



## СВИДЕТЕЛЬСТВО

Статья «Формирование основ культуры питания у детей старшего дошкольного возраста» - авторы Федорук О.В., Мартынюк В.В. (г. Анапа Краснодарского края) опубликована в сборнике «Казначеевские чтения» – научных трудах XVI Международной конференции «Воспитание и обучения в современном обществе: актуальные вопросы теории и практики» (г. Новосибирск, ноябрь 2023 г.)

Шеф-редактор сборника  
профессор



Б.П. Черник

20.11.2023 г.

## ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ КУЛЬТУРЫ ПИТАНИЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Мартынюк В.В., Федорук О.В. (Анапа)

*«Детство - важнейший период человеческой жизни, не подготовка к будущей жизни, а настоящая, яркая, самобытная, неповторимая жизнь. И от того, как прошло детство, кто провел ребенка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира, - от этого в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний малыш».*

В.А. Сухомлинский.

Питание детей всегда являлось предметом неустанныго внимания ученых, медиков, педагогов и психологов. Именно в дошкольном возрасте у ребенка закладывается фундамент здоровья. Поэтому, для того чтобы дети были здоровыми, следует научить их правильно питаться. [3]

А.С. Алексеева утверждает, в детском возрасте формируется стереотип от правильной организации питания в детском возрасте, во многом зависит состояние здоровья взрослого человека. [1]

О.А. Маталыгина считает, что ребенок 6–7 лет может и должен самостоятельно оценивать свое питание, если взрослые ему помогут. В целях преумножения и сохранения здоровья ребенка наиважнейшей задачей взрослых является формирование у него определенных знаний в области питания. [5]

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования выделена область «Физическое развитие», в которой среди прочих задач особое внимание должно уделяться правильному питанию, ведь именно оно — одна из главных составляющих физического развития ребенка. [8]

Проблема правильного и здорового питания стоит очень остро. Современный человек все время куда-то спешит, торопится и полноценные домашние обеды и ужины отошли на второй план. Овощи, зелень, фрукты,

молочные продукты и рыба используются недостаточно. Люди стали чаще посещать рестораны быстрого питания, где предлагаются блюда с большим количеством жиров и углеводов, перекусывают не фруктами, а чипсами и сухариками, что негативно сказывается на здоровье современного человека. [4] Поэтому сегодня, как никогда, актуальны вопросы формирования основ правильного питания у детей дошкольного возраста.

Под здоровым питанием понимается «рациональное, сбалансированное питание, обеспечивающее поступление пищевых, биологически активных веществ, в соответствии с физиологическими потребностями, поддерживающее функциональное состояние организма на высоком уровне, организованное с учетом принципов щадящего питания»... [4]

По мнению Л.Н. Вдовиной, культура питания является важнейшей составляющей сохранения и укрепления здоровья детей. [3]

Старший дошкольный возраст — самый благоприятный для воспитания у детей правильных привычек, для усвоения культурных традиций питания, формирования вкусовых пристрастий, стереотипов пищевого поведения. Формирование основ правильного питания ребенка — это, прежде всего овладение полезными навыками, которые помогут ему в повседневной жизни. [3]

В работе с детьми по формированию основ правильного питания и культуры приема пищи используются различные формы работы: познавательные игры-занятия, экскурсии, игры, досуги, развлечения, викторины. В ходе образовательной деятельности (экскурсии, занятия, игры) дети знакомятся с правилами и принципами питания: узнают о правилах сервировки, о том, как правильно сидеть за столом и пользоваться столовыми приборами. В свободной деятельности (во время игр и продуктивной деятельности) закрепляются навыки и умения, полученные на занятии.

Важным методом в формировании основ культуры питания по мнению Р.Г. Алексеевой, является чтение художественной литературы, которое помогает обогатить словарный запас детей, приобщить к фольклору, учит детей быть вежливыми, гостеприимными, воспитывает культуру поведения за столом и формирует культурно-гигиенические навыки, развивает кругозор. [2] Для познавательной активности педагоги используют проблемные ситуации, игровые приемы. Можно в гости к детям пригласить сказочных героев — Айболит, Хрюша, Степашка, Незнайка, Витаминка.

Учитывая, что для детей дошкольного возраста игра является наиболее действенным способом познания и взаимодействия с окружающим миром, педагоги используются такие дидактические игры и пособия, как: «Волшебное дерево здоровья» (о полезных и неполезных продуктах), лэпбук «Здоровое питание», «Приготовь салат», «Свари компот», «Отгадай по запаху», «Угадай по вкусу», «Разбери продукты», «Магазин полезных продуктов», «Пирамида здорового питания», «Составь меню для друга», «Кушайте на здоровье», «Рацион питания», интерактивная игра «Витаминный домик». В процессе работы с детьми этот список постоянно увеличивается.

Привычка к здоровому образу жизни, формирование основ культуры питания — это главная, важная для жизни и ребенка и взрослого привычка. Поэтому дошкольное учреждение и семья должны в дошкольном детстве заложить основы здорового образа жизни. И именно в семье, в дошкольном учреждении, как можно раньше должны помочь ребенку понять ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить ребенка самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье. [6]

## ЛИТЕРАТУРА

1. Алексеева, А.С. Организация питания детей в дошкольном учреждении [Текст]: пособие для воспитателей детского сада /

А.С. Алексеева, Л.В. Дружинина, К. Ладодо. — М.: Просвещение, 1990. — 210 с.

2. Алексеева, Р.Г. Особенности формирования основ правильного питания в дошкольном возрасте [Электронный ресурс].

3. Вдовина, Л.Н. Формирование культуры здорового питания у детей дошкольного возраста, как составляющая и укрепляющая здоровья / Л.Н. Вдовина. — Пенза: Научно — издательский центр «Актуальность. РФ», 2015.

4. Интернет: издательство «Фарос Плюс», статьи о правильном питании детей.

5. Маталыгина, О.А. Все о питании детей дошкольного возраста. — М.: Фолиант, 2009. — 272 с.

6. Мищенко, О.В. Диалог с родителями о питании дошкольников / О.В. Мищенко // Управление дошкольным образовательным учреждением. — 2011. — №8.

7. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой издание 3-е, исправленное и дополненное. Издательство Мозаика-Синтез Москва, 2014.

8. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. — Москва, 2013. — 32 с.



УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ГОРОД-КУРОРТ АНАПА



# ГРАМОТА

## НАГРАЖДАЕТСЯ

### **Мартынюк Вера Витальевна**

воспитатель муниципального автономного дошкольного образовательного  
учреждения детский сад № 9 «Ягодка»  
муниципального образования город-курорт Анапа

за многолетний добросовестный труд,  
личный вклад в развитие системы образования  
муниципального образования город-курорт Анапа  
и в связи с Днем воспитателя и всех  
дошкольных работников

Приказ УО от 19.09.2023 года № 1033-а

Начальник управления образования  
администрации муниципального  
образования город-курорт Анапа



Н.В. Рябоконт

Анапа, 2023 г.



# ГРАМОТА

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СОЮЗ РАБОТНИКОВ НАРОДНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
КРАСНОДАРСКАЯ КРАЕВАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ОБЩЕРОССИЙСКОГО ПРОФСОЮЗА ОБРАЗОВАНИЯ  
**АНАПСКАЯ ГОРОДСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СОЮЗА РАБОТНИКОВ  
НАРОДНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
(АНАПСКАЯ ГОРОДСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ОБЩЕРОССИЙСКОГО ПРОФСОЮЗА ОБРАЗОВАНИЯ)**

## НАГРАЖДАЕТ

воспитателя

МАДОУ д/с № 9 «Ягодка»

**Мартынюк**

**Веру Витальевну**

за добросовестный труд,  
преданность своему делу, высокий профессионализм  
и творческий подход к работе, инициативность,  
активное участие в профсоюзной жизни

Председатель Анапской  
городской организации Общероссийского  
Профсоюза образования



Д.А. Байдиков

Распоряжение «О награждении грамотами»  
№ 1 от 09.01.2024 г.

город-курорт Анапа

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ГОРОД-КУРОРТ АНАПА



награждает

**Мартынюк  
Веру Витальевну,  
воспитателя**

*муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения  
детский сад № 9 «Ягодка»  
муниципального образования город-курорт Анапа*

**за успехи в обучении и воспитании  
подрастающего поколения, многолетний  
добросовестный труд в сфере дошкольного образования  
города-курорта Анапа и в связи с празднованием  
«Международного  
женского дня (8 марта)».**

*Приказ управления образования  
от 14.02.2024 № 171-а*

Начальник управления  
образования



Н.В. Рябоконт

Российская Федерация  
ФЕДЕРАЦИЯ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ  
образовательная платформа  
«Классический Университет РФ»  
ООО "Федерация развития образования"  
Лицензия № Л035-01214-32/00234020 от 10.03.2021 г.

**УДОСТОВЕРЕНИЕ**  
о повышении квалификации  
**0000017277 33635**

Документ о квалификации  
Регистрационный номер  
361727733635



Настоящее удостоверение свидетельствует о том,  
что

**Мартынюк Вера Витальевна**

прошел(ла) обучение

в ООО "Федерация развития образования"  
по программе дополнительного  
профессионального образования  
(повышение квалификации)

«Ключевые компетенции воспитателя как  
основа успешного внедрения новой федеральной  
образовательной программы 2023»  
в объёме 144 часа

Ректор

Филичев С.В.

Секретарь учебной части

Комшина Ю.С.



г. Брянск

Дата выдачи 24.05.2023г.

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Общество с ограниченной ответственностью  
«Центр непрерывного образования и инноваций»

**Мартынюк  
Вера Витальевна**

прошел(а) повышение квалификации в (на)

отделении дополнительного профессионального образования  
Общества с ограниченной ответственностью  
«Центр непрерывного образования и инноваций»  
в период с 01 февраля 2024 года по 29 февраля 2024 года

## УДОСТОВЕРЕНИЕ

о повышении квалификации

783104125004

по дополнительной профессиональной программе

«Развитие профессиональной компетентности воспитателя  
дошкольной образовательной организации: организация  
деятельности в соответствии с требованиями ФГОС ДО,  
ФОП ДО и профессионального стандарта»

Документ о квалификации

Регистрационный номер

78/109-913

Города

Санкт-Петербург

Дата выдачи

29 февраля 2024 года

в объёме 144 часа



Руководитель

**В.В.Завражин**

Секретарь

**А.С.Романюк**

# УДОСТОВЕРЕНИЕ

о повышении квалификации

Мартынюк Вера Витальевна

ООО "Центр инновационного  
образования и воспитания"

Образовательная программа  
включена в информационную  
базу образовательных программ  
ДПО для педагогических  
работников, реализуемую при  
поддержке Минобрнауки России.

Прошёл(ла) обучение по программе  
повышения квалификации

"Основы обеспечения  
информационной безопасности детей"  
в объеме 36 часов.

Город Саратов.  
Дата выдачи: 12 05 2023

463-1331504

Генеральный директор

Абрамов С.

 **ЕДИННЫЙ УРОК**  
КАЛЕНДАРЬ, МЕТОДИКИ, МАТЕРИАЛЫ

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ  
ГОРОД-КУРОРТ АНАПА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ

**ЦЕНТР РАЗВИТИЯ  
ОБРАЗОВАНИЯ**

ПРИ УПРАВЛЕНИИ ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД-КУРОРТ АНАПА

353440, г. Анапа,  
ул. Ивана Голубца, 13  
тел/факс: (86133)5-06-02, 4-60-30  
e-mail: kalyujnaytv@anapa.ru

от 06.01.2024 № 229  
на № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

По месту требования

**СПРАВКА-ПОДТВЕРЖДЕНИЕ**

Муниципальное казенное учреждение центр развития образования при управлении образования администрации муниципального образования город-курорт Анапа подтверждает, что Мартынюк Вера Витальевна, воспитатель МАДОУ д/с № 9 «Ягодка», провела мастер - класс на тему: «Музыкальное воспитание дошкольников через музыкальные игры» в рамках муниципального методического объединения музыкальных руководителей ДОУ по художественно-эстетическому развитию (музыкальная деятельность) дошкольника «Лучшие практики в музыкальном развитии детей дошкольного возраста» (протокол № 2 от 24 января 2024 года).

Директор



Т.В. Калюжная

Маркарова Роза Сократовна  
8(861 33)5-02-06

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ  
ГОРОД-КУРОРТ АНАПА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ

По месту требования

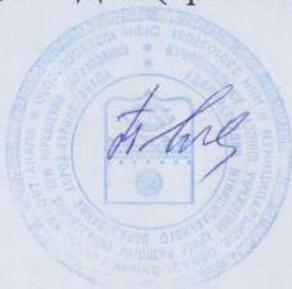
**ЦЕНТР РАЗВИТИЯ  
ОБРАЗОВАНИЯ**  
ПРИ УПРАВЛЕНИИ ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД-КУРОРТ АНАПА

353440, г. Анапа,  
ул. Ивана Голубца, 13  
тел/факс: (86133)5-06-02, 4-60-30  
e-mail: kalyujnayatv@anapa.ru  
от 08.04.2024 № 795  
на № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

### СПРАВКА-ПОДТВЕРЖДЕНИЕ

Муниципальное казенное учреждение центр развития образования при управлении образования администрации муниципального образования город-курорт Анапа подтверждает, что Мартынюк Вера Витальевна, воспитатель МАДОУ д/с № 9 «Ягодка» представила опыт работы по теме: «Обогащение словарного запаса с помощью дидактической игры «Что помогает быть здоровым, что вредит вашему здоровью» в рамках муниципального методического объединения воспитателей ДОУ по познавательному развитию дошкольника по теме: «Современные подходы к организации работы по познавательному развитию дошкольников в условиях реализации ФГОС ДО, ФОП ДО, ОП ДО» (протокол № 2 от 3 апреля 2024 года).

Директор



Т.В. Калюжная

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ГОРОД-КУРОРТ АНАПА



**НАГРАЖДАЕТСЯ**

**МАРТЫНЮК ВЕРА  
ВИТАЛЬЕВНА**

*воспитатель*

*муниципального автономного дошкольного образовательного  
учреждения детский сад № 9 «Ягодка»  
муниципального образования город-курорт Анапа*

**ПРИЗЁР**

**муниципального конкурса педагогических разработок  
«Новогодняя сказка»  
в номинации «Мастерская Деда Мороза»**

*приказ управления образования  
от 13 января 2022 года № 18/1-а*

**Начальник  
управления образования**



**Л.П. Позднеева**

город-курорт Анапа  
2022 год



# ГРАМОТЦА

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СОЮЗ РАБОТНИКОВ НАРОДНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
КРАСНОДАРСКАЯ КРАЕВАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ОБЩЕРОССИЙСКОГО ПРОФСОЮЗА ОБРАЗОВАНИЯ  
**АНАПСКАЯ ГОРОДСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СОЮЗА РАБОТНИКОВ  
НАРОДНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
(АНАПСКАЯ ГОРОДСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ОБЩЕРОССИЙСКОГО ПРОФСОЮЗА ОБРАЗОВАНИЯ)

## НАГРАЖДАЕТ

воспитателя МАДОУ д/с № 9 «Ягодка»

**Мартынюк**

**Веру Витальевну**

за добросовестный труд,  
преданность своему делу, высокий профессионализм  
и творческий подход к работе, инициативность,  
активное участие в профсоюзной жизни

Председатель Анапской  
городской организации Общероссийского  
Профсоюза образования



 Д.А. Байди́ков

Распоряжение «О награждении грамотой»  
№ 59 от 29.12.2022 г.

город-курорт Анапа, 2022 год

Всероссийский центр гражданских и молодёжных инициатив "Идея"

# ДИПЛОМ

№ И-446

I степени

награждается

**Мартынюк Вера Витальевна**

воспитатель

МАДОУ д/с № 9 "Ягодка" муниципального образования  
город-курорт Анапа

победитель

Всероссийского конкурса, посвящённого Дню матери  
"Из тысяч слов земли и океана особая судьба  
у слова МАМА!"

Номинация: "Любимой маме посвящаю!"

Дата участия: 14.11.2023 г.

Председатель  
оргкомитета



А.Р. Татьянина

Пр. №03/02 - 685 от 10.11.2023 г.

Результаты опубликованы на сайте <http://centrideia.ru>

Лицензия на осуществление образовательной  
деятельности № 56-46 от 09.04.2021 г. СМН.

Регистрационная запись ЭЛ № ФС

77-76118 от 12.07.2019 г.



г. Оренбург 2023 г.





Международный образовательный портал «Солнечный Свет»  
лицензия на осуществление образовательной деятельности №9757-л  
свидетельство о регистрации СМИ №ЭП ФС 77-65391

# ДИПЛОМ

Награждается

**Мартынюк Вера Витальевна**

МАДОУ д/с 9 "Ягодка "

Краснодарский край, Анапский р-н, х Чембурка, ул Бороздинская 4

**ПОБЕДИТЕЛЬ (1 МЕСТО)**

Международного конкурса

"Актерское мастерство"

Работа: Песня для мамы

Руководитель: Мартынюк Вера Витальевна

Номер документа: ТК5733340



12 февраля 2024 г.  
Председатель оргкомитета  
Ирина Космынина