

* * *

ФОРМИРОВАНИЕ ПОЗИТИВНОЙ МОТИВАЦИИ ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ И КУЛЬТУРЫ ПРИЁМА ПИЩИ У ДОШКОЛЬНИКОВ

Матрехина Н.В., Кондрашова А.С.

Детский сад № 204 общеразвивающего вида
с приоритетным осуществлением деятельности
по физическому направлению развития детей,
Красноярск, Россия

Ключевые слова: дошкольники; правильное питание;
приём пищи; книга кулинарных секретов

Актуальность. Вопросы неправильного питания среди детей, включая дошкольников, требуют решения в современном обществе. Недостаточное знание о здоровом питании, а также негативные пищевые привычки могут привести к различным заболеваниям в детском возрасте. Поэтому формирование позитивной мотивации к правильному питанию среди дошкольников является важной задачей, которая требует специального внимания. **Цель:** определить эффективные методы формирования позитивной мотивации к правильному питанию и культуре приёма пищи у дошкольников.

Материалы и методы. Для достижения поставленной цели был проведён комплексный анализ существующего опыта педагогов, направленного на формирование здоровых пищевых привычек у детей дошкольного возраста. Были использованы методы педагогического воздействия, беседы, проекты, игровые техники, а также вовлечение родителей в процесс обучения.

Результаты. Установлено, что к наилучшим результатам приводит использование игровых форм обучения, а также позитивного подхода к формированию правильных пищевых привычек у дошкольников. В этих условиях дети стали больше интересоваться различными видами пищи и активно участвовать в приготовлении еды дома. При этом они начали положительно оценивать свое здоровье и осознавать значимость правильного питания для его сохранения, начали понимать значение регулярности приёмов пищи и соблюдение правил этикета за столом. Кроме того, дети стали более ответственными к выбору продуктов на завтрак, обед и ужин.

Заключение. Игровые формы обучения являются эффективными и привлекательными при формировании позитивной мотивации у детей к правильному питанию и культуре приёма пищи, что необходимо для обеспечения их здоровья и благополучия.

* * *