую, наличие рисунка или цвета на каждом столе может быть свой или у всей группы один. Посуда, в которой подается пища должна быть небольшой и эстетичной. Не надо забывать и про наличие на столе красивой, подходящий под цвет посуды, скатерти или индивидуальной салфетки для каждого ребенка, которые часто стираются и не имеют пятен от предыдущей пищи. Для полноты сервировки можно поставить на стол и эстетическое украшение, например, вазу со сменяющимися по сезону наполнением. Все должно вызывать у детей желание сесть за стол.

## 3. В третьих, время перед приемом пищи.

Для поддержания хорошего аппетита у детей, следует уделять внимание оформлению, вкусу, аромату готовых блюд. Пища, находящаяся в тарелке должна иметь эстетический вид, красиво аппетитно разложенная в посуде перед ребенком. Все должно вызывать аппетит, желание принимать пищу. Перед приемом пищи необходимо создать спокойную, доброжелательную обстановку и поддерживать хорошее настроение детей, так как состояние нервной системы сказывается на аппетите. Можно поиграть перед обедом в спокойные игры.

## 4. В четвертых, прием пищи.

Для психологического комфорта важно качество предлагаемых детям блюд, и, конечно, соответствие блюд потребностям растущего организма, их разнообразие и сама процедура приема пищи. Прием пищи должен проходить как дома. В качестве средства профилактики психоэмоционального напряжения можно во время приема пищи включать спокойную музыку, неплохо установить декоративные фонтаны, аквариумы или мониторы с меняющимися изображениями пейзажей, что создает комфорт и уют. В группах могут быть созданы центры по этикету с использованием столовых принадлежностей: столовые приборы, столовую посуду, сервизы, яркие, красивые скатерти. Для организации работы может быть использован музыкальный центр с набором дисков для релаксации. При создании центров необходимо придерживаться основных принципов: гигиеничность, удобство расположения и использования, эстетичность оформления, привлекательность и яркость.

В настоящее время очень важным является повышение компетентности педагогов по разнообразным вопросам воспитания детей, в том числе эстетике питания. Условием успешности воспитания является достаточный уровень культуры педагогов, их профессионализм и педагогическое мастерство. Результат во многом зависит от того, как педагог сам владеет разнообразными методами и приемами.

Для этого важно создание творческой группы, проведение работы через проектную деятельность. В ходе работы предусмотрено проведение: семинара «Организация и методика проведения питания в детском саду», педагогического совета «Культура питания, как составная часть культуры здоровья», консультаций «Этико-эстетические аспекты культуры питания», «Психологические аспекты организации питания детей», «Эстетика питания, организация занятий Мастер-классу».

В целях оптимального воспитания и развития детей по эстетике питания использовались разнообразные методы, приемы и формы работы с детьми.

1. Наглядные: картинки, видеозаписи, фотографии, иллюстрации, схемы, видеоматериалы, продукты детской деятельности, фотографии, картинки-правила (разбор правил по картинкам).

2. Словесные: рассказ взрослого из личного опыта, сказка познавательного содержания, вопросы, беседа, рассказ ребенка из личного опыта, беседа.

3. Практические: самостоятельные действия с чайными и столовыми принадлежностями, изготовление рисунков, аппликаций для украшения праздничного стола, разбор проблемных ситуаций с игрушками: Незнайка приглашает гостей помочь накрыть стол к чаю; составление схемы сервировки стола и сервировка стола по ней; работа с использованием алгоритма изготовления украшений стола по темам: «Новый год», «8 марта», «День рождения», «Праздник пап»; творческая деятельность детей: складывание салфеток, украшение подарка, украшение стола.

Использование театра, музыки. Спектакли кукольного, настольного театра и т.п., инсценировки в исполнении отдельных детей, элементы театрализованной деятельности, сценки.

Художественное слово. Стихи, сказки, загадки, рассказы, пословицы, басни.

Игровые приемы. Занятие-игра, игровые упражнения, дидактические игры, игры-путешествия, элементы сюжетно-ролевых игр, игры-путаницы. Игровые упражнения, игры с правилами, игры-соревнования, кроссворды. Взаимодействие со сказочным персонажем. Поиграть вместе с ним, подсказать, помочь ему найти ошибку, научить чему-либо, брать пример. Наблюдения (за действиями взрослого и ребенка, любованием красотой эстетического оформления: стола, букета, подарка, салфетки и др.).

Поведение человека во время приема пищи регулируется правилами столового этикета, поэтому для успешного овладения детьми роли культурного человека за столом мы организовали обучение этим правилам.

Использование игрового приема для снятия психоэмоционального напряжения детей (игровой персонаж «Антошка»), цель такого приема это приучать детей есть аккуратно, пользоваться салфеткой, вызвать радостное настроение, что немаловажно и желание съесть все.

Проведение занятий: «Правила поведения за столом» это как сидеть за столом», «Как пользоваться столовыми приборами и принадлежностями», «Рыцари обеденного стола», «Как правильно и красиво сервировать стол.» - (знать как располагать салфетки, хлебницу, тарелки, столовые приборы (учитывать законы сервировки и эстетики), «Что, чем и как есть».

Включение бесед: «Что мы знаем о чашке», «Правила поведения за столом», «Твое любимое блюдо», «Полезные овощи» и др.

Использование дидактических игр: «Поваренок», «Азбука здоровья», «Посуда» и др.

Организация наблюдений: «Правильная сервировка стола», «Мы дежурируем» и т.п.

Организация выставок совместно с родителями: «В гостях у чашки», «Дары осени».

Введение традиций группы: «Веселый цветочек», «Сладкий вечер» «Витаминные дни», «Овощная фантазия», «День наливного яблочка».

Проведение смотров – конкурсов: «Праздничный стол для Деда Мороза», «Подарки Деду Морозу», «Испечем пирог маме», «Любимое блюдо для папы» и др.

Совместная работа с семьей:

1. Родительские встречи на тему «Выбираем полезные продукты» с дегустацией блюд и консультацией шеф повара по технологии приготовления, «Современный этикет и воспитание культуры поведения у дошкольников».

2. Консультации по вопросам эстетики питания «Из истории ложки и вилки», «Культурные дети - наше будущее», «Поведение за столом», «Посуда и столовые приборы», «Дорога ложка к обеду».
3. Встречи со специалистами по вопросам питания детей дошкольного возраста.
4. Организация совместных праздников, развлечений «Осеннее кафе», «Сладкая сказка», «Богатая осень».
5. Выставки «Украшение праздничного стола», «Богатая осень», «Дары осени», «Дорога ложка к обеду»
6. Оформление информационного стенда «Столовая посуда», «История вилки».
7. Оформление информационных папки для родителей «Эстетика питания», «Рыцари обеденного стола», «Все о салфетках», «Полезные овощи – кладезь витаминов».

