

КУЛЬТУРА ПИТАНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ — НАУКА, НЕОБХОДИМАЯ В СОВРЕМЕННОЙ ЖИЗНИ. ФАСТ-ФУД, КОТОРЫЙ ВЫГЛЯДИТ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНО В УСЛОВИЯХ ВЕЧНОЙ НЕХВАТКИ ВРЕМЕНИ, ТАК И НОРОВИТ ВЫТЕСНИТЬ ЗДОРОВУЮ ПИЩУ ИЗ НАШЕГО РАЦИОНА. ЭТО СОВСЕМ НЕ ПОЛЕЗНО ДЛЯ РАСТУЩЕГО ДЕТСКОГО ОРГАНИЗМА. ПОСКОЛЬКУ ДЕТИ ПРОВОДЯТ БОЛЬШУЮ ЧАСТЬ ДНЯ В ДЕТСКОМ САДУ, ТО ИМЕННО НА ВОСПИТАТЕЛЕЙ ЛОЖИТСЯ ОБЯЗАННОСТЬ НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ПОЛЕЗНО, ВКУСНО, КРАСИВО И, САМОЕ ГЛАВНОЕ, АККУРАТНО ПИТАТЬСЯ.

УРОКИ ЭТИКЕТА НАЧИНАЮТСЯ УЖЕ В РАННЕМ ВОЗРАСТЕ. РЕБЕНОК УЧИТСЯ НЕ ТОЛЬКО ПРАВИЛЬНО ВЕСТИ СЕБЯ ЗА СТОЛОМ, НО И УВЕРЕННО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ СТОЛОВЫМИ ПРИБОРАМИ, БЫТЬ ОПРЯТНЫМ И ВЕЖЛИВЫМ.



**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.**



Методы и формы организации работы с детьми:

1. Наглядный (показ приемов владения столовыми приборами, демонстрация правил сервировки, положительный личный пример, рассматривание картин и иллюстраций, экскурсия на пищеблок, наблюдение за сверстниками)



2. Словесный (объяснение, разъяснение, убеждение, использование художественного слова, разбор проблемных ситуаций, поощрительная оценка деятельности ребенка)

3. Практический (дежурство, закрепление навыков поведения за столом, дидактические игры, сюжетные игры)



ЭТИКЕТ

1. Как сидеть за столом, как вести застольную беседу, как садиться и покидать стол, что нельзя делать за столом

Перед едой дети умываются, приводят в порядок нос, волосы, одежду.

Учим детей сидеть за столом: нижняя часть спины должна быть прижата к спинке стула, ступни ног полностью касаться пола, между подачей блюд правую руку держать на коленях, а запястье левой руки на столе.

НЕЛЬЗЯ сидеть с перекрещенными ногами, качаться на стуле, сидеть развалиясь, перегибаться через спинку рядом сидящего, отодвигать стул всем весом своего тела, барабанить по столу пальцами, ставить на стол локти.

ЗАСТОЛЬНАЯ БЕСЕДА ОБЯЗАТЕЛЬНА. Темы бесед не должны затрагивать личность ребенка, быть назидательными или возбуждающими.



КАЖДЫЙ РЕБЕНОК, ПОДХОДЯЩИЙ К СТОЛУ, ДОЛЖЕН ПОЖЕЛАТЬ СИДЯЩИМ, ПРИЯТНОГО АППЕТИТА, А ТЕ, В ОТВЕТ, ПОБЛАГОДАРИТЬ. ВЫХОДЯ ИЗ-ЗА СТОЛА, РЕБЕНОК ЖЕЛАЕТ ОСТАВШИМСЯ ПРИЯТНОГО АППЕТИТА ЕЩЕ РАЗ.

«СПАСИБО» ОБСЛУЖИВАЮЩИМ ЕГО ЛЮДЯМ ОН ГОВОРИТ ВСЯКИЙ РАЗ, КОГДА ЕМУ ПОДАЮТ ЕДУ, УБИРАЮТ ПОСУДУ И Т.П. ВЫХОДЯ ИЗ-ЗА СТОЛА, РЕБЕНОК ЕЩЕ РАЗ ГОВОРИТ «СПАСИБО», ОБРАЩАЯСЬ ПО ИМЕНИ ОТЧЕСТВУ К МЛАДШЕМУ ВОСПИТАТЕЛЮ.

