

Воспитание у детей культуры поведения за столом

Организация детского питания в ДОУ – 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. Воспитатель 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, солонка, по возможности ваза с цветами.

По необходимости следует разрешать детям обращаться к сидящим за столом людям, при этом не следует одергивать, делать им бесконечные замечания. Воспитателю целесообразно находиться за столом вместе с детьми, поскольку взрослый человек способен создать дружескую атмосферу. Своим примером он ненавязчиво приучает их к хорошим манерам, может оказать помощь в трудный момент. 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.

Прежде всего, следует обеспечить постоянное выполнение установленных гигиенических правил, объясняя их значение. На первых порах важно помочь ребенку освоить тот или иной навык. Не следует торопить дошкольника, если он сосредоточенно повторяет одно и то же движение (например, намыливает руки). Ни в коем случае нельзя выполнять за него это действие. Осваивая новый навык, ребенок обычно стремится многократно выполнить определенное движение. Постепенно он приучается все более самостоятельно и быстро справляться с поставленной задачей. При этом взрослый только напоминает или спрашивает, не забыл ли дошкольник сделать необходимое действие. В дальнейшем воспитатель предоставляет ему почти полную самостоятельность, но постоянно проверяет соблюдение навыков. Хорошо сформированные действия выполняются ребенком легко и быстро, по собственной инициативе и без каких-либо напоминаний. Если он и забудет о чем-то, например, сядет за стол, не вымыв руки, то малейшего напоминания оказывается достаточно, чтобы он исправил свою ошибку.

Общение с детьми во время еды требует тщательной психологической подготовки. Известно, что поддерживать беседу – это мастерство, научиться которому не так уж легко. Главное – разговоры не должны носить ни обучающего, ни назидательного характера. Темы должны быть нейтральными, например, можно поговорит о продуктах, из которых приготовлен обед, о том, что из еды больше всего детям нравится, и т.д. При этом пожелание «приятного аппетита» обязательно!

Следует обратить внимание и на **гостевой этикет**. Воспитатель должен ознакомить дошкольников с правилами в различных этикетных ситуациях, связанных с общением.

Как правило, дети любят ходить с родителями в гости и приглашать к себе друзей. Они могут чувствовать себя в чужом доме свободно или, наоборот, скованно, могут быть радушными или равнодушными и эгоистичными. Знание гостевого этикета способствует освоению навыков доброжелательного общения. Поэтому дошкольников надо обучать правилам поведения в гостях и приема их в своем доме. В гостевых отношениях большую роль играет этикет подарка, и важно учить детей правильно его выбирать, преподносить и принимать.

Психологические аспекты организации питания детей требуют внимания к качеству предлагаемых им блюд, соответствию пищи требованиям растущего организма, разнообразию меню и непосредственно процедуре приема пищи.

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.

Все эти задачи – слагаемые культуры поведения за столом. Решить их необходимо прежде всего на уровне семьи, но и не без помощи педагогов дошкольного учреждения.

Задачи по формированию культурно-гигиенических навыков

Возраст	Задачи
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, приучать 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). Приучать мыть руки перед едой с помощью взрослого, пользоваться полотенцем (с 1 года 6 месяцев).
Дети первой младшей группы (от 2 до 3 лет)	Закрепить умения самостоятельно мыть руки перед едой, вытирать лицо и руки полотенцем, опрятно есть, держать л правой руке, пользоваться салфеткой, полоскать рот по напоминанию взрослого. правила Сформировать умения выполнять элементарные культ поведения: не выходить из-за стола, не закончив прием говорить»спасибо».

<p>Дети второй младшей группы (от 3 до 4 лет)</p>	<p>Научить самостоятельно и аккуратно мыть руки, лицо, пользоваться мылом, расческой, насухо вытираться умывания, вешать полотенце на место.</p> <p>Сформировать навыки приема пищи: не крошить хлеб, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, переж пищу с закрытым ртом.</p>
<p>Дети средней группы (от 4 до 5 лет)</p>	<p>Совершенствовать приобретенные умения: брать пищу понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой, салфеткой, полоскать рот после еды.</p>
<p>Дети старшей группы (от 5 до 6 лет)</p>	<p>Закрепить умения правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом.</p> <p>Продолжать прививать навыки культуры поведения: выходя из-за стола, тихо задвигать стул, благодарить</p>
<p>Дети подготовительной группы (от 6 до 7 лет)</p>	<p>Закрепить навыки культуры поведения за столом: сидеть прямо, не класть локти на стол, бесшумно пить и пережевывать пищу, правильно пользоваться ножом, вилкой, салфеткой.</p>