ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ КУЛЬТУРЫ ЕДЫ

Уроки этикета начинаются уже в раннем возрасте. Ребенок учится не только [правильно вести себя за столом](https://www.maam.ru/obrazovanie/pitanie-konsultacii), но и уверенно пользоваться столовыми приборами, быть опрятным и вежливым.

Перед педагогами сегодня встает вопрос, как обучать детей **культуре питания**.

Как правило:

-дети не умеют правильно сидеть за столом во время приема пищи;

- не всегда используют салфетку;

- не знают названия блюд;

-не соблюдают правила поведения за столом;

-не всегда используют столовые приборы по назначению.

В дошкольном учреждении детей учат питаться на классический европейский манер. Исходя из этого сервируют столы.

Вилки дают детям начиная со 2-ой младшей группы *(2 полугодие)*.

В зависимости от времени приема пищи столы сервируются по-разному.

К завтраку на стол ставят:

салфетницу,

хлебницу,

чашку с блюдцем (ручка чашки смотрит вправо),

тарелку,

вилку (кладётся с левой стороны *зубцами вверх)*.

Посуду убирают слева от сидящего ребенка.

К обеду стол сервируют похожим образом. На стол ставят: салфетницу, хлебницу, чашку с блюдцем и чайной ложечкой (чтоб ребёнок мог съесть ягоды из компота, тарелку для первого блюда, вилка кладётся с левой стороны от тарелки.

К полднику стол сервируется, как и на завтрак.

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

По мере взросления ребенка его **навыки** поведения за столом совершенствуются. Если зайти в группу ясельную и старшую, и вы не только увидите, но и услышите разницу. Малыши сидят абы как в силу своего возраста и неусидчивости, крошки раскиданы, пытаются болтать — не везде, конечно, но это типичная картина. И взять старшую группу: дети сидят и спокойно едят, никто не болтает, не смеется. После еды вытираются салфеткой, благодарят нянечку и помогают дежурному убрать за собой посуду.

Детей первой младшей группы *(2-3 года)* учат:

самостоятельно мыть руки перед едой, насухо вытирать их полотенцем;

опрятно есть, держа ложку в правой руке;

вытираться салфеткой после еды;

благодарить после еды.

Детей второй младшей группы *(3-4 года)* учат:

самостоятельно и аккуратно мыть руки с помощью мыла, насухо вытираться полотенцем, вешать полотенце на свое место;

правильно пользоваться столовыми приборами;

кушать аккуратно: не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом.

Детей средней и старшей групп *(4-5 лет, 5-6 лет)* учат:

брать пищу небольшими порциями;

есть тихо;

правильно пользоваться столовыми приборами *(вилкой, ложкой)*;

сидеть с прямой спиной;

аккуратно составлять посуду после еды;

относить за собой часть посуды.

Дети подготовительной к школе группы *(6-7 лет)* закрепляют полученные **навыки культуры поведения за столом** : не кладут локти, сидят прямо, тщательно пережевывают пищу, правильно пользуются столовыми приборами.

**Формы привития культуры питания**

**Формы привития культуры** питания в дошкольном учреждении разнообразны. Одной из них является дежурство. Дежурным по столам выдают нарядную **форму**, состоящую из колпачков и фартучков. Все эта одежда хранится в *«Уголке дежурного»*.

Дежурить дети начинают со второй младшей группы, в конце учебного года. Дежурный помогает помощнику воспитателя накрыть стол, за которым сам кушает. Дошкольник расставляет салфетницы, кладет салфетки, ложки, ставит хлебницы.

В средней группе дети закрепляют **навыки сервировки стола**. Во втором полугодии обязанностей прибавляется: вложить в салфетницы салфетки, убрать после еды хлебницы и салфетницы.

В старшей и подготовительной группах дежурные могут самостоятельно сервировать стол и прибираться после приема пищи.