

Воспитание культуры поведения за столом у детей дошкольного возраста

... Пожалуй, каждый педагог и родитель задумывается над этим вопросом, ведь организация детского питания напрямую связана со столовым этикетом. Знакомство с ним позволяет ребенку быть уверенным в себе, правильно вести себя за столом, умело пользоваться столовыми приборами, быть обходительным в застольном общении.

Профессиональная обязанность воспитателя детского сада - обучить ребенка правилам поведения за столом. Это обучение происходит как на специально организованных занятиях, так и во время приема пищи. Правильная и красивая сервировка стола поднимает аппетит и создает доброжелательный настрой у окружающих. Умение вести себя за столом, пользоваться столовыми приборами и салфетками развивает у детей уверенность в себе. Завтракая и обедая вместе с детьми, воспитатель демонстрирует им красоту этикета, разумность и необходимость его соблюдения во время застолья. Между людьми, вместе принимающими пищу, возникают более тесные взаимоотношения: ребенок воспринимает воспитателя как часть родственного сообщества, доверяет ему и прислушивается к его словам.

Воспитатель детского сада руководствуется задачами, сформулированными в программах, проследим последовательность и постепенность задач по формированию культурно - гигиенических навыков с учетом возрастных особенностей ребенка.



Задачи по формированию культурно - гигиенических навыков:

<p>Первая младшая группа <i>(от 2 до 3 лет)</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Закреплять умение самостоятельно мыть руки перед едой, насухо вытирать лицо и руки полотенцем, опрятно есть, тщательно пережевывать пищу, держать ложку в правой руке, пользоваться салфеткой, полоскать рот по напоминанию взрослого.• Сформировать умение выполнять элементарные правила культурного поведения: не выходить из-за стола не закончив еду, говорить "спасибо"• На картинках и в жизни узнавать и правильно называть процессы еды, знать предметы необходимые для еды их свойства и качества;• Переживать положительные чувства в связи с выполнением гигиенических действий;• Знать короткие стихи или потешки о еде, повторять их за взрослым или самостоятельно
<p>Вторая младшая группа <i>(от 3 до 4 лет)</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• 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 многие 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, с удовольствием слушать чтение детских книжек и рассматривать картинки с соответствующим содержанием.
<p>Средняя группа <i>(от 4 до 5 лет)</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Совершенствовать приобретенные умения: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой, ножом, салфеткой, полоскать рот после еды• Сформировать положительное отношение к

	<p>гигиеническим процессам и культуре еды. Понимание того, что окружающие одобряют действия, связанные с соблюдением правил гигиены и опрятности, и осуждают проявления неряшливости, неопрятной еды</p> <ul style="list-style-type: none"> • Знать наизусть стихи, потешки связанные с выполнением культурно - гигиенических правил.
<p>Старшая группа <i>(от 5 до 6 лет)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Закрепить умение правильно пользоваться столовыми приборами (<i>вилкой, ножом</i>); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом • Продолжать прививать навыки культуры поведения: выходя из-за стола тихо задвигать стул, благодарить взрослых.
<p>Подготовительная к школе группа <i>(от до 7 лет)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Закрепить навыки культуры поведения за столом: прямо сидеть, не класть локти на стол, бесшумно пить и пережевывать пищу, правильно пользоваться ножом, вилкой, салфеткой.

Сервировка стола в ДОУ

Психологический

комфорт детей во время их пребывания в образовательном учреждении во многом зависит от организации питания. Воспитатель приучает детей садиться за стол спокойно. Важным моментом в правильной организации питания является хорошая сервировка, она играет большую роль для развития аппетита ребёнка.

Посуда должна быть небольшого размера, а главное привлекательной: с изящным рисунком, красивой формы. Вилки следует давать детям, начиная с младшей группы. Детей 5-6 лет нужно приучать пользоваться и вилкой, и ножом, но они должны быть соответствующего размера.

Хорошая сервировка стола имеет большое значение для улучшения аппетита детей и закрепления культурных навыков. В приготовление столов для питания активное участие принимают дежурные.