## Приложение № 14

## Перспективное планирование по организации правильного питания детей

П

	Формы проведения	Цели и задачи	Работа с родителями
Сентябрь	Диагностика знаний, умений и навыков в области питания детей дошкольного возраста. Д/и «Найди свою покупку». С/р игра «Универмаг»	Выявить уровень знаний и умений в области здорового питания детей. Дать представление о полезных продуктах, формировать знания об овощах, фруктах. Учить находить и называть предметы на ощупь, развивать логику, речь, мышление.	Анкетирование «Физкультурно-оздоровительная работа» Общее родительское собрание «Организация здорового питания в ДОО» Беседа «Правильное питание для роста и развития ребенка»
Октябрь	Беседа «Мы обедаем» «Как правильно сервировать стол?» С/р игра «Мы готовим обед» Лото «Магазин» Д/и «Из чего приготовлен»	Обогатить позитивный эмоциональный опыт детей при освоении первых правил поведения за столом. Знакомить с названиями столовой посуды, их	Консультация «Едим в кругу семьи» Консультация «Основные свойства продуктов питания»

	продукт - закрепить знания детей о пользе молока.	формой, цветом; объяснять детям последовательность расстановки приборов для обеда.	
Ноябрь	Творческая деятельность «Угощение для Мишки С/Р игра «Помогаю маме помыть посуду» Аппликация «Вкусная каша»- использование различных круп. Чтение Б. Гримм «Волшебный горшочек».	Формировать умение последовательно выполнять действия, называть предметы и действия с ними; развивать ласковое, заботливое отношение к кукле. Воспитывать интерес и уважение к труду взрослых.	Индивидуальная беседа «Питание ребёнка в детском саду»
Декабрь	Игра – занятие «Фруктовый салат для животных» Беседа «Что такое витамины?» Беседа «Овощи и фрукты – витаминные продукты» Д/И «Волшебный мешочек» «Фрукты и овощи» Чтение «Азбука здоровья» С. Волков. Чтение Н. Носов «Огурцы»	Нарезать пластилиновые овощи пластмассовым ножом; перемешивать большой ложкой салат в миске; кормить кукол салатом.	Консультация «Как помочь малоежке?» «Почему у детей пропадает аппетит?»
Январь	«Культура питания детей» – беседа. Д/И «Полезные и вредные продукты» Чтение «Каша из топора» Беседа «Что можно приготовить из овощей и фруктов» . Д/и «Обед из овощей и	Формировать знания о правильном питании. Развивать речь, мышление, умение анализировать, сравнивать.	Консультация «Вредные продукты. Какие болезни мы приготовили для своих детей?»
Февраль	Чтение худ. лит «Кто у нас любимый самый» Беседа «Посуда и история» История появления посуды. Д/и «Какая бывает посуда?» Д/И «Разложи продукты по полочкам».	Формировать культурно-гигиенические навыки Рассматривание тарелки, столовой ложки, салфеток. Развивать умения культурно – гигиенических навыков	Родительское собрание «Здоровое питание залог успеха» Индивидуальная беседа «Культура поведения ребёнка дома и в детском саду»
Март	Беседа «Как пользоваться салфеткой во время еды?» Рассматривание иллюстрации «Сервируем стол»	Научить простейшим действиям с сюжетными игрушками (кормление), прививать гигиенические навыки; вызывать речевую активность; воспитывать добрые чувства к	Консультация «Основные правила питания детей» «Оставьте выбор за ребёнком»

		<p>кукле.</p> <p>Воспитывать культурно-гигиенические навыки.</p> <p>Формировать умение последовательно выполнять действия, называть предметы и действия с ними.</p>	
Апрель	<p>Беседа «Что хорошо, а что плохо»</p> <p>С/Р игра «Наведем большую куклу»</p> <p>Творческая работа «Приготовим угощение»</p> <p>Д/И «Четвёртый лишний»</p>	<p>Закреплять знания детей о соблюдении правил за столом,</p> <p>Развивать умения лепить предметы круглой формы, воспитывать чувство сострадания.</p> <p>Классификация посуды по назначению, использованию.</p>	<p>Консультация «Вред жевательной резинки»</p> <p>Беседа «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей»</p>
Май	<p>Итоговое занятие «Мы идём на день рождения»</p> <p>С/Р игра «Мы идём в гости»</p> <p>Диагностика знаний, умений и навыков в области питания детей дошкольного возраста.(конец года)</p>	<p>Обобщить знания детей о сервировке стола, о некоторых продуктах питания;</p> <p>закрепить навыки культуры еды, пользования чайной посудой;</p> <p>воспитывать умение быть гостеприимными при встрече гостей, радоваться их приходу, выражать слова благодарности, проявлять внимание во время угощения;</p>	<p>Викторина «Мы здоровые ребята»</p> <p>Чаепитие.</p>

## План работы

методического сопровождения процесса реализации работы по формированию культуры здорового питания детей

№ п/п	Содержание	Сроки	Форма организации	Ответственные	Форма предъявления
1	2	3	4	5	6
1-й этап. Организационно-педагогический					
1	Обсуждение и утверждение плана работы организации работы по ФКЗП детей	Сентябрь	Совет педагогов №1	Ст. воспитатель	Решение Совета педагогов. План работы на год.
2	Создание проблемной группы для реализации плана работы по ФКЗП	-//-	-//-	-//-	Решение Совета педагогов.
3	Составление картотеки методической литературы по организации работы по ФКЗП детей	Октябрь	Совещание пед. работников	-//-	Картотека методической литературы
4	Изучение методической литературы организации работы по ФКЗП детей	В течение года	-//-	-//-	Отчет по самообразованию
5	Обучающий семинар «Планирование педагогической деятельности по формированию культуры здорового питания детей»	Сентябрь	Семинар	-//	Материалы семинара
6	Тематический контроль «Внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс: культура	Октябрь	План-задание тематического контроля	Комиссия по проведению тематического контроля	Справка по результатам контроля. Приказ

	питания»				
7	Защита программ индивидуального педагогического поиска на Методическом совете МБДОУ	Сентябрь	Заседание Методического процесса	Ст. воспитатель	Протокол заседания Методического совета
2 этап. Поисково-внедренческий					
8	Работа проблемной группы по реализации плана работы	В течение года	Заседание проблемной группы	Руководитель проблемной группы	Рабочие материалы группы
9	Выполнение плана работы по реализации программы «Культура здорового питания»	-//-	Методические мероприятия	Ст. воспитатель, педагогические работники	Методические материалы
10	Выполнение планов работы на учебный год: -по приобщению родителей к культуре здорового питания ; - обучению педагогических работников культуре здорового питания	-//-	-//-	-//-	-//-
11	Заседание Совета педагогов по теме «Совершенствование образовательного процесса на основе технологий формирования культуры здорового питания»	Ноябрь	Заседание Совета педагогов №2	Председатель Совета педагогов	Протокол. Решение заседания Совета педагогов №2
12	Обучающий семинар на тему «Педагогический мониторинг сформированности культуры здорового питания»	Март	Семинар	Ст. воспитатель	Материалы семинара
13	Реализация индивидуальных программ педагогического по-	В течение года	Совещание педагогиче-	Ст. воспитатель, педагогические ра-	Протоколы. Отчеты о проделанной работе.

