

### **Самоанализ режимного момента «Подготовка к завтраку, завтрак»**

Цель режимного момента: Формировать умение культурно - гигиеническим навыкам, навыку культурного поведения за столом. Развивать умение правильно пользоваться столовыми приборами, бумажной салфеткой. Воспитывать самостоятельность при самообслуживании за столом. Формировать у детей знание о полезном злаке – пшенице, из которой делают и варят каши (например, манную, пшеничную). Расширить представления детей о пользе продуктов.

Режимный момент осуществляла в соответствии с режимом дня ДОО. Организация умывания перед приемом пищи проводила постепенно – сначала девочки, а затем мальчики. Напоминала детям правила поведения в умывальной комнате – чтобы дети не разбрызгивали воду, после мытья рук сразу же закрывали воду. Обращала внимание и на действия детей — закатать рукава, намыливать руки и выполнять прочие процедуры над раковиной. Использовала художественное слово, психологическое упражнение.

Чтобы дети осваивали нормы этикета, стол сервируем всеми необходимыми приборами: тарелкой, столовой ложкой, бокалом. На середину стола ставим бумажные салфетки, хлеб в хлебнице(порезан четвертинками), цветок декоративный, в тон красивые скатерти.

На протяжении всего завтрака я старалась создавать спокойную обстановку, для лучшего усвоения пищи использовала музыкальный фон (Моцарт).

В процессе еды контролировала осанку детей. Старалась, чтобы дети съели всю предложенную пищу( примеры из сказок о пользе... и т.д.). Однако если аппетита у ребенка нет, и он отказывается от еды, то лучше не заставлять. Насильственный прием пищи ничего хорошего не даст ни для физического, ни для психологического здоровья ребенка. Также, в процессе завтрака решала задачи воспитания культурно-гигиенических навыков приёма пищи. Поправляла детей, если не правильно держат ложку или бокал. Уделяла внимание тому, как правильно пользоваться бумажной салфеткой.

При подготовке планировала проговаривать о пользе каша, хлеба, а также витаминов, но во время приема пищи от волнения не проговорила.

Побуждала после приема пищи говорить спасибо.