

Консультация для родителей

Поведение ребёнка за столом

Ребенка уже с **раннего детства** важно приучать есть аккуратно, беззвучно, правильно пользоваться приборами и салфетками. То, чему Вы научите ребенка в раннем возрасте – останется на всю жизнь. Очень важно не упустить момент его страстного желания - делать все самостоятельно! Если этот момент упустить и делать всё за ребенка, вы рискуете, прежде всего, психическим здоровьем ребенка. Упущенный навык в определенном возрасте, создает потом трудности, прежде всего, для ребенка. Воспитание культуры поведения за столом будет более эффективным, если Вы будете объяснять ребенку, почему так делать нельзя. **Например:** если ты будешь вертеться, ты можешь опрокинуть тарелку на себя; если ты будешь сидеть «развалившись», то прольешь на себя суп из ложки...

Родители, помните! Вести себя дома нужно так же, как и в гостях. Никогда не давайте скидку «ничего страшного, он же дома! Здесь же все свои!» Ребенок искренне не поймет, почему дома ему разрешали, есть торт руками и плевать тем, что ему не нравится, а тут мама вдруг начинает ругать!!! Ребенку непонятно почему вы так поступаете...

Правила правильного поведения за столом необходимо показывать на собственном примере. Старайтесь ежедневно устраивать обед или ужин за семейным столом. Даже если он будет длиться не больше получаса, это позитивно скажется на воспитании ребенка.



1. С самого маленького возраста приучайте ребенка мыть руки перед едой.
2. Позволяйте малышу принимать пищу исключительно за обеденным столом.
3. Напоминайте, что за обеденный стол садятся не для игр и развлечений. Поэтому **игрушки, книжки, а также телевизор во время еды недопустимы.**

4. Объясните, что раскачиваться на стуле или играть со скатертью ни в коем случае нельзя. Ведь так можно упасть или стянуть скатерть и опрокинуть на себя горячий суп.

5. Не разрешается закидывать ногу на ногу, вытягивать ноги под столом или же обхватывать ними ножки стула.

6. За столом надо сидеть прямо, не сутулясь, нельзя шалить и облокачиваться на стол.

7. Не позволяйте ребенку за столом играть с едой, лезть руками в тарелку. Не развлекайте его, рассчитывая, что так он съест больше.

8. Следите за тем, чтобы малыш не наклонялся к ложке или вилке, а наоборот - еду в ложку или на вилке подносил ко рту, сидя ровно на стуле.

9. Научите ребенка правильно пользоваться столовыми приборами. Нельзя ни в коем случае играть с ними, брать в рот пустую вилку или нож. Это опасно, ведь так можно порезать полость рта и языка.

10. Тянуться за угощением через стол не принято - в этом случае нужно попросить, чтобы его передали.

11. Кушать следует аккуратно, мелкими кусочками не набивая рот, чтобы потом было невозможно прожевать. Пищу надо пережевывать медленно и тщательно. Перед трапезой проверьте чистоту носа малыша, чтобы у него не появилась привычка чавкать или сопеть.

12. Объясните крохе, что разговаривать с полным ртом некрасиво и неудобно, сначала пищу стоит прожевать и проглотить.

13. Вставая из-за стола, обязательно нужно приучать ребёнка говорить: «Спасибо!»

14. Ребенка нужно сразу учить держать столовые приборы правильно! Ложку, например, нужно держать тремя пальцами: большим, указательным и средним **НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ В КУЛАКЕ!** Переучивать будет **сложно.**

Следует также помнить, что обстановка, в которой приходится ребенку принимать пищу, должна быть спокойной и гармоничной, создавать хорошее настроение.



Подготовила: воспитатель: Острецова И.С.