	иска педагогических работников МБДОУ		ских работников. Заседание Совета педагогов	ботники	Мониторинг
14	Клуб заинтересованных родителей	-//-	Клуб заинтересованных родителей	Ст. воспитатель	Протоколы заседаний
15	Пропаганда педагогических знаний	-//-	Консультации, семинары. «Уголки здорового питания»	Педагогическое и медицинские работники	Методические материалы
3 этап. Итогово-обобщающий					
16	Итоговое заседание Совета педагогов на тему Анализ результатов работы за учебный год»	Май	Заседание Совета педагогов	Председатель Совета педагогов	Протокол. Решение заседания Совета педагогов
17	Обобщение лучшего педагогического опыта	Апрель	Совещание педагогических работников	Ст. воспитатель	Опыт работы (методические материалы)
18	Анкетирование педагогических работников «Соблюдаете ли вы культуру здорового питания?»	Ноябрь	Заседание Совета педагогов №2	Инструктор по физической культуре	Справка по результатам исследования
19	Социально-гигиенический скрининг условий и образа жизни семей воспитанников	Апрель	Совещание педагогических работников	-//-	Справка по результатам исследования
20	Анкетирование родителей «Формирование культуры здорового питания»	Апрель	-//-	Психолог	Справка по результатам анкетирования

21	Совещание педагогических работников на темы: «Анализ работы за I полугодие учебного года»; Представление опыта работы по внедрению технологий по формированию культуры здорового питания в образовательный процесс»	Январь          Апрель	-//-	Заместитель заведующего по ВМР	Протоколы совещаний пед. работников
22	Обобщение опыта работы МБДОУ по реализации собственной программы	Май	Заседание Совета педагогов №2,4	-//-	Оформление папки с опытом работы МБДОУ. Представление опыта работы в СМИ

## Формы методической работы с педагогами

### I. Деловая игра для педагогов по культуре здорового питания

#### «Кто хочет стать профессионалом»

Цель: Повышать профессиональную компетентность педагогов в реализации программы «Культура здорового питания».

Задачи:

1. Расширять и обогащать знания педагогов о правильном питании, о полезных продуктах, о принципах и правилах здорового питания.
2. Развивать кругозор.
3. Развивать мотивацию к здоровому образу жизни и к правильному питанию.

Материалы и оборудование: Мультимедийное оборудование, витамины.

Аннотация: Работа представляет собой деловую игру - викторину для педагогов по здоровому питанию, которую можно проводить на педсоветах, семинарах посвящённых вопросам правильного питания, в практической части. В деловой игре использованы самые интересные, на наш взгляд, факты, истины, доводы о здоровом питании.

Ход:

Ведущий: Уважаемые коллеги, я приглашаю Вас на игровую площадку знаний. Наше общение пройдет в форме игры «Кто хочет стать профессионалом?». В отборочном туре примут участие все педагоги. Игрокам будут предложены 15 вопросов. На каждый вопрос предлагаются 4 ответа, выбрать надо один ответ. Игроки могут воспользоваться только двумя подсказками: помощь зала и звонок другу (или помощь эксперта). Естественно, каждый вопрос имеет свою «цену»: 1-й-100, 2-й-200, 3-й-300, 4-й-500, 5-й-1000, 6-й-20000, 7-й-4000, 8-й-8000, 9-й-16000, 10-й-32 000, 11-й-64 000, 12-й-125 000, 13-й-250 000, 14-й-500 000, 15-й-1000 000 очков. Абсолютными победителями объявляются игроки, набравшие 1 000 000 очков. Если игроки успешно справляется с заданиями, им присваивается звание «Знатоки правильного питания» и, конечно, их ждёт приз 1000000 витаминов. Успешной, азартной, веселой вам игры!

1. Назовите продукт питания, который помогает при простуде
  - Лимон
  - Шоколад
  - Укроп
  - Колбаса

Ответ - комментарий: Издавна лимон славился своими противовирусными профилактическими свойствами. Особенно полезен лимон при простуде – как щедрый источник витаминов (помимо ценного витамина С, лимон содержит А, В1 и В2, Р) и фитонцидов – ценнейших веществ, особенно в период вирусных эпидемий. Фитонциды – это особые летучие соединения, которые выделяют некоторые растения, и которые способны убивать ряд вредных бактерий и вирусов. Для тех, кто не выносит ни запаха, ни вкуса чеснока или лука, в которых тоже фитонцидов в избытке, лимон (особенно в сочетании с медом) – просто находка.

2. Родина этого ароматного напитка - Китай. Именно здесь научились выращивать чудесные листья, которые дают золотистый бодрящий настой. Этот настой называют «лекарством от тьмы болезней». Что это за напиток?

- Кофе
- Чай
- Квас
- Кисель

Ответ – комментарий: Это чай. И не просто чай, а зеленый. Он снимает усталость, улучшает работу сердца, предотвращает кариес, препятствует развитию раковых опухолей, способствует долголетию, дает эффект омоложения. Четыре тысячи лет употребляют люди этот напиток. Сотни сортов его можно встретить на прилавках. Желтый, красный, черный, белый. Но сами китайцы отдают предпочтение зеленому. Считается, что именно он самый полезный. Но только заваривать его надо в натуральном виде, из листьев, а не в пакетиках.

3. Это строительный материал для клеток, необходим для роста, развития и обмена веществ в организме

- Углеводы
- Белки
- Жиры
- Витамины

Ответ - комментарий: Белки это строительный материал для клеток. Необходим для роста, развития и обмена веществ в организме, делают организм более сильным. Недостаток приведет к заболеваниям: малокровие, задержка роста, инфекции. Избыток приводит к перегрузке печени, почек. Содержится: в крупах, горохе, мясе, рыбе, твороге, молоке, сыре, яйцах.

4. Какой картофель полезнее?

- Картофель очищенный и сваренный целыми клубнями
- Картофель, нарезанный на кусочки
- Картофель, сваренный в кожуре
- Картофель жареный

Ответ - комментарий: Очень полезен вареный картофель в кожуре (в мундире). Таким способом варки сохраняется большое количество полезных веществ.

5. В каком продукте питания больше всего витамина С?

- В апельсинах
- В сладком болгарском перце
- В лимонах
- В смородине

Ответ - комментарий: Болгарский сладкий перец должен присутствовать ежедневно у каждого на столе, съев один крупный красный перец можно полностью перекрыть суточную потребность в витамине С.

6. Этот сладкий тропический фрукт обладает целебными свойствами: снимает стрессы, восполняют утраченные силы, повышает уровень гемоглобина в крови, обеспечивает мозг кислородом, улучшает работу сердца. Но тем, кто переживает за свою талию, увлекаться этим продуктом не стоит. В нем слишком много калорий.

О каком фрукте идёт речь?

- Банан
- Манго
- Яблоко
- Ананас

7. Как называется ощущение, связанное с потребностью в пище?

- Режим питания
- Меню
- Аппетит
- Рацион

Ответ - комментарий: Аппетит (от лат. appetitus — стремление, желание) — ощущение, связанное с потребностью в пище, а также физиологический механизм, регулирующий поступление в организм пищевых веществ. Аппетит тесно связан с деятельностью пищевого центра, преимущественно с его отделами в гипоталамусе и коре больших полушарий головного мозга. Аппетит определяется приходящей в пищевой центр информацией об условиях питания, поступлении и усвоении пищи, расходовании пищевых запасов.

8. В очищенном виде этот продукт похож на мозг человека, поэтому считается, что он «ума, силы и памяти прибавляет»

- Грецкий орех
- Арахис
- Апельсин
- Фасоль

Ответ - комментарий: Это действительно грецкий орех. Полезен он также для сердца, для зрения, для обмена веществ. Этот продукт можно есть в сыром виде, можно его использовать в салатах, начинках для теста, в кондитерских изделиях.

9. Витамин Р необходим человеческому организму. Он укрепляет стенки кровеносных сосудов. Как вы думаете, в каких продуктах питания витамина Р больше всего?