Дежурства вводятся во второй младшей группе в конце года, ставят перед ребёнком только одно условие: помочь няне накрыть на стол только тем детям, которые сидят вместе с ним. Ребёнок раздаёт ложки, ставит хлебницы, стаканы с салфетками. Понимание обязанности ещё не доступно детям четырёх лет, и было бы неправильно выдвигать перед ними такое требование. В руководстве детьми педагог опирается на их интерес к процессу деятельности, создаёт эмоционально-положительное отношение к нему, объясняет необходимость потрудиться и всячески поощряет любую попытку ребёнка проявить самостоятельность. Он формирует у детей представление о значимости труда дежурных, об очерёдности в выполнении порученного дела: «Сегодня Серёжа позаботится о своих товарищах, будет дежурным за этим столом. А на тот стол будет накрывать Настя, на другой – Дима. Всем сразу неудобно работать. Пусть сегодня они потрудятся для всех, а завтра другие дети, которые рядом с ними сидят. Так по очереди все будут помогать помощнику воспитателя».

В средней группе, если дежурства организуются впервые, воспитатель использует в начале года (*сентябрь – октябрь*) те же приёмы. Что и в младшем возрасте, с тем чтобы узнать, насколько дети овладели умениями, дать им привыкнуть к условиям жизни в группе. Во второй половине года, когда умения детей станут прочнее, можно увеличить объём их работы. Например, дежурным можно поручать расставлять блюда, поставленные на стол помощником воспитателя, и носить по две чашки с раздаточного стола на детские столы. Дежурные сами наполняют стаканы салфетками. Дети убирают посуду после еды: каждый ребёнок ставит свою тарелочку на другую, обращаясь с просьбой к другому приподнять ложку. Выходя из-за стола, он может взять свою чашку и отнести её на раздаточный стол. Дежурные убирают со стола хлебницы, стаканы с салфетками, а помощник воспитателя – сложенные тарелки.

Дежурства в старшей и подготовительной к школе группах детского сада, постепенно усложняется и по содержанию труда, и по формам объединения детей, и по требованию к самостоятельности в процессе работы, и по самоорганизации в процессе деятельности. Смена дежурных проводится ежедневно.

В содержание труда дежурных по столовой входит полная сервировка стола, уборка после еды. При организации работы дежурных воспитателю приходится уделять внимание ещё одному вопросу – сочетание работы дежурных с самообслуживанием детей. Например, после еды должны ли всё убирать дежурные или что-то каждый убирает за собой?

Наиболее целесообразной будет такая организация уборки, при которой естественно сочетается работа дежурных и каждого ребёнка. Например, каждый ребёнок после еды отодвигает свою тарелку на середину стола, складывая её на другие, а чашку с блюдцем относит на раздаточный стол.

При этом важно понаблюдать за тем, чтобы дети не задерживались возле раздаточного стола и не создавали там беспорядка. Этого не будет, если детям удобно, и они приучены складывать посуду аккуратно.

Аппетит ребенка во многом зависит от того, как подается пища, настолько привлекателен ее внешний вид.

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

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

Одним из условий, необходимых для создания благоприятной обстановки во время еды, является правильное поведение взрослых и детей во время питания.

Взрослые (*воспитатель и помощник воспитателя*) разговаривают друг с другом спокойным, тихим голосом только о делах, связанных с питанием детей. Никаких бесед друг с другом не должно быть. Не следует делать замечания всем детям сразу. Не следует торопить детей словами: «*ешь скорее*», «*доедай скорее*», лучше своевременно подать пищу и тем самым добиваться, чтобы дети не задерживались за столом. Постепенно воспитанники привыкают, есть культурно.

Правила поведения за столом:

- Не сиди, развалившись.
- Не клади ногу на ногу.
- Не шаркай ногами, не разговаривай.
- Не вертись, не толкай товарища.
- Ешь аккуратно, не проливай на скатерть.
- Кусай хлеб над тарелкой.
- Не откусывай сразу большие куски хлеба.
- Ешь тихо. Не чавкай.
- Правильно держи вилку, ложку и нож.
- Когда пьешь, чашку нужно поднимать ко рту, а не выгибаться к чашке, когда она стоит на столе.
- После еды положи ложку и вилку в тарелку.
- Выходя из-за стола, убери стул и поблагодари.
- После еды положи рот.

