

Консультация для родителей

ВОСПИТАНИЕ НАВЫКОВ КУЛЬТУРЫ ЕДЫ.

ЭТИКЕТ-это та его часть, которая связана с поведением детей за столом и воспитанием навыков культуры еды.

Каким же правилам этикета мы обучаем детей в саду?

1.Как сидеть за столом, как вести застольную беседу, как сервировать стол, как пользоваться столовыми приборами и что нельзя делать за столом.

Перед каждым приемом пищи дети умываются, приводят в порядок нос, волосы, одежду. Ребенок должен правильно сидеть за столом: нижняя часть спины должна быть прижата к спинке стула, ступни ног полностью касаться пола, между подачей блюд правую руку следует держать на коленях, а запястье левой руки на столе. Нельзя сидеть с перекрещенными ногами, качаться на стуле, сидеть развалившись, перегибаться через спину рядом сидящего, отодвигать стул всем весом своего тела, барабанить по столу пальцами, ставить на стол локти.

ЗАСТОЛЬНАЯ БЕСЕДА ОБЯЗАТЕЛЬНА.

При застольном разговоре дети должны усвоить всего два правила:

- не вступать в разговор, пока не закончил говорящий,
- не говорить пока во рту пища.

Темы бесед могут быть самыми различными, уместно поговорить о пище, которую едят дети: из каких продуктов она состоит, откуда эти продукты появились. Но если двое детей заняты разговором между собой, не реагируют на остальных, то следует сделать им замечание. Каждый ребенок, подходя к столу, должен пожелать сидящим приятного аппетита, а те в ответ поблагодарить. Выходя из-за стола, ребенок желает оставшимся приятного аппетита еще раз или всего доброго!

«Спасибо» он говорит всякий раз, когда ему подают еду, убирают посуду и т. п.

2.Как пользоваться столовыми приборами, салфетками, держать чашку.

СТОЛОВЫМИ ПРИБОРАМИ мы приучаем пользоваться детей в европейской манере: нож в правой руке, вилка — в левой. На тарелку они кладутся только тогда, когда в них нет более необходимости. Чайная ложка подается к компоту, чаю, если есть что в нем размешивать. Столовой ложкой едим суп, десертной кашу, пудинг, суфле, желе, ягоды.

Начиная с трех лет, приучаем детей есть остальные блюда только ножом и вилкой.

БУМАЖНОЙ САЛФЕТКОЙ дети должны пользоваться по мере необходимости. Ее следует приложить к губам, затем, сжав в комочек, положить на использованную тарелку или, если пища не доедена, рядом с тарелкой.

ЧАШКУ С РУЧКОЙ берут указательным пальцем, который просовывается в ручку, сверху накладывают большой палец, а под ручку помещают средний — для обеспечения устойчивости. Безымянный палец и мизинец прижимают к ладони.

К семи годам дети должны быть научены пользованию столовыми приборами и знать, какую пищу как едят:

ОСТАТКИ СУПА доедать, наклонив тарелку от себя. Ложку оставлять в тарелке,

САЛАТЫ, ОВОЩИ есть с помощью ножа и вилки, поддевая порцию, держать вилку зубцами вверх, а ножом подгрести и слегка поджимать. Цельные или нарезанные крупными кусками овощи накалывать вилкой зубцами вниз, отрезать небольшой кусочек ножом и отправлять его в рот.

КАШУ, ОМЛЕТ, НЕЖНОЕ СУФЛЕ, ЖЕЛЕ, ПУДИНГ разрешается есть десертной ложкой.

ВТОРОЕ БЛЮДО С ГАРНИРОМ И БЕЗ нужно есть с помощью ножа и вилки, в том числе и курицу, и рыбу.

- ФРУКТЫ едят по - разному. Яблоки чистятся взрослыми, режутся на четыре части, удаляют сердцевину, дети берут дольки рукой или вилкой для фруктов. Иногда допустимо есть яблоко целиком. Абрикосы и сливы едят в один или два приема, отделяя косточку во рту. Ее выплевывают в руку и кладут на край тарелки. Малышам косточки следует отделить

-ЧАЙ дети пьют как обычно.

-ЯГОДЫ из компота едят ложкой, косточку отделяют во рту, сплевывают в руку и кладут на блюдце. Ложку в стакане не оставляют.

ПИРОЖКИ, ПЕЧЕНЬЕ, ПРЯНИКИ дети едят, держа их в руке.

-СУП С ХЛЕБОМ можно есть, держа хлеб в левой руке и откусывая прямо от куска. Правильнее положить его слева на тарелочку или салфетку и есть, отламывая по небольшому кусочку. Приучая детей к культуре еды, мы предъявляем к педагогам и обслуживающему персоналу ряд требований. Первое из них касается сервировки стола.

К ЗАВТРАКУ стол сервируется следующим образом: на середину ставят вазочку с цветами, хлебницу с хлебом, тарелку с порционным маслом, салфетницу, блюдца. Затем раскладывают вилки, ножи и ложки. Вилка - с левой стороны, нож - справа, ложка параллельно краю стола. Питье наливает взрослый, когда съедено основное блюдо и убрана тарелка. Чай или кофе обслуживающий персонал разливает на отдельном столике и по мере надобности подносит детям. Это необходимо, чтобы питье не остывало раньше времени.

Основное блюдо подают ребенку только тогда, когда он сядет за стол. Заранее блюда не раскладывают, за исключением тех, которые едят холодными. Подают и убирают посуду слева от сидящего ребенка.

К ОБЕДУ стол сервируют сходным образом, но сок и компот разливают заранее, рядом с ножом кладут столовую ложку, а на край стола горкой ставят тарелки. Разливает суп помощник воспитателя, который не ест с детьми за общим столом. Категорически запрещается оставлять использованную посуду. Стол должен быть всегда опрятным.

К ПОЛДНИКУ стол сервируют так же, как и к завтраку. Не подается только масло. Другое важное требование, предъявляемое к персоналу и педагогам, — не создавать своими действиями и словами напряженную обстановку, когда едят дети. Взрослые должны помнить постоянно о том, что дети только вступили этот мир и многого еще не умеют. Приучая их к хорошим манерам, следует снисходительно относиться к промахам, не порицать и не торопить. Манерам нужно обучать непринужденно, спокойно и лучше всего собственным примером, приходя на помощь всякий раз, когда ребенок испытывает затруднения. Если ребенок не может наколоть горох вилкой, то пусть пользуется пока ложкой. Поэтому мы и кладем на стол все столовые приборы и в завтрак, и в обед, и в полдник.

И, наконец, третье требование касается принуждения ребенка во время еды.

Каждый ребенок рождается на свет с присущими ему хорошо функционирующими механизмом голода, который показывает, когда следует есть, а когда остановиться. Если взрослые и сам ребенок не мешают этому механизму, то на отсутствие аппетита никто не жалуется и рост происходит нормально. Вмешательство в деятельность этого тонкого устройства может вызвать серьезные эмоциональные трудности в развитии ребенка, которые, возможно, будут сопутствовать ему в течение всей жизни. Вкусы ребенка могут быть наследственными и формироваться в семье в силу особенностей ее питания. Детский сад должен бы все учитывать, но фактически не делает этого, из года в год предлагая в общем-то одно и то же с небольшими сезонными изменениями. Остается одно - попытаться заставить ребенка съесть положенное, но из этого сражения он гораздо чаще выходит победителем.