



Консультация для родителей «КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ»

Навыки поведения за столом приобретаются с раннего детства. Ребенок должен уметь правильно пользоваться вилкой, о чем ему можно и о чем нельзя говорить за столом.

Что же это за правила?

1. За стол садятся не слишком близко к нему, не слишком далеко от него. Это неудобно самому сидящему, а порой и его соседям. Если сидишь слишком близко к столу, будешь налегать на него грудью, можешь запачкаться; если сядешь далеко, можно уронить пищу на колени, закапать одежду супом или соусом.
2. Нельзя также сидеть боком к столу: это не только неудобно, но и невежливо по отношению к другим.
3. Признаком неуважения к соседям по столу может оказаться и ваша манера сидеть на стуле: нельзя разваливаться или раскачиваться на стуле, сидеть надо как можно прямее.
4. Не кладите на стол локти. Во время вашей еды локти должны быть, как можно больше прижаты к телу, чтобы не мешать соседям.
5. НЕ принято читать за столом, вставать из-за стола, пока не закончили, есть другие.
6. Дети должны получить разрешение старших на то, чтобы выйти из-за стола.
7. Считается неприличным, есть «громко», дуть на горячую пищу, с шумом хлебать жидкое, чавкать, греметь ложкой, вилкой, ножом по тарелке.
8. НЕ полагается, есть слишком быстро, наполнять рот большим количеством еды, разговаривать, когда во рту пища.
9. Говоря о сервировке, напомним: вилка кладется слева, а нож справа от тарелки. Мясо или птицу едят, держа вилку в левой руке, а нож - в правой. Вилку не переключают в другую руку, пока не будет съедено все блюдо.
10. Мясо отрезают по кусочку: съедите один – отрежьте следующий. Небольшими кусочками отрезают также и мякоть вареной или жареной курицы. Кусочки берут с

тарелки вилкой и только, когда становится уже трудно срезать мякоть, можно взять косточку рукой.

11. Суп не едят с конца ложки. Доедая суп, тарелку наклоняют от себя.

12. Если подается компот с косточками или зернышками, выплевывать их надо осторожно в ложечку, поднося ее ко рту, а затем сбрасывать с нее косточки в тарелку, на которой была подана чашка для компота.

13. Нельзя тянуться за нужным вам предметом через весь стол, попросите, чтобы вам его передали.

14. Размешав сахар в стакане, выньте ложку и положите ее на блюдце. Пить с ложкой в стакане неудобно.

Гигиеническое воспитание и обучение неразрывно связано с воспитанием культурного поведения:

- правильно сидеть во время еды;
- аккуратно есть;
- тщательно, бесшумно пережевывать пищу;
- уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой;
- уметь правильно накрыть на стол.

Как научить?

- показ, упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр, использование литературных сюжетов («Мойдодыр», «Федорино горе» и др.);
- систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила гигиены.

Для воспитания этикета у детей необходимы следующие условия:

- Позитивный настрой (обращение по именам, похвала).
- Пример взрослых (создание доброжелательной, дружественной обстановки).
- Связь с семьей (единство требований детского сада и семьи).
- Способы педагогического воздействия на детей:
- Приучение (по образцу поведения).
- Упражнение (повтор определенных действий).
- Воспитывающие ситуации (создание условий для применения навыка).
- Поощрение (похвала).
- Наказание (используется крайне редко - осуждение негативного поступка).
- Пример для подражания (наглядный пример).
- Примеры из литературы (поступки героев).
- Разъяснение (как и почему следует поступать в той или иной ситуации).
- Беседа (возможность высказать свое мнение).

Организация детского питания в ДООУ – задача огромной социальной значимости и одна из основных забот коллектива учреждения. При этом имеет значение не только то, что ест ребенок, но и то, как он это делает. Не меньшее внимание необходимо уделять эстетике питания и культуре поведения за столом. И чем раньше у ребенка сформируются навыки столового этикета, тем прочнее они закрепятся, станут хорошей привычкой уже в детском возрасте.

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. Задача воспитателей, а также родителей – научить дошкольника правильно вести себя за столом, умело пользоваться столовыми приборами, быть обходительным в застольном общении.

Уже с раннего возраста следует вырабатывать правильное отношение к еде, разным блюдам, умение пользоваться столовыми приборами и салфетками. Взрослый учит мыть руки перед едой, правильно сидеть во время приема пищи: не откидываться на спинку стула, не расставлять локти и не ставить их на стол. Педагог должен следить, чтобы во время еды воспитанники не спешили, не отвлекались и не играли столовыми приборами, не набивали рот и не разговаривали при этом и т.д.

Обучать правилам поведения за столом можно как на специально организованных занятиях, так и во время приема пищи. Завтракая и обедая вместе с детьми, воспитатель должен демонстрировать им красоту этикета, разумность и необходимость его соблюдения.

Формировать культурно-гигиенические навыки необходимо последовательно и постепенно с учетом возрастных особенностей ребенка.

Обучение правилам этикета начинается с 3-летнего возраста с последующим усложнением на каждом возрастном этапе дошкольного детства.

Во время приема пищи на чистом столе должны находиться общие предметы, необходимые во время еды: хлебница, салфетница, по возможности ваза с цветами.

Не следует допускать, чтобы прием пищи превратился в поле битвы за хорошие манеры детей. Они приобретаются путем многократных упражнений, а также благодаря среде, в которой постоянно находятся дети.

Приучая малыша к новому блюду, рекомендуется подавать не весь его объем, а немного, делая акцент на том, что его порция меньше.

Воспитать у детей привычку есть разнообразную пищу – дело достаточно трудное, но выполнимое. Каждая мама знает, какой у ребенка аппетит; насколько разнообразную пищу, он ест, насколько у него избирательное отношение к ней; приучен ли ребенок к самостоятельности или его надо кормить. Иногда в семье не уделяется должного внимания формированию правильного отношения к еде. У одних выражена привычка употреблять однообразную пищу (например, сосиски или макароны), у других – только любимые блюда, а некоторые просто не приучены самостоятельно питаться.

«Здоровое питание – здоровый ребёнок!»