ПОСУДУ ДЕТИ ЗА СОБОЙ НЕ УБИРАЮТ, ЭТО ДЕЛАЮТ ВЗРОСЛЫЕ. ТАРЕЛКИ ПОСЛЕ СУПА, ВТОРОГО СЛЕДУЕТ УБИРАТЬ НЕМЕДЛЕННО, ТАК КАК СТОЛ ДОЛЖЕН ВЫГЛЯДЕТЬ ВСЕГДА ОПРЯТНО.



Как пользоваться столовыми приборами, салфетками, держать чашку.

Столовыми приборами учим пользоваться в европейской манере: нож в правой руке, вилка – в левой. На тарелку их кладут только тогда, когда в них нет более необходимости. Чайная ложка подается к компоту. Столовой ложкой едим суп, десертной кашу, суфле, желе, ягоды, пудинг.

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

Чашку с ручкой берут указательным пальцем, который просовывают в ручку, сверху накладывается большой палец, а под руку помещают средний – для обеспечения устойчивости. Безымянный палец и мизинец прижимают к ладони.

К шести годам ребенок должен знать и соблюдать основные правила поведения за столом и не делать того, что может быть окружающим неприятным: чесаться, ковырять в зубах, жевать с открытым ртом, причмокивать губами, оставлять ложку в чашке, есть с ножа, облизывать пальцы, набивать до отказа рот;

Остатки супа доедать, наклонив тарелку от себя. Ложку оставлять в тарелке;

Салаты, овощи (начиная со старшей группы) есть с помощью ножа и вилки, поддевая порцию, держа вилку зубцами вверх, а ножом подгрести и слегка прижимать.

Кашу, омлет, нежное суфле, пудинг разрешается есть десертной ложкой.

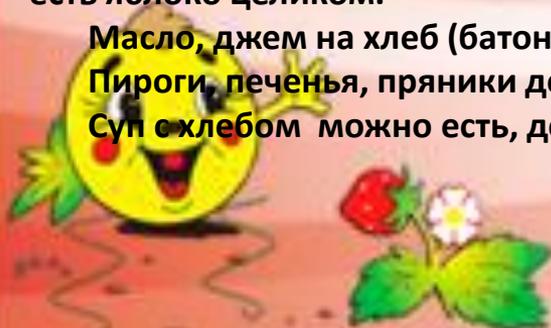
Второе блюдо с гарниром и без нужно есть с помощью ножа и вилки (начиная со старшей группы).

Фрукты едят по-разному. Почистить фрукты малышам должны взрослые, но допускается есть яблоко целиком.

Масло, джем на хлеб (батон) дети намазывают сами (начиная со старшей группы).

Пироги, печенья, пряники дети едят, держа их в руке.

Суп с хлебом можно есть, держа хлеб в левой руке и откусывая прямо от куска.



Сервировка стола

Хорошая сервировка стола имеет большое значение для улучшения аппетита детей и закрепления культурных навыков. В приготовление столов для питания активное участие принимают дежурные. Посуда должна быть небольшого размера, а главное, привлекательной: с изящным рисунком, красивой формы.

Для детей младшего возраста удобны обыкновенные детские глубокие тарелки; для детей 5—6 лет лучше иметь среднего размера (на 300 —400 г). Хорошо иметь мелкие тарелки двух размеров: десертные — за завтраком и полдником и мелкие, соответственно размеру глубоких тарелок, — для вторых блюд.

Ложки для малышей удобны десертные, старшим детям, можно давать обычные - столовые. Нужны и чайные ложки для компота, творога и других блюд.

Вилки следует давать детям начиная с младшей группы (вторая половина года). Детей 5—6 лет нужно приучать пользоваться и вилкой, и ножом, но они должны быть соответствующего размера, так называемые детские.





К завтраку стол сервируется следующим образом:

НА СЕРЕДИНУ СТОЛА СТАВИТСЯ ХЛЕБНИЦА С ХЛЕБОМ НАКРЫТАЯ САЛФЕТКОЙ, ТАРЕЛКУ С ПОРЦИОННЫМ МАСЛОМ, САЛФЕТНИЦУ, БЛЮДЦА (ЕСЛИ СТОЛЫ СОВМЕЩЕНЫ, ТО НА КАЖДЫЙ СТОЛ ОТДЕЛЬНО). ЗАТЕМ РАСКЛАДЫВАЮТ ЛОЖКИ, ВИЛКИ, НОЖИ (ДЛЯ МАСЛА) – СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ. ВИЛКА С ЛЕВОЙ СТОРОНЫ, НОЖ И ЛОЖКА – СПРАВА. ЕСЛИ НЕТ НОЖЕЙ – СПРАВА ЛОЖКА И ВИЛКА. КРУЖКИ СТАВЯТСЯ В ЦЕНТРЕ СТОЛА, ПО КОЛИЧЕСТВУ ДЕТЕЙ.

ОСНОВНОЕ БЛЮДО ДЕТЯМ ПОДАЕТ МЛАДШИЙ ВОСПИТАТЕЛЬ ПЕРЕД ТЕМ, КАК ОНИ СЯДУТ ЗА СТОЛ. ЗАРАНЕЕ БЛЮДА НЕ РАСКЛАДЫВАЮТ, ЗА ИСКЛЮЧЕНИЕМ ТЕХ, КОТОРЫЕ ЕДЯТ ХОЛОДНЫМИ. ПОДАЮТ И УБИРАЮТ ПОСУДУ СЛЕВА ОТ СИДЯЩЕГО РЕБЕНКА.

ЕСЛИ НА ЗАВТРАК ПОДАЮТ ЯЙЦА, ИХ КЛАДУТ В ТАРЕЛКУ, КОТОРАЯ СТОИТ В ЦЕНТРЕ СТОЛА.



К обеду стол сервируется сходным образом:

На середину стола ставится хлебница с хлебом накрытая салфеткой, салфетницу (если столы совмещены, то на каждый стол отдельно). Затем раскладывают ложки, вилки, ножи. Вилки с левой стороны, нож и ложка – справа. Если нет ножей – справа ложка и вилка. Кружки ставятся в центре стола, по количеству детей, а на край стола горкой ставят глубокие тарелки и салатники, если к обеду подается салат (по 4 штуки на каждую половину стола). Суп разливают младший воспитатель перед тем, как дети сядут за стол. Не нужно преждевременно раскладывать второе, чтобы оно не остывало: остывшая пища менее полезна. Если младший воспитатель внимательно следит за детьми во время еды, она всегда успеет вовремя подать каждому второе.



К ПОЛДНИКУ СТОЛ СЕРВИРУЕТСЯ:

В ЦЕНТРЕ СТОЛА СТАВИТСЯ САЛФЕТНИЦА, КРУЖКИ И ТАРЕЛКА, ЕСЛИ ПРЕДЛАГАЕТСЯ ВЫПЕЧКА ИЛИ ПЕЧЕНЬЕ. К УЖИНУ СТОЛ СЕРВИРУЕТСЯ ТАК ЖЕ, КАК И К ЗАВТРАКУ. НЕ ПОДАЕТСЯ ТОЛЬКО МАСЛО.



**ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ СТОЛА
НЕОБХОДИМЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К
СЕРВИРОВКЕ СТОЛА:**

**СООТВЕТСТВИЕ МЕРОПРИЯТИЮ (ЗАВТРАК,
ОБЕД, ПРАЗДНИЧНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ).**

ЭСТЕТИЧНОСТЬ.

**ТЕМАТИЧЕСКАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ (
НОВЫЙ ГОД – СНЕЖИНКИ И Т.Д.).**

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ СЕРВИРОВКИ:

- А) СКАТЕРТЬ**
- Б) ТАРЕЛКИ**
- Г) САЛФЕТКИ**
- Д) ПРИБОРЫ**



Сервировка:

На стол кладется скатерть желательна белая или цветная (к чаю).

Столовые приборы кладут с той стороны, с какой их нужно брать.

Вилка кладется с левой стороны в том случае, когда используется нож, но в отсутствии необходимости пользования ножом вилка кладется справа.

Тарелки ставят строго напротив стульев и на расстоянии 2 см. от края.

На расстоянии 5-12 см. слева от тарелки пирожковая (хлебница).

Чашки с чаем и компотом подаются только на блюдечке и с ложкой, причем ручки чашек повернуты влево, а ложек, находящихся на блюдце - вправо.

Салфетки столовые (46*46см.), чайные (3,5*3,5) следует положить на тарелку или за тарелку. Бумажные салфетки ставятся справа в стаканчике.

Ровно, параллельно раскладывают ножи - лезвием к тарелке, ложки носиком вверх, вилки - зубами вверх.

Расстояние между приборами 0,5 см.

Ближе к тарелке кладут те столовые приборы, которые не используются в первую очередь.



♣ **Формирование культурно-гигиенических навыков за столом**

♣ **Формы привития культуры питания**

♣ **Выдержка из санитарных норм, касающиеся организации питания**



Спасибо за внимание!

