

«Учим детей пользоваться столовыми приборами».

Организация детского питания напрямую связана со столовым этикетом и решением воспитательных задач – формированием у детей культуры поведения за столом. Знакомство и овладение навыками столового этикета позволяет ребенку быть уверенным в себе.

Научить ребенка правильно вести себя за столом, умело пользоваться столовыми приборами, быть обходительными в застольном общении – задача, как воспитателя, так и родителей.



Уважаемые родители, обратите внимание на :

-как ест ребенок

-какого его поведение за столом

-умеет ли он пользоваться ножом, вилкой, бумажной салфеткой.

Овладение этими навыками следует начинать как можно раньше. Очень важно не упустить момент желания ребенка *делать все самостоятельно!* Своим стремлением помочь ему, сделать быстрее и аккуратнее вы оказываете ребенку медвежью услугу. Потому как неосвоенный в определенном возрасте навык создает потом трудности не только ребенку, но и вам.

Уже с раннего возраста желательно придерживаться следующих правил столового этикета:

- *на столе всегда порядок, чистота и красивая сервировка;*
- *за столом сидим с чистыми лицом и руками;*
- *застолье проходит без крика и резких замечаний;*
- *правильно пользуемся столовыми приборами и салфетками;*

Ребенок только взял в руку ложку и тянет ее ко рту, а мама уже ласково, спокойно и настойчиво должна приучать его держать ложку правильно.

- **обязательно благодарим за еду и совместную трапезу.**

Постепенно внушайте ребенку разумность этих правил и начинайте его этому обучать.



Конечно, детям нелегко соблюдать все эти требования. И поговорить хочется, и сидеть неподвижно трудно, и рад бы не пачкать, да не получается. Тогда в некоторых семьях застолье превращается в мучение для ребенка, ведет к сплошным наказаниям. Не следует особенно остро переживать его неудачи: он не хуже других, даже если не может запомнить такие простые правила. Детям трудно заставить себя делать то, что надо, а не то, что хочется, сложно в короткий срок усвоить нужные привычки. Будьте терпеливы, хвалите и демонстрируйте уверенность в способностях ребенка - все это приведет к хорошим результатам в освоении правил столового этикета.

Не следует просто перечислять правила. Постепенно, в игровой и шуточно-доброжелательной форме их надо довести до сознания ребенка. Воспитание культуры поведения за столом будет более эффективным, если Вы будете объяснять ребенку, почему так делать нельзя. Например: если ты будешь вертеться, ты можешь опрокинуть тарелку на себя; если ты будешь сидеть «развалившись», то прольешь на себя суп из ложки... И помните, что Вести себя ДОМА нужно ТАК ЖЕ, КАК И В ГОСТЯХ! Никогда не делайте скидку «ничего страшного, он же дома! Здесь же все свои!» Ребенок искренне не поймет, почему дома ему разрешали (или не обращали внимания) есть торт руками и плевать тем, что ему не нравится, а в гостях вдруг начали ругать!!!

С 4-6 летнего возраста необходимо приучать пользоваться ножом и вилок. Ребенок легко запоминает эти правила. Ему кажется, что, соблюдая их, он стал старше и умнее. Он сравнивает себя с взрослыми - так ли они ведут себя во время приема пищи. Надо поддерживать у него возникший интерес к правильному поведению за столом. Взрослых нередко мучает вопрос: что и как едят. Родители могут создать своему ребенку необходимые условия, чтобы он, став взрослым, редко задавал себе подобный вопрос. Для этого надо обучить его правильно есть разные блюда: овощи, фрукты, сладости и т.д.

Целесообразно убедить ребенка, что лучше есть за столом. Расскажите ему о пищеварении, микробах, чистых и грязных руках. Желательно называть и другие причины: можно случайно кого-нибудь испачкать, а значит, огорчить; жующий на улице человек выглядит некрасиво. Став старше, ребенок, возможно, не придаст значения таким аргументам, но в раннем детстве мы будем воспитывать у него привычку не есть на улице. Создайте особые условия для правильной и красивой еды. Например, в праздничном застолье старайтесь все делать правильно. Если ребенок за столом допустил оплошность, не следует его ругать, надо понять причину: у ребенка еще не закреплена привычка, он волнуется, его еще не научили, слишком сложное для его возраста требование.

Только терпение и любовь родителей помогут ему освоить этикет, соблюдение которого столь важно в жизни каждого человека для приобретения уверенности в себе и осознания себя культурным человеком.

В возрасте 4 – 6 лет мы можем научить детей:

Научить самостоятельно и аккуратно мыть руки, лицо, правильно пользоваться мылом, расческой, насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на свое место.

Сформировать навыки приема пищи: не крошить хлеб, правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой, пережевывать пищу с закрытым ртом.

В жизни и на картинках уверенно узнавать и называть процессы еды.

Знать предметы и действия связанные с выполнением гигиенических процессов при приеме пищи

Знать отдельные правила поведения за столом (не разговаривать пока не прожевал и не проглотил пищу, вести себя спокойно, не крошить хлеб, благодарить старших)

Знать стихи о приеме пищи, прослушать и рассмотреть детские книги и с соответствующим содержанием.

Во время завтрака, обеда дети могут обратиться к воспитателю, младшему воспитателю с просьбой помочь разрезать пищу, дать добавку или, наоборот, сказать няне или дежурным детям, чтобы дали меньше. Могут посоветовать или напомнить товарищу взять корочку — «помогалочку» и не трогать пищу пальцами, как правильно держать ложку. Беседы иного содержания во время еды НЕДОПУСТИМЫ.

Мы учим детей есть за столом с боковой части ложки, не набирать полную ложку, не тянуть суп из ложки, не облизывать ее. Последнее правило особенно важно при еде вторых и третьих блюд. Не разрешаем детям дуть в ложку или в тарелку, объяснив им, что брызги могут попасть на скатерть или на соседа.

Такие блюда, как мясные и рыбные котлеты, жареная или отварная рыба, картофельные котлеты, творожники, омлет, яичница, разные запеканки, учим отделять ребром вилки по кусочку и съесть его, взяв на вилку, а не разрезать сразу всю полученную порцию. Полностью разрезать порцию приходится только малышам, которые сами с этим не справляются.

Учим детей есть котлету, мясо, рыбу одновременно с гарниром: кусочек котлеты, мяса или рыбы и много гарнира.

Если детей не учить есть мясные, рыбные и другие блюда с гарниром, они большей частью съедают раньше гарнир, а затем котлету или рыбу.

Пирожки, ватрушки, печенье, пряники мы ставим на середину каждого стола в общих тарелках или хлебницах. Учим детей брать, не выбирая, тот пирожок, печенье, что лежит ближе к ним.

Также учим детей пить молоко, чай, кофе или другие напитки с бутербродами, пирогом, печеньем небольшими глотками, чтобы они одновременно заканчивали пить и есть. Если их не учить этому, то они сначала выпивают жидкость, а потом едят всухомятку то, что дано к ней, и, конечно, едят с трудом.

Рекомендую литературу:

- Курочкина И.Н. "Этикет для детей и взрослых".
- Линн Розен "Правила столового этикета".

Иванова О.В.