- Фасоль, соя, урюк, зелень
- Яйца, хлеб, макароны, злаковые
- Цитрусовые, черная смородина, шиповник
- Творог, молоко, сметана, масло

Ответ – комментарий: Получать рутин, витамин Р, разумнее всего из сырых продуктов, ведь из – за высокой температуры он быстро разрушается. Имеется он практически во всех сырых фруктах и овощах, в которых есть аскорбиновая кислота.

10. Назовите главный принцип правильного питания ребёнка

- Пища должна быть регулярной и разнообразной
- Пища должна быть калорийной
- Пища должна быть лёгкой
- Пища должна быть вкусной

Ответ - комментарий: В основе правильного питания лежат 5 принципов. Правильное питание должно быть регулярным, разнообразным, адекватным, безопасным и приносить удовольствие. Регулярность – то есть режим питания. Уже в дошкольном возрасте можно научить ребенка самостоятельно определять по часам время основных приемов пищи. Питание по часам важно в любом возрасте, но ее значение особенно велико для детей 6-7 лет, так как происходит активный рост и созревание организма. У ребенка должно быть сформировано представление о том, что ежедневная еда – это обязательно завтрак, обед, полдник и ужин.

Разнообразие – задача педагогов и родителей сформировать разнообразный вкусовой кругозор, чтобы ему нравились разные продукты и блюда. Надо помочь понять, что вкусная, не всегда полезная еда.

Адекватность – это восполнение энерго затрат организма. У детей необходимо сформировать представление о том, какое количество пищи достаточно, недостаточно и избыточно.

Безопасность – безопасность питания обеспечивают 3 условия – это соблюдение правил личной гигиены, умение различать свежие и несвежие продукты, осторожное обращение с незнакомыми продуктами.

11. Гиппократ сказал: «Ваша пища должна быть лекарством, а лекарство должно быть пищей». К какому овощу можно отнести это изречение?

- К свёкле
- К тыкве
- К картофелю
- К капусте

Ответ - комментарий: Издавна капусте приписывали способность исцелять людей от многих болезней. С древних времён капусту использовали для лечения бессонницы, головной боли. Ее соком смазывали раны.

12. Какой учёный придумал слово витамин?

- Русский учёный Николай Блинков
- Американский ученый – биохимик Казимир Функ
- Польский учёный – Яков Вага
- Французский учёный - Луи Пастер

Ответ - комментарий: Американский ученый – биохимик Казимир Функ – открыл вещество “амин” - и соединив с латинским словом “Vita” (жизнь) – получил витамин.

13. Из чего варилась знаменитая «суворовская» каша?

- Из гороха, пшена, перловки, гречихи, лука, масла
- Из перловки
- Из кукурузы, пшена, лука, масла
- Из риса, пшена, лука

Ответ - комментарий: Знаменитый рецепт суворовской каши родился во времена исторического перехода армии Суворова через Альпы. К концу подходили запасы – оставалось чуть-чуть гороха, пшена, перловки, гречихи. Чем же накормить истощенных солдат? Суворов приказал все варить в общем котле, добавив лука и масла. Оказалось очень вкусно и полезно, а такую кашу называют сейчас «суворовской». Современная диетология подтвердила, что каша из нескольких видов круп полезнее, чем каша из одной определенной крупы. Каждая крупа имеет свой химический состав, со, свойственными только этому злаку, полезными качествами, а смесь из нескольких круп сочетает в себе полезные свойства каждой крупы, что увеличивает пищевую и биологическую ценность такой каши. Спортивные туристы и альпинисты также готовят кашу «дружба» из смеси нескольких круп, так получается полезнее и вкуснее

14. Сколько калорий должен потреблять в день ребёнок - дошкольник?

- 2000 ккал
- 1500 ккал
- 1800 ккал
- 1900 ккал

Ответ - комментарий: Общая калорийность пищи примерно 1800 ккал, а по весу в день ребенок должен съесть около 1,5 кг пищи.

15. Пирамида питания представляет собой схему обязательных продуктов на каждый день. В ее основании находятся самые важные продукты, а на вершине те, которые следует потреблять очень умеренно. Какие продукты находятся в основании детской пирамиды питания?

- Растительные масла, орехи и семечки
- Злаки, крупы, картофель, макаронные изделия
- Овощи, фрукты, ягоды
- Мясо, рыба, птица, яйца, молоко и молочные продукты

Ответ - комментарий: Пирамида очень проста. Она представляет собой схему обязательных продуктов на каждый день. В ее основании находятся

самые важные продукты, а на вершине те, которые следует потреблять очень умеренно: основание: злаки, крупы, картофель, макаронные изделия; дальше - овощи, фрукты и ягоды; потом - белковые продукты: мясо, рыба, птица, яйца, молоко и молочные продукты; орехи и семечки; вершина пирамиды: масла, соль, сладости, газированные воды и различные сахара.

Наша игра подошла к завершению. И мы должны с Вами подвести итог нашей работы. Скажите, пожалуйста, что Вам больше всего понравилось? Что взяли для себя полезного из нашей игры?

## II. Деловая игра «Здоровые педагоги - здоровые и дети»

Задачи:

1. Проверить компетентность в вопросах о здоровом образе жизни.
2. Воспитывать культуру здоровья и здорового образа жизни.
3. Развивать чувство ответственности, коллективизма, уверенности в себе, своих силах.

Педагоги делятся на 2 команды. За каждый правильный ответ команда получает приз (орешки)

Предлагаю вашему вниманию 1 задание «Найди правильный ответ»,

1. Закончи определение: отсутствие болезни и физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие:
  - Здоровье
  - Сон
  - Питание
2. Что согласно известному лозунгу, является залогом здоровья:
  - Красота
  - Чистота
  - Доброта
3. Как называется наука о здоровье:
  - Физиология
  - Геронтология
  - Валеология
4. Существует множество пословиц и поговорок о здоровье. В какой из перечисленных пословиц допущена ошибка:
  - Здоровье за деньги не купишь
  - Здоровье дешевле богатства
  - Здоровье дороже всего на свете
5. Состояние, при котором замедляется большинство физиологических процессов и создаются лучшие условия для восстановления работоспособности организма
  - Сон
  - Игра
  - Отпуск

6. Рациональное распределение времени на все виды деятельности и отдыха в течение суток это –

- Игра
- Занятие
- Режим дня

7. У детей чаще бывает искривление позвоночника и ног, чем у взрослых. Однако дети реже ломают кости, чем взрослые. От наличия какого вещества в костях это зависит? Из каких продуктов питания организм может получить это вещество? Какой витамин необходим организму для усвоения этого вещества костями?

Ответ: Это вещество-кальций, он придает костям твердость. Много кальция содержат молочные продукты. Витамин D способствует поступлению кальция в кости и предотвращает рахит.

8. Заяц, воспитанный в клетке, умирает при первом быстром беге. Может ли такое приключиться с человеком? Что такое гиподинамия, и чем она опасна?

Ответ: Безусловно, если нетренированный человек будет участвовать в соревновании по бегу. Гиподинамия - малоподвижный образ жизни, опасен тем, что приводит к ослаблению мышечной системы, ожирению, заболеваниям сердца, пищеварительной системы и т. д.

9. В семье два сына. Один из них каждое утро умывается холодной водой, а другой - теплой. Кто из них реже болеет простудными заболеваниями? Почему?

