

Консультация для родителей на тему: Культура еды, сервировка стола соответственно среднему возрасту в детском саду.

Я, Колесова Валентина Петровна воспитатель средней группы №5, первая квалификационная категория хочу познакомить вас, уважаемые родители, с воспитанием культурно-гигиенических навыков у детей в нашей группе.

Культура питания в дошкольном учреждении — наука, которая необходима в современной жизни. Так как дети проводят большую часть дня в детском саду, то именно на воспитателей ложится обязанность научить ребенка полезно, вкусно, красиво и 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. Перед педагогами сегодня встает вопрос, как обучать детей культуре питания, общепринятым в международном сообществе правилам поведения за столом и даже создать условия, способствующие повышению культуры поведения в семье.

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.

Правила сервировки стола

В дошкольном учреждении детей учат питаться на классический европейский манер. Вилка в левой руке, нож — в правой. Исходя из этого сервируют столы.

Вилки дают детям начиная со 2-ой младшей группы, а ножи — со средней группы.

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

К завтраку на стол ставят: салфетницу, хлебницу, тарелку с порционным маслом, чашку с блюдцем (ручка чашки смотрит вправо), тарелку, вилка кладётся с левой стороны (зубцами вверх), нож (лезвие ножа смотрит на тарелку) с ложкой – с правой стороны. 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, нож с ложкой – с правой стороны.

К полднику стол сервируется, как и на завтрак — с единственным отличием: не подается масло.

К ужину стол сервируется так же, как и к завтраку. Не подается только масло.



Формирование культурно-гигиенических навыков за столом

По мере взросления ребенка его навыки поведