Bữa ăn gia đình, hạnh phúc lớn, hiệu quả không nhỏ

Chế độ dinh dưỡng phù hợp cho trẻ mầm non có vai trò rất quan trọng cho sự phát triển toàn diện của trẻ cả về thể chất và trí tuệ. Đây là giai đoạn tiền đề quyết định quan trọng đến toàn bộ sự phát triển chung của trẻ về sau. Chính vì vậy, vấn đề chăm sóc nuôi dưỡng trẻ ở độ tuổi mầm non đã được xác định là nhiệm vụ vô cùng quan trọng. Tuy nhiên một chế độ dinh dưỡng tốt thôi là chưa đủ, bởi với trẻ nhỏ hứng thú trong việc ăn uống sẽ giúp cho trẻ có một tinh thần tốt và khả năng hấp thụ chất dinh dưỡng tối ưu nhất. Đó cũng chính là lý do để Ban giám hiệu trường Mầm non Đông Dư chỉ đạo thực hiện “Bữa ăn gia đình” tại lớp Mẫu giáo Lớn A1 với mục tiêu: tạo một môi trường ăn thân thiện, gần gũi, tin tưởng nhưng cũng không kém phần hào hứng, hấp dẫn trẻ bằng việc cho trẻ ngồi ăn theo mâm, sử dụng đũa và các đồ dùng bằng sứ trắng có kết hợp nghe nhạc không lời nhẹ nhàng. Bên cạnh đó “Bữa ăn gia đình” còn cho trẻ rất nhiều cơ hội thực hành và hoàn thiện các kỹ năng tự phục vụ cũng như các hành vi văn minh trong khi ăn. Cụ thể: trẻ tự lấy đồ, sắp xếp sao cho đẹp mắt nhưng lại tạo được sự thuận tiện khi sử dụng, ước lượng lượng thức ăn nên lấy, giúp bạn di chuyển đồ ăn khi cần, động viên bạn cố gắng ăn món bạn không thích, cùng nhau thu dọn sạch sẽ bàn ăn sau khi ăn…

Hiệu quả của “Bữa ăn gia đình” khiến cho giáo viên cũng không khỏi ngạc nhiên và có phần thích thú đó là trẻ tham gia ăn với một thái độ rất vui vẻ, hưng phấn, chấm dứt hoàn toàn tình trạng cô xúc cho trẻ ăn, thời gian dành cho bữa ăn được rút ngắn lại do không có trẻ ăn chậm, trẻ tích cực, tự giác cùng nhau trực nhật khi giờ ăn kết thúc…Mô hình này sẽ được nhân rộng để góp phần nâng cao sự phát triển toàn diện của trẻ cả về thể chất và trí tuệ.

[](http://mn20-10.hoankiem.edu.vn/upload/29338/fck/files/image(81).png)

[](http://mn20-10.hoankiem.edu.vn/upload/29338/fck/files/image(82).png)