Ответ: Холодная вода – средство закаливания, поэтому реже простужается первый мальчик.

10. В весенние месяцы повышаются утомляемость, вялость, раздражительность. Кровоточат десны. На коже могут появляться синяки. Отчего это бывает? Как с этим бороться?

Ответ: Это проявление авитаминоза. Весной организм испытывает недостаток витаминов, что можно исправить, употребляя в пищу поливитамины или вводя в свой рацион салаты из моркови, яблок, свеклы, капусты, лука, зелени и т.д.

11. Сколько должен спать человек? В какое время сон эффективнее?

Ответ: Восточные мудрецы подметили, что сон до полуночи в два раза эффективнее сна после 12 часов ночи. Поэтому рекомендуется пораньше ложиться и так же рано вставать: спать с 21-23 часов до 6-7 часов. Длительность сна 8-9 часов.

12. От чего зависит здоровье детей? (организация оптимального двигательного режима; прогулка; проветривание; профилактика простуды; безопасно организованная среда; соблюдение режима дня)

13. Вы на прогулке с детьми, пошел дождь. Как это погодное явление превратить в фактор детского развития? (организовать подвижную игру: «Убежим от дождика»; летом в экологически чистом районе использовать как фактор закаливания) и т.п.

14. Детский туризм это - ... (прогулки и экскурсии).

2 задание "Организация здоровьесберегающей работы"

1. Назовите формы организации здоровьесберегающей работы:

1. физкультурные занятия
2. самостоятельная деятельность детей
3. подвижные игры
4. утренняя гимнастика (традиционная, дыхательная, звуковая)
5. двигательно-оздоровительные физкультминутки
6. физические упражнения после дневного сна
7. физические упражнения в сочетании с закаливающими процеду-

рами

8. физкультурные прогулки (в парк, на стадион)

9. физкультурные досуги

10. спортивные праздники

2. Назовите виды здоровьесберегающих технологий (дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз самомассаж, пальчиковая гимнастика, гимнастика бодрящая после сна, коммуникативные игры, сказкотерапия, динамические паузы).

3 задание «Сказка на пустом месте»

Здоровье ребенка зависит от психологического климата в группе, от умения воспитателя поддерживать эмоциональный настрой детей. Представьте, что у вас под рукой ничего нет, кроме тех предметов, которые находятся в данном сундучке. Каждая команда берет из сундучка по 2 предмета, дополняет их необходимыми деталями, с помощью которых эти предметы «оживают», и рассказывает сказку или стихотворение. (игрушки )

4 задание «Правила здорового педагога»

Вам необходимо разработать и записать «Правила здорового педагога».

(Каждой группе раздаются листы ватмана и маркеры, время работы – 10 мин. Включается музыка...

**ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ.**

Наша игра подошла к концу. И мы должны с Вами подвести итоги сегодняшней работы. Я прошу вас заполнить анкету-интервью, в которой вы выразите отношение к участию в игре. А итоги нашей игры подведут жюри.

**АНКЕТА.**

1. Больше всего мне понравилось....

2. Самым полезным для меня было...

3. Мои пожелания и предложения....

### III. Мастер-класс для воспитателей на тему: «Здоровьесберегающие технологии в работе педагогов ДОО»

Цель: Распространение педагогического опыта по применению здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе.

Задачи:

- Формирование элементарных представлений о здоровьесберегающих технологиях и возможностях их применения.
- Познакомить педагогов с разнообразными приемами и методами, которые оказывают положительное воздействие на здоровье воспитанников.
- Познакомить с методикой их проведения

Ход мастер – класса

- Здравствуйте, уважаемые коллеги! Сегодня наш мастер-класс будет проходить под девизом: «Я здоровье берегу - сам себе я помогу!»

Но прежде, чем мы начнем, я бы хотела, чтобы вы выполнили следующее задание, которое называется «Воздушный шар»

Я сейчас раздаю листочки. Нарисуйте на нем воздушный шар, который летит над землей. Дорисуйте человечка в корзине воздушного шара. Это Вы. Вокруг вас ярко светит солнце, голубое небо. Напишите, какие 9 ценностей, важные для вас настолько, что Вы взяли бы их с собой в путешествие (например: деньги, здоровье, семья, работа, любовь и т. д.) А теперь представьте, что ваш воздушный шар начал снижаться и грозит скоро упасть. Вам нужно избавиться от балласта, чтобы подняться вверх. Сбросьте балласт, то есть вычеркните 3 (а потом еще 3) слова из списка. Что вы оставили в списке?

(Все зачитывают по кругу свои жизненные ценности. Ведущий записывает их на доске. Если слова повторяются, то ведущий ставит плюсы. Затем определяется рейтинг жизненных ценностей по количеству плюсов и по важности для присутствующих. Например: 1 место – здоровье, 2 место – семья и т. д.)

Как известно, хорошее здоровье способствует успешному воспитанию и обучению, а успешное воспитание и обучение – улучшению здоровья. Образование и здоровье - неразделимы.

Когда впервые детям задаешь вопрос «что же самое дорогое и ценное в жизни человека», то чаще всего слышишь в ответ: «деньги», «машина», и т. д. Иногда после наводящих вопросов называют здоровье», «жизнь», а бывает, и не упоминают их в числе основных ценностей. Спрашиваешь: «Вы болеете?» все дружно говорят: «Да» - А чем вас лечат?» - «Таблетками».- «А можно быть здоровыми без таблеток? – Нет!» Такие слова говорят о том, что детей нужно учить быть здоровыми. Из детства ребенок выносит то, что сохраняет потом на всю жизнь.

Януш Корчак писал: «Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясним им, и они будут беречься»

Для эффективного решения проблемы здоровья детей в дошкольном учреждении используются здоровьесберегающие технологии. Что же это такое? Это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействия всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. Другими словами, это все формы, средства и методы, используемые в дошкольном учреждении, для укрепления и сохранения здоровья.

В своей работе использую как традиционные, так и нетрадиционные методы: пальчиковую гимнастику, массаж и самомассаж, Су-Джок – терапию, дыхательную гимнастику, музыкотерапию, релаксацию, гимнастику для глаз. Несомненно, что перечисленные выше методы являются составляющей здоровьесберегающих технологий. И мне бы сегодня хотелось, уважаемые коллеги, поближе познакомить вас с вышеназванными методами. Буду рада, если данные методы вы будете использовать в своей работе.

1. Одними из форм оздоровительной работы являются – Пальчиковая гимнастика и дыхательная гимнастика. Я вам предлагаю разделиться на команды. (У каждой команды лист с текстом пальчиковой гимнастики. Командам нужно придумать движения и продемонстрировать гимнастику в соответствии с текстом)

1 команда: Сбил, сколотил – вот колесо.

Сел да поехал. Ах, хорошо!

Оглянулся назад – одни спицы лежат.

2 команда: Жил – был зайчик длинные ушки.

Отморозил зайчик носик на опушке.

Отморозил носик, отморозил хвостик

И поехал греться к ребятишкам в гости.

2. А пока команды готовятся, мы с вами сделаем упражнение по дыхательной гимнастике. Это упражнение называется «Гуси шипят»,

И. п. Встать, ноги врозь на ширине плеч, руки на пояс. «РАЗ, два, три, четыре» - наклониться вперед и, вытягивая шею, произнести на удлиненном выдохе: «Ш-Ш-Ш-Ш». Повторить 3-4 раза в медленном темпе.

