**«Обучение дошкольников столовому этикету»**

Здравствуйте, Уважаемые педагоги. Предлагаю вашему вниманию тему «Обучение дошкольников столовому этикету».

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.

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.

**Во первых воспитатель обязан проверить** соблюдение гигиенических требований (мебель расставлена удобно в соответствии с ростом детей;

Младший **воспитатель** обязан тщательно вымыть руки, надеть специальную одежду, проветрить помещение, использовать только чистую посуду)

**Воспитатели** формируют у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививают простейшие навыки самообслуживания в сервировке стола.

Прием пищи осуществляется под контролем **воспитателей**.

При подготовке и сервировке столов активное участие принимают дежурные.

**Организация дежурства**

- дежурство носит характер поручений;

- единство требований со стороны обоих воспитателей и их помощника;

- обязательно выполнение гигиенических процедур, наличие привлекательной формы для дежурных (фартук, колпачок);

- назначают по 1 дежурному для каждого стола (младший, средний возраст); 2 дежурных на все столы – старший возраст.

- поощрение и благодарность за помощь;

**младший возраст:**

- можно повесить «Доску дежурств» и научить детей пользоваться ею;

- раскладывание на столе ложек, салфетниц и хлебниц.

**старший возраст:**

- сервировка стола (самостоятельно и под присмотром взрослого);

- уборка использованных салфеток;

- уборка грязной посуды с детских столов в определённое место.

 Перед каждым приемом пищи дети умываются, приводят в порядок нос, волосы, одежду.

Я вам расскажу правила столового этикета и предложу потешки, которыми можно сопровождать эти правила.

**1. Правила поведения за столом.**  
**-Перед каждым приемом пищи ребенок умываются, приводят в порядок нос, волосы, одежду.**

*Перед едой мой руки с мылом*

 Мышка плохо лапки мыла:  
 Лишь водичкою смочила,  
 Мылом мылить не старалась –  
 И на лапках грязь осталась.

 Полотенце – в чёрных пятнах!  
 Как же это неприятно!  
 Попадут микробы в рот –  
 Заболит тогда живот.

 Так что, ребенок, постарайтесь,  
 Чаще с мылом умывайтесь!  
 Надо тёплою водой  
 Руки мыть перед едой!

Закончив гигиенические процедуры, дети рассаживаются за столами и приступают к обеду.

Час обеда подошел, сели деточки за стол

Чтобы не было беды,

Вспомним правила еды:

Наши ноги не стучат,

Наши язычки молчат

За обедом не сори,

Насорил — так убери

А с едой не играют.

За столом едят, друзья,

Баловаться здесь нельзя!

**Воспитатель старается**, чтобы вслед за дежурными за **стол сели те дети**, которые медленно едят и имеют плохой аппетит. Блюда должны подаваться своевременно, чтобы, сев за стол, детки тут же начал есть, т. е. недопустимо сажать детей за пустые столы.

Во время еды воспитателю следует разговаривать с детьми («Детки, кушайте, суп очень вкусный»; «Лилиана, возьми хлебушек, откуси кусочек»; «Татьяна Владимировна, Саша съел весь суп, положите теперь ему, пожалуйста, котлету с картошкой. Кушай, Саша вкусную котлетку», по стараться использовать художественное слово.

Темы застольных бесед не должны затрагивать личность ребенка, быть назидательными или возбуждающими. Темы бесед могут быть самыми различными. Допускается говорить о пище, которую едят дети: из каких продуктов она сделана, откуда эти продукты появились и т. д., но не следует беседу за столом превращать в обучающее занятие.

**Воспитатель** даёт установку детям на правильную посадку, культуру приёма пищи, правила поведения за столом, пользования столовыми приборами, стимулируя правильность выполнения указаний схемами – подсказками, а так же обращает внимание детей на вкусно приготовленную пищу, называя подаваемые блюда.

Технологию принятия пищи в младшем и среднем возрасте педагог проговаривает вслух, уточняя, что и чем едят, как берут пищу с тарелки. Необходимо обращать внимание на то, как дети держат чашку, на темп еды и тщательное пережевывание пищи. Овладение этими навыками питания поможет сохранить зубы и уберечь желудок от многих заболеваний.

