

## Воспитание у дошкольников культуры поведения за столом

Организация детского питания напрямую связана со столовым этикетом и формированием у детей культуры поведения за столом. Знакомство и овладение навыками столового этикета позволяет дошкольнику быть уверенным в себе. Задача взрослых - научить ребенка правильно вести себя за столом, умело пользоваться столовыми приборами, быть обходительными в застольном общении.

Умение соблюдать правила этикета во время приема пищи следует формировать с раннего возраста. Взрослые учат детей мыть руки перед едой, правильно сидеть во время приема пищи: не откидываться на спинку стула, не расставлять локти и не ставить их на стол; аккуратно пользоваться столовыми приборами и салфетками. Необходимо следить, чтобы во время еды воспитанники не спешили, не отвлекались и не играли столовыми приборами, не набивали рот.

Культурно-гигиенические навыки формируются последовательно и постепенно с учетом возрастных особенностей детей.

| Возраст                                    | Задачи                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                                          | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Дети раннего возраста (от 1 года до 2 лет) | Закрепить умение садиться на стул, пить из чашки (с 1 года 2 месяцев). Сформировать умение пользоваться ложкой, приучить самостоятельно есть разнообразную пищу, пользоваться салфеткой после еды (вначале с помощью взрослого, а затем по словесному указанию), выходя из-за стола, задвигать свой стул. Научить самостоятельно есть густую пищу ложкой (с 1 года 2 месяцев). Научить есть из тарелки, пользоваться чашкой, есть с хлебом (с 1 года 5 месяцев). Приучить мыть руки перед едой с помощью взрослого, правильно пользоваться полотенцем (с 1 года 6 месяцев) |
| Дети первой младшей группы (от 2 до 3 лет) | Закрепить умения самостоятельно мыть руки перед едой, насухо вытирать лицо и руки полотенцем, опрятно есть, держать ложку в правой руке, пользоваться салфеткой, полоскать рот по напоминанию взрослого. Сформировать умения выполнять элементарные правила культурного поведения: не выходить из-за стола, не закончив прием пищи, говорить "спасибо"                                                                                                                                                                                                                     |
| Дети второй младшей группы (от 3 до 4 лет) | Научить самостоятельно и аккуратно мыть руки, лицо, правильно пользоваться мылом, расческой, насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место. Сформировать навыки приема пищи: не крошить хлеб, правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой, пережевывать пищу с закрытым ртом                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Дети средней группы (от 4                  | Совершенствовать приобретенные умения. Брать пищу понемногу, хорошо пережевывать, кушать бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилок,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

|                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>до 5 лет)</b>                                            | ножом), салфеткой, полоскать рот после еды                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Дети старшей группы (от 5 до 6 лет)</b>                  | Закрепить умения правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом), есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом. Продолжать прививать навыки культуры поведения: выходя из-за стола, тихо задвигать стул, благодарить взрослых |
| <b>Дети подготовительной к школе группы (от 6 до 7 лет)</b> | Закрепить навыки культуры поведения за столом: сидеть прямо, не ставить локти на стол, бесшумно пить и пережевывать пищу, правильно пользоваться ножом, вилкой, салфеткой                                                                                  |

Обучать детей правилам поведения за столом можно как на специально организованных занятиях, так и во время приема пищи. Завтракая и обедая вместе с детьми, взрослый демонстрирует им правила этикета, разумность и необходимость их соблюдения.

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

Общение с детьми во время еды требует тщательной психологической подготовки. Известно, что поддерживать непринужденную беседу - мастерство, научиться которому непросто. Главное - разговоры не должны носить ни обучающего, ни назидательного характера. Темы должны быть нейтральными. Например, можно поговорить о продуктах, из которых приготовлен обед, или о том, какие блюда больше всего детям нравятся, и т.д. При этом пожелание "Приятного аппетита" - обязательно!