3. Следующий метод, с которым я вас познакомлю, Су-Джок терапия. Су-Джок терапия – это последнее достижение восточной медицины. В переводе с корейского языка Су-кисть, Джок-стопа. Су-Джок – терапия оказывает воздействие на биоэнергетические точки с целью активизации защитных функций организма (Направлена на воздействие зон коры головного мозга с целью профилактики речевых нарушений)

Сейчас мы выполним массаж пальцев рук «Су-Джок» он будет представлен в стихотворной форме. Данный массаж выполняется специальным массажным шариком. Я буду проговаривать текст, и показывать движения, а вы повторяйте за мной.

«Ежик»

Катится колючий ежик, нет ни головы, ни ножек.

По ладошке бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит.

(Катаем шарик, слегка сжимая ладонями, прямыми движениями между ладонями)

Мне по пальчикам бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит.

Бегаёт туда – сюда, мне щекотно, да, да, да

(Движения по пальцам)

Уходи колючий еж в темный лес, где ты живешь!

(Кладем в ладонь шарик и берем подушками пальцев)

4. С успехом в своей работе использую элементы точечного массажа.

Ученым давно известно, что есть связь между участками кожи и внутренними органами. В результате точечного массажа, укрепляются защитные силы организма. И он сам начинает вырабатывать «лекарства», которые намного безопаснее таблеток. Давайте выполним упражнение, его можно делать, как сидя, так и стоя.

Точечный массаж + пальчиковая гимнастика

Крылья носа разотри – раз, два, три

И под носом себе утри – раз, два, три

Брови нужно расчесать – раз, два, три, четыре, пять

Вытри пот теперь со лба – раз, два

Серьги на уши повесь, если есть.

Заколкой волосы скрепи – раз, два, три

Сзади пуговку найди и застегни

Бусы надо примерять, применять и надевать

А сюда повесим брошку, разноцветную матрешку.

А сюда браслетики, красивые манжетики.

Девочки и мальчики, приготовьте пальчики

Вот как славно потрудились и красиво нарядились

Осталось ноги растереть и не будем мы болеть.

5. Следующий метод «Гимнастика для глаз». Регулярная гимнастика для глаз, способствует улучшению и сохранению остроты зрения, улучшению мышц глаза и стенок кровеносных сосудов.

Упражнение «Часы» Приступим к выполнению.

Вы помните, как идут часы, и какую песенку они поют? (Тик – так, тик – так)

А теперь давайте представим, что наши глазки – это и есть часы. Нужно не поворачивая головы, водить только глазами вправо – влево, вправо – влево и приговаривать: тик – так, тик – так. Остановились часы (закрываем глаза) И снова часики пошли. (И так чередовать 3 – 4 раза)

6. Следующий метод – Релаксация.

Сядьте по удобнее. Представьте себе, что вы загораете у моря, на солнышке. Солнышко греет ваше лицо. (Поднять лицо вверх). Вы расслабились, вам хорошо. Но вот солнышко зашло за тучку, стало холодно – все сжались в

комочек, чтобы согреться (задержать дыхание). Солнышко вышло из – за тучки, снова стало жарко – все расслабились (на выдохе) Повторить 3 – 4 раза.

7. И последний метод – это Музыкаотерапия. Музыкаотерапия – это когда слушают музыку. О том, что музыка способна изменить душевное и физическое состояние человека, знали еще в Древней Греции и других странах. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание. Музыка действует избирательно, в зависимости от характера произведения, от инструмента, на котором она исполняется. Так, например, скрипка и фортепиано, успокаивает нервную систему, а флейта оказывает расслабляющее действие. (Прослушивание Л. В. Бетховена «К Элизе»)

Вот на такой приятной ноте мы и закончим. Я благодарю вас за внимание, мне было очень приятно общаться с вами. Все упражнения, которые мы с вами выполняли, вы можете выполнять и с детьми дома. До свидания.

#### IV. Семинар-практикум «Азбука питания. Полезные продукты»

Участники: родители группы, старшая медсестра, воспитатель

Задачи:

- Привлечение родителей в жизнь группы;
- Выявление проблемы семьи в вопросах здорового питания;
- Воспитать у взрослых сознательное отношение к здоровью: дать понять, чтобы быть здоровым – организму требуется пища, богатая витаминами, которых много в овощах, фруктах и других полезных продуктах;
- Познакомить с витаминами, их значением для организма.

Ожидаемые результаты:

1. Расширение представлений у родителей мотивации к здоровому питанию,
2. формирование ответственности за здоровое питание детей,
3. использование родителями некоторых видов витаминных блюд в домашних условиях.

Информационно - техническое обеспечение:

Музыкальный центр, компьютер, проектор.

Материалы и оборудование:

ручки, листы бумаги для заметок, карточки с различными видами продуктов, поощрительные значки к игре «Полезные и вредные продукты», 3 платка, 3 блюда, яблоко, апельсин, лимон для игры «Витаминное угощение», магнитофон с записями тематических песен и мелодий, памятка для родителей: «Советы Доктора Витаминкина», стенды: «Никогда не унываем, потому что принимаем...», «Полезные витаминки», фишки для голосования.

Логика проведения:

1. Подготовительный этап

Анкетирование родителей «Питание в семье».

Оформление памяток для родителей.

Изготовление родителями стендов: «Никогда не унываем, потому, что принимаем...», «Полезные витаминки»

Изготовление приглашений каждой семье: «Уважаемые... (И. О.)! Если вы заинтересованы в сохранении и укреплении здоровья вашего ребёнка, приглашаем вас к разговору о правильном питании детей. Наша встреча состоится 26 сентября в 17. 00 часов. Вас ожидает:

встреча со старшей медсестрой нашего ДОУ,

просмотр видеofilmа о питании ваших детей в детском саду.

обсуждение текущих вопросов.

С уважением воспитатель группы Землянская Галина Александровна

II. Вступительный этап.

Звучит детская песня «Воспи-пи-пи-питание»

1. Все мы хотим, чтобы наши дети, вырастая, входили в жизнь не только знающими и образованными, но и здоровыми.

Правильное питание ребёнка - важнейшее условие его нормального роста и развития, залог здоровья. Снижение уровня показателей здоровья детей и подростков – актуальная проблема современного общества, поэтому необходимо начинать разговор с детьми о правильном питании уже в дошкольном и младшем школьном возрасте.

А поговорим мы сегодня о еде – о полезных продуктах.

Для чего человеку необходима пища? (ответы родителей).

Еда даёт всем живым существам строительный материал для роста и снабжения их энергией. Эта энергия согревает нас, приводит в движение сердце, мышцы, заставляет работать мозг, приносит бодрость и силу. Без еды мы не можем расти, двигаться, сохранять тепло, поправляться после болезни, жить. Нам нужно много разнообразной пищи, чтобы быть здоровыми.

- Родители, как вы думаете, какие продукты могут быть полезны для детей? (ответы родителей).

- А сейчас, мы, проверим, хорошо ли вы знаете эти продукты.

Проводится игра для родителей «Полезные и вредные продукты».

Цель: закрепить представления родителей о том, какая еда полезна, какая вредна для нашего и детского организма.

Оборудование: карточки зелёного и красного цвета, картинки с изображением продуктов питания: торт, лимонад, копчёная колбаса, пирожные, конфеты, чёрный хлеб, каша, молоко, варенье, сок, овощи, фрукты; поощрительные значки, вырезанные из картона: яблоко, морковь, груша.

Правила игры: Родителям раздают картинки с изображением различных продуктов питания. Под зелёную карточку надо положить картинки с полезной едой, а под красную – с вредной. Родители должны быть внима-

тельными. В случае ошибки исправления не допускаются. Верное решение игровой задачи поощряется значком.

- Полезные продукты мы определили. Все вы знаете, что в продуктах содержится много полезных витаминов, необходимых человеку. А теперь мы выясним, какие же витамины находятся в этих продуктах. (родители должны назвать витамин и продукты, в которых содержится этот витамин).

На столе расставляются таблички с названием витамина и родители, называя продукт, ставят его под нужную табличку.

- А скажите, пожалуйста, кто из вас знает, что значит слово «витамин»? (ответы родителей)

Воспитатель:

- Слово «витамин» придумал американский учёный биохимик Казимир Функ. Он открыл, что вещество «амин», которое содержится в оболочке рисового зерна, жизненно необходимо. Соединив латинское слово *vita* – жизнь с «амин», получилось слово «витамин».

- А сейчас, у вас на столах лежат несколько карточек, которые расскажут нам о пользе этих витаминов:

Витамин А нужен для зрения – Помни истину простую –

Лучше видит тот,

Кто жуёт морковь сырую

Или сок морковный пьёт.

Витамин В помогает работе сердца – Очень важно спозаранку

Есть за завтраком овсянку,

Чёрный хлеб полезен нам,

И не только по утрам.

Витамин С укрепляет весь организм – От простуды и ангины

Помогают апельсины,

Ну а лучше есть лимон,

Хоть и очень кислый он.

Витамин D делает наши ноги и руки крепкими –

Витамин, что в рыбьем жире,

В желтке яиц и сыре,

В молочной еде,

Зовут все витамином D.

Воспитатель: Никогда не унывает

И с улыбкой на лице –

Тот, кто часто принимает

Витамины: А, В, С, D.

- Мы выяснили, что людям необходимы витамины. Основные из них: А, В, С, D.

Витамин А – морковь, рыба, перец болгарский, яйцо, помидор.

Витамин В – мясо курицы, молоко, зелёный горошек, ржаной хлеб.

Витамин С – лимон, апельсин, клубника, лук, капуста, редис.

Витамин D – солнечные лучи, рыбий жир, желток яиц, свежие молочные продукты, голландский сыр.

(демонстрируется стенд изготовленный несколькими родителями: «Никогда не унываем, потому что принимаем...»), родители рассказывают.

- А сейчас предлагаю 3 – 4 родителям (мамам или папам) подойти к столу и поиграть в игру «Витаминное угощение»

Цель: С помощью вкусовых ощущений определить название продукта.

Оборудование: платки для завязывания глаз, блюда с нарезанными кусочками: яблока, лимона, апельсина.

Правила игры: На блюдах разрезаны фрукты. Каждому родителю завязывают глаза и предлагают открыть рот. В рот кладут кусочек яблока, потом кусочек лимона, затем кусочек апельсина. Мама (папа) должны отгадать фрукт и объяснить, как они отгадали.

2. Мы с вами выяснили, какие продукты полезны для нас и наших детей.

Я хотела бы узнать, наверное, у каждого из вас есть свой витаминный рецепт, которым вы пользуетесь, чтобы поддержать свой иммунитет. Вы можете сейчас поделиться и презентовать своё блюдо нам, а мы будем оценивать и выберем самый на наш взгляд «полезный» салат или десерт.

- Предлагаю всем мамам, которые приготовили блюда, выйти и представить нам своё блюдо. (презентуются витаминные блюда, остальные оценивают и выбирают самое «витаминное» блюдо, родителям раздаются фишки для голосования, поощрительным призом награждается мама, рецепт которой получил большее количество фишек).

3. Уважаемые родители, из ваших анкет мы выяснили, что многих из вас интересует меню, питание ребёнка в детском саду, какие продукты входят в дневной рацион вашего ребёнка. С этой целью мы пригласили на наше заседание медсестру детского сада, она сделает сообщение на тему питания детей в д/с. Так же медсестра ответит на интересующие вас вопросы.

4. Обсудив тему нашего заседания, заслушав сообщение медсестры д/с, получив ответы на интересующие вас вопросы, принято решение.

Решение:

Для укрепления и поддержания детского организма родителям включать в рацион ребёнка как можно больше полезных продуктов питания.

В помощь родителям воспитателям группы предоставлять информацию в родительский уголок «О правилах здорового питания».

В рацион меню детского сада включать больше свежих и разнообразных салатов.

5. Закладывая в детях привычку есть разную пищу, взрослые должны набраться терпения, так как положительное отношение к еде у детей формируется очень долго, особенно если в семье и детском саду нет единых взглядов на этот счёт.

Предлагаю посмотреть видеofilm о питании детей в детском саду.

Воспитатель: Вот и пришло время нам прощаться. Большое вам спасибо за то, что вы все пришли и приняли активное участие в нашем семинаре.

И на память о нашей беседе, о здоровой и полезной пище вам предлагаются памятки: «Советы Доктора Витаминкина» и продегустировать витаминные блюда, презентованные нам. (родители пробуют витаминные блюда).

Воспитатель: До новых встреч на нашем заседании.

#### Приложение № 1

Уважаемые родители!

Предлагаем вам ответить на вопросы, которые помогут нам при проведении родительского собрания на тему:

«Азбука питания. Полезные продукты»

Какую роль играет питание в жизни ребёнка?

Как часто ваш ребёнок кушает дома?

а) 3 раза в день

б) по мере требования

в) не всегда

3.Какое блюдо вы считаете любимым у вашего ребёнка?

4.Все ли виды продуктов кушает ваш ребёнок?

а) все

б) выборочно

в) ест всё, но мало

5.Существует ли в вашей семье «режим питания»?

а) да

б) нет

в) стараемся придерживаться

6.Много ли ваш ребёнок употребляет кондитерских изделий и сладостей?

а) да

б) не очень много

в) вообще не ест

7.Готовят ли в вашей семье на завтрак, обед, ужин салаты? Как часто?

8.Придерживаетесь ли вы разнообразного питания дома?

9.Какие продукты вы считаете полезными и почему?

10.Ваши пожелания.

#### Приложение № 2

Анкета для родителей

Какова, по вашему мнению основная роль питания в жизни ребёнка?

Какое блюдо вы считаете любимым у вашего ребёнка?

Свежие фрукты полезнее есть перед едой или на десерт?

Как уберечь ребёнка от увлечения продуктами, не имеющими полезной ценности - сникерсами, кока-колой и т.д.

Существует ли в вашей семье «режим питания»?

Часто ли употребляются в вашей семье колбасные изделия?

Много ли ваш ребёнок употребляет кондитерских изделий и сладостей?  
Часто ли употребляются в вашей семье основные продукты питания: молоко, овощи, творог, сыр, сливочное и растительное масло, каши, фрукты?

Какие продукты полезные и почему?

10. Что надо есть, если хочешь быть здоровым и сильным?

11. В каких продуктах можно найти витамины весной и осенью?

12. Готовят ли в вашей семье на ужин, завтрак или обед салаты? Как часто?

13. Рецепты, каких витаминных салатов, десертов вы знаете и готовите дома? Поделитесь, пожалуйста, рецептом.

14. Придерживаетесь ли вы разнообразного питания дома?

Приложение № 3

Памятка для родителей «Советы Доктора Витаминкина»

Воздерживайтесь от жирной пищи.

Остерегайтесь очень острого и солёного.

Сладостей тысячи, а здоровье одно.

Совет мамам, бабушкам: когда готовите пищу, бросьте в неё немножко любви, чуть–чуть добра, капельку радости, кусочек нежности. Эти витамины придадут необыкновенный вкус любой пище и принесут здоровье.

Овощи и фрукты – полезные продукты! Используйте их круглый год.

Приложение № 4

Правила хорошего питания

1. Перед едой нужно помыть руки, чтобы не занести в рот инфекцию.

2. Завтрак должен быть более обильным, чем ужин. (утром расходуется больше энергии, чем вечером).

3. Жевать нужно с закрытым ртом, чтобы не заглатывать воздух, который вреден для желудка.

4. Хорошо пережёвывать – значит, ощущать вкус пищи, это поможет лучшему перевариванию.

5. Желудок тоже должен отдыхать, поэтому лучше, чтобы между приёмами пищи проходило несколько часов.

6. За столом нельзя ругаться, нужно улыбаться и вести приятную беседу, тогда пища будет лучше перевариваться.

7. После еды не стоит заниматься гимнастикой, так как кровь нужна желудку и не сможет помогать мышцам.

8. После еды нужно почистить зубы, чтобы они были чистыми и здоровыми.

9. В сырых овощах и фруктах содержится много клетчатки, которая помогает кишечнику освободиться от ненужных веществ.

10. Полезно выпивать 2 литра жидкости в день, но лучше пить её в промежутках между приёмами пищи.

Приложение № 5

Культура еды

1. Последовательность блюд должна быть постоянной.
2. Перед ребёнком нужно ставить только одно блюдо.
3. Еда не должна быть не слишком холодной, ни слишком горячей.
4. Рот не набивают едой, во время еды не разговаривают.
5. Рот и руки после еды вытирают бумажной салфеткой.
6. Не следует во время еды:  
Слушать громкую музыку.  
Понукать, поторапливать ребёнка.  
Насильно кормить или докармливать.  
Осуждать ребёнка за неосторожность, неопрятность, неправильное использование столовых приборов.
7. Следует эстетично сервировать стол, красиво оформлять блюда.

#### Приложение № 6

#### Семь великих и обязательных «НЕ»

1. Не принуждать ребёнка к еде. Пищевое – одно из самых страшных насилий над организмом и личностью, приносит вред физический и психический.
2. Не навязывать. Уговоры и убеждения – насилия в мягкой форме.
3. Не ублажать: еда не средство добиться послушания и не наслаждение, она – средство жить.
4. Не торопить. Еда не тушение пожара, темп еды – дело сугубо личное; спешка всегда вредна, а перерывы в жевании необходимы даже корове.
5. Не отвлекать. Пока ребёнок ест, телевизор должен быть выключен, а новая игрушка припрятана.
6. Не потакать. Нельзя позволять ребёнку есть что попало и в каком угодно количестве. (например: неограниченные дозы сладкого или острого).
7. Не тревожиться, поел ли ребёнок, вовремя и сколько. Следите только за качеством пищи.

### V. Рекомендации для педагогов «Формы работы по пропаганде здорового питания».

Цель: формирование позитивного отношения к укреплению здоровья на основе освоения принципов здорового питания.

Основные задачи:

- расширение представления о рациональном, здоровом питании;
- усвоение основ рационального питания и применение знаний в повседневной жизни;
- формирование культуры здорового питания;
- формирование культурно-гигиенических навыков;
- показ зависимости здоровья человека и его успехов от правильного питания;
- воспитание ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих.

### 1. Направление «Познание»:

- исследовательская деятельность (например, по рассматриванию круп, опыты с семенами растений, сравнение результатов; или исследование «Влияние рекламы на здоровье детей»);
- экскурсии в овощной и продуктовый магазин, на производство, в столовую;
- встреча с поваром;
- составление и разгадывание кроссвордов, ребусов, загадок;
- тестирование;
- викторины;
- разработка презентаций.

### 2. Направление «Труд»:

- дежурство по столовой;
- практические занятия по кулинарии;
- занятия по сервировке стола праздничного и повседневного;
- выставки, конкурсы кулинарных изделий.

### 3. Направление «Здоровье»:

- беседы, лекции, дискуссии о взаимосвязи между правильным питанием воспитанников и их успехами в учебно-воспитательном процессе. Примерная тематика «Принципы и правила здорового питания», «Роль питания в профилактике заболеваний», «Нетрадиционные формы оздоровления и питания: плюсы и минусы», «Что такое здоровое питание», «Значение здорового питания для роста и развития организма», «Важность соблюдения режима питания», «Влияние рекламы на выбор продуктов (всегда ли они полезны?)» и т.д.;
- тематические вечера в рамках месячника ЗОЖ;
- выступление агитбригады по вопросам здорового питания.

### 4. Направление «Культура»:

#### а) коммуникация (речь)

- тематические беседы с детьми («Откуда хлеб пришел?», «Как правильно вести себя за столом», «Почему нужно есть много овощей и фруктов» и т.д.);
- сюжетно-ролевые игры («Магазин»), игры - путешествия, словесные игры;
- составление сюжетных и описательных рассказов про овощи, фрукты по схемам и картинкам;
- сочинение сказок об овощах, фруктах и разных продуктах, блюдах;
- просмотр и обсуждение фильмов, презентаций;
- анализ Интернет-ресурсов, местных СМИ и т.п.;
- игры по типу телевизионных «Поле чудес», «Сто к одному», «Что? Где? Когда?» и т.п.;
- смотры-конкурсы о культуре и значении питания в жизни человека;

#### б) художественное творчество

- конкурсы рисунков, стенгазет, плакатов, сочинений, эссе «Разговор о правильном питании»;
- сочинение от лица продукта, например, «Я – молоко»;
- рисование, лепка, аппликация;

- лепка из глины, соленого и цветного теста.
- драматизация сказок, инсценировка произведений;
- праздники, развлечения, культурно-массовые мероприятия, посвященные теме питания, привитию культурно-гигиенических навыков.
- создание фотоальбомов, книжек-самоделок.
- рассматривание картин, натюрмортов; обсуждение;
- оформление стендов.

в) художественная литература

- чтение и обсуждение познавательной литературы;
- загадывание загадок о продуктах, пище и т.п.;
- разучивание потешек, поговорок, пословиц.

5. Направление «Охрана жизни и здоровья»:

- проектная и экспериментальная деятельность (например, «Съедобные и несъедобные грибы», «Что мы делаем, когда едим», «Составление меню», «Где живет витаминка?», «Кто чем питается?», «Съедобное – несъедобное», «Пищевые цепочки», «Кому что нужно для работы», «Приготовь блюдо»);
- техника безопасности при выполнении кулинарных работ;
- правила безопасного приёма пищи;
- правила поведения за столом;
- опасность немых овощей и фруктов; признаки пищевого отравления; первая помощь при отравлении;- хранение продуктов питания.