В старших группах проговаривают дежурные.

**-Ребенок должен правильно сидеть за столом: нижняя часть спины должна быть прижата к спинке стула, ступни ног полностью касаться пола. Нельзя сидеть с перекрещенными ногами, качаться на стуле, сидеть развалясь, перегибаться через спину рядом сидящего, отодвигать стул всем весом своего тела, барабанить по столу пальцами, ставить на стол локти**.  
 

Чтоб не грохнутся случайно  
На пол в час веселья,  
Ты на стуле не качайся  
Это не качели.  
\*\*\*  
Поросёнок за столом  
С этикетом не знаком.  
Он на стуле развалился  
И качается на нём.  
Поросёнок баловался,  
Очень сильно раскачался,  
Равновесие потерял –  
На пол с грохотом упал!  
Говорит ему Зайчишка:  
«Поросёнок! Это слишком!  
Ты к порядку приучайся  
И на стуле не качайся!»

**-Во время еды нельзя разговаривать, потому что можно подавиться, если пища попадёт в дыхательные пути.**  
**-За столом нельзя чавкать. После каждого положенного в рот кусочка рот нужно закрывать и прожёвывать пищу ртом.**  
**-Нельзя, не прожевав, проглатывать даже самое вкусное кушанье.**  
**-Дуть на горячий суп или чай не имеет смысла (они и так остынут), а жирные брызги могут испачкать одежду.**  
**-Нельзя хватать еду руками.**

Известно с детства это всем:   
«Когда я ем, я глух и нем»  
Жуёшь – закрытым рот держи  
Проглоти – потом скажи.  
\*\*\*

Не вертись, спокойно кушай  
И не чавкай, словно хрюша.  
\*\*\*  
Не хватай еду руками,  
Будет очень стыдно маме.  
\*\*\*

*Умей есть не спеша и аккуратно*  
 Медвежонок хлеб жевал –  
 Крошки хлебные ронял.  
 Говорил с набитым ртом –  
 Что? Не мог понять никто.  
 После взялся за компот –  
 Стол облил и свой живот!  
 Все над ним хохочут звонко,  
 Застыдили медвежонка:  
 — Ты не знаешь? За столом  
 Надо есть с закрытым ртом,  
 Не спешить, не говорить,  
 Крошки на пол не сорить.  
 После встать из-за стола  
 В шубке чистой, как была.

**-Нельзя тянутся  к чему-либо через весь стол. Нужно попросить, чтобы тебе это передали.**

Сок в кувшине подала   
Для гостей Лиса – хозяйка.  
На другом конце стола  
Оказался он от Зайки.  
Заяц к соку потянулся  
И почти что лёг на стол.  
В суп к Медведю окунулся,   
И Топтыжка очень зол!  
Слышит Заяц от Медведя:  
«Эй, Косой, остановись!  
С просьбой обратись к соседям,   
Сам за соком не тянись!  
За столом не будь так прыток,  
А проси помочь зверят,  
Если блюдо иль напиток  
Очень далеко стоят!»

**- Баловаться за столом нельзя.**

Так, друзья не поступают  
И с едою не играют.  
За столом едят, друзья,   
Баловаться здесь нельзя!

**- Доедая суп, тарелку наклоняй от себя, а не к себе.**

Луша, маленькая кошка,  
Ела вкусную окрошку.  
Рядом с Лушей за столом  
Ел рассольник ёж Пахом.   
Ох, как вкусно! Хочет Луша  
Весь до капли супчик скушать.  
На себя большую миску   
Смело наклонила Киска.  
Сразу пролилась окрошка:  
Мех у Лушки в красной свёкле,  
Брючки, гольфы и сапожки  
Тоже у неё промокли.  
Говорит ей Ёжик: «Луша!  
Мой совет скорей послушай:  
Я рассольник доедаю  
И тарелку наклоняю  
От себя и не боюсь,  
Что я супом обольюсь!»

