

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

"КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ"

Организация детского питания в ДООУ – задача огромной социальной значимости, а также 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.

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

Уважаемые родители, обратите внимание:

- ❶ как ест ребенок;
- ❷ каково его поведение за столом;
- ❸ умеет ли он пользоваться ножом/ вилок, полотняной и бумажной салфетками;
- ❹ знает ли он, что люди оценивают его по манере еды.

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 взрослым.

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;

ОБЩИЕ ПРАВИЛА ЭТИКЕТА

1. За стол садимся не слишком близко к нему и не слишком далеко. Это неудобно самому сидящему, а иногда и его соседям.

Если сидеть слишком близко к столу - будешь налегать на него грудью и можно испачкаться; 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 манера сидеть на стуле: нельзя разваливаться или раскачиваться на стуле, подбирать под себя колени. Нужно сидеть надо как можно прямее.

4. Не кладём на стол локти. Во время вашей еды локти должны быть как можно ближе прижаты к телу, чтобы не мешать соседям.

5. НЕ принято вставать из-за стола, пока не закончили есть другие. Нужно получить разрешение старших на то, чтобы выйти из-за стола

6. Считается неприличным есть «громко», дуть на горячую пищу, с шумом хлебать жидкое, чавкать, греметь ложкой, вилкой, ножом по тарелке.

7. НЕ полагается есть слишком быстро, наполнять рот большим количеством еды, разговаривать, когда во рту пища.

8. О сервировке: 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.

9. Мясо отрезаем по кусочку: съедем один –отрежем 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.

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

11. 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.

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

13. Размешав сахар в стакане, вынимаем ложку и оставим её на блюдце. Пить с ложкой в стакане неудобно.

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:

- ❶ Приучение (по образцу поведения).
- ❷ Упражнение (повтор определенных действий).
- ❸ Воспитывающие ситуации (создание условий для применения навыка).
- ❹ Поощрение (похвала).
- ❺ Наказание (используется крайне редко - осуждение негативного поступка).
- ❻ Пример для подражания (наглядный пример).

- ❶ Примеры из литературы (поступки героев - «Мойдодыр», «Федорино горе» и т.п.).
- ❷ Разъяснение (как и почему следует поступать в той или иной ситуации).
- ❸ Беседа (возможность высказать свое мнение).

Воспитание культуры поведения за столом будет более эффективным, если объяснить ребенку, почему так делать нельзя. *Например:* «Если ты будешь вертеться, ты можешь опрокинуть кружку с чаем и одежда будет мокрой»; «Если ты будешь сидеть «развалившись», то прольешь на себя суп из ложки, и запачкаешь платье...».

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!!!

Также, пусть ребёнок сам подумает и объяснит, как можно за столом ухаживать за мамой и бабушкой, почему нельзя поворачиваться спиной к тем, кто сидит рядом.

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

Если этого не делать - большей частью ребятя съедает раньше гарнир, а затем котлету или рыбу.

Хлеб, 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.