**Пример конспекта: подготовка к завтраку, завтрак, подготовка к обеду**

**Тема «Подготовка к завтраку»**

Вид деятельности: дежурство

Воспитательно-образовательные задачи:

1. Укрепить навыки о том, как правильно накрывать стол и сервировать столовые приборы(ложка справа от тарелки, вилка слева), обращаться к няне и воспитателям по имени и отчеству;
2. Закреплять знания о необходимости мыть руки перед едой, КГН.

Необходимое оборудование:

1. Фартучки для дежурных;
2. Столовая посуда;
3. Салфетницы.

План работы:

Назначаю ребят, которые дежурят, они надевают специальные фартучки и начинают накрывать столы.

Для лучшего выполнения дежурными своих обязанностей предлагаю им сопровождать сервировку стихами:

*Что сначала нужно сделать?*

*Будем руки чисто мыть.*

*Потом фартуки наденем,*

*Начнём скатерти стелить.*

*Мы салфетницы поставим,*

*А на самый центр стола –*

*Хлеб душистый, свежий, вкусный.*

*Хлеб всему ведь «голова».*

*Вокруг хлебниц хороводом*

*Блюдца с чашками стоят.*

*Ручки чашек смотрят вправо,*

*В блюдцах ложечки лежат.*

*Мы тарелки всем поставим,*

*Вилки, ложки и ножи.*

*Не спеши, как класть подумай,*

*А потом уж разложи.*

*От тарелки справа нож,*

*Ложка рядышком лежит.*

*Нож от ложки отвернулся,*

*На тарелочку глядит.*

*Ну а слева от тарелки*

*Нужно вилку положить.*

*Когда станем есть второе,*

*Будет с вилкой нож дружить.*

Остальные малыши моют руки. Напоминаю детям о том, что в ванной комнате запрещается бегать, шуметь, руки моются обязательно с мылом, кран закрываем плотно, после мытья вытираем руки полотенцем. Перед тем как зайти в умывальную, читаю детям стихотворение, чтобы поднять им настроение:

*Утром, вечером и днём,*

*Перед каждой едою,*

*После сна и перед сном.*

*Руки мой перед едой,*

*Грязные руки грозят бедой.*

*Разными болезнями.*

*Все болезни у ребят,*

*От микробов, говорят.*

*Чтоб всегда здоровым быть.*

*Надо руки с мылом мыть!*

**Тема «Завтрак»**

Воспитательно-образовательные задачи:

закрепить умения правильно пользоваться столовыми приборами, есть аккуратно, не чавкать, пищу брать небольшими кусочками, вытирать рот салфеткой, полоскать его после еды; закреплять КГН.

План работы:

Пока дети едят, напоминаю им о том, как себя следует вести: не ставить локти на стол, жевать тихо, не разговаривать. Можно сыграть с детьми в игру, которая потребует использование воображения: пусть каждый придумает, что на хлебе намазано не обычное масло, а шоколадное или в тарелке не простая каша, а каша волшебников. Мотивирую детей докушать все, что лежит на их тарелке. Чтобы привить детям эстетику питания и улучшить аппетит, зачитываю стихотворение:

*Все ровненько сидят,*

*Ножки вместе стоят,*

*Глазки на тарелку глядят,*

*Локти убраны со стола,*

*Тихо кушает детвора.*

*Дети! Пришёл сегодня в гости*

*Не доктор Айболит*

*Пришёл сегодня в гости-*

*Хороший Аппетит!*

*Всем приятного аппетита!*

После еды обязательно напоминаю о необходимости вытереть руки, прополоснуть рот. После еды советую тем, кто не устал — помочь дежурным с уборкой со столов.

**Тема «Подготовка к обеду»**

Воспитательно-образовательные задачи:

Закрепить знания о КГН ( тщательно мыть руки с мылом перед едой, вытирать насухо их полотенцем).

План работы:

Сначала для улучшения аппетита и обмена веществ выполняем психофизический комплекс Руденко А.С:

1. Потянуться вверх (ладони соединить «замком» над головой).
2. Погладить живот (по часовой стрелке).
3. Сесть за стол с прямой спиной на край стула, ступы стоят на полу.
4. Пощёлкать зубами 24 раза.
5. Понюхать пищу. Вращать языком во рту.
6. Накопленную слюну проглотить медленно.
7. Есть медленно, чувствуя вкус, тщательно пережёвывая пищу.

После проведения комплекса играю с ребятами в игру: «А ну-ка в очередь!»: дети становятся во столько колон, сколько умывальников в ванной комнате, количество человек в каждой колоне должно быть одинаковым. После того как дети помыли руки, предлагаю вспомнить им правила поведения за столом в стихотворной форме, пока дежурные накрывают на стол:

*Медвежонок хлеб жевал —*

*Крошки хлебные ронял.*

*Говорил с набитым ртом —*

*Что? Не мог понять никто.*

*После взялся за компот —*

*Стол облил и свой живот!*

*Все над ним хохочут звонко,*

*Застыдили медвежонка:*

*— Ты не знаешь? За столом*

*Надо есть с закрытым ртом,*

*Не спешить, не говорить,*

*Крошки на пол не сорить.*

*После встать из-за стола*

*В шубке чистой, как была.*

После еды вытираем руки салфетками, рот нужно прополоскать.