**- Ребёнок должен правильно пользоваться столовыми приборами.**

*Учись пользоваться вилкой и ложкой*   
 За столом щенок Антошка  
 Рыбу ел столовой ложкой,  
 Вилкой суп пытался кушать –  
 Не хотел советов слушать.  
 И хотя вовсю старался,  
 Так голодным и остался.  
 Ну куда это годится!  
 Всем пора бы научиться  
 Кушать вилкой, кушать ложкой,  
 А не делать, как Антошка.

**-Ребёнок должен пользоваться салфеткой во время еды**  
Не вытирай свой рот рукой  
Салфетка есть перед тобой.

**-Каждый ребенок, подходя к столу, должен пожелать сидящим приятного аппетита, а те в ответ поблагодарить, выходя из-за стола, ребенок говорит «спасибо».**

Зайка завтракал однажды  
У приятеля Осла.  
Не сказав «Спасибо» даже,  
Он встаёт из-за стола.  
Морс Косой чуть отхлебнул,  
Торта съел лишь половину,  
Встал и отодвинул стул,   
А обратно не задвинул.  
Говорит ему Осёл:  
«Заяц, стой! Куда пошёл?  
Должен ты сказать «Спасибо»  
И задвинуть стул за стол!  
Ты, Косой, себя ведёшь  
Не особенно красиво!  
Завтра именинник Ёж,   
Если ты к нему пойдёшь,   
Не забудь сказать «Спасибо!»

Таким образом, используя эти юмористические стихотворения, процесс обучения детей столовому этикету становится увлекательным и радостным.

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 в младших группах. Заканчивая обед, дети благодарят, выходят из-за стола, убирая за собой бокал и тарелку для второго блюда (старшие группы). Тарелки после супа, второго следует убирать немедленно, так как стол должен выглядеть всегда опрятно.

Сполоснув рот, дети проходят в спальную комнату и готовятся к дневному сну.

Требовать от ребёнка соблюдения полного порядка во время еды нельзя, так как у него движения ещё мало скоординированы. Дети быстро утомляются, начинают отвлекаться или совсем перестают есть. Воспитатель должен помочь закончить обед. Если малыш всё – таки отказывается от еды, настаивать не следует. Каждый ребёнок должен усвоить правила: нельзя выходить из-за стола с куском хлеба, пирога, яблока и т. д. ; нельзя выходить, если рот наполнен непрожёванной пищей. А так же поблагодарить взрослого после еды, задвинуть свой стульчик.

Правила!

1. Нельзя сидеть с перекрещенными ногами, качаться на стуле, сидеть развалясь, перегибаться через спину рядом сидящего, отодвигать стул всем весом своего тела, барабанить по столу пальцами, ставить на стол локти.
2. При застольном разговоре дети должны усвоить всего два правила: не вступать в разговор, пока не закончил говорящий, не говорить пока во рту пища.
3. «Спасибо» ребенок говорит всякий раз, когда ему подают еду, убирают посуду и т.п.
4. Ложку держать в правой руке, подносить ко рту широкой стороной, ближе к зауженному краю, содержимое медленно выливают в рот; вилку можно держать и в правой, и в левой руке: в правой – когда стол сервирован только вилкой, в левой – когда вилкой и ножом.
5. 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. Бумажной салфеткой пользуются только один раз, при необходимости берут другую.

ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

по организации питании в группах

Условия воспитания положительного отношения к еде:

•удобное расположение столов, эстетически приятная сервировка и подача блюд;

•благоприятный психологический климат, доброжелательное и внимательное отношение взрослых;

•разъяснение необходимости рационального питания, пропаганда здорового образа жизни;

•исключение агрессивных методов воздействия (принуждения, угрозы, наказание);

•постепенное приучение ребенка к нужной норме в еде;

•оказание помощи в кормлении, при этом предоставляя возможность проявлять самостоятельность;

•позволить детям запивать пищу компотом, киселём, соком или просто теплой водой – тогда они охотно едят;

•во время приема пищи педагогу целесообразно находиться за столом вместе с детьми.

**ПАМЯТКА ДЛЯ ДЕТЕЙ**

Как вести себя 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.

После еды положи ложку и вилку в тарелку.

Выходя из-за стола, убери стул и поблагодари.

После еды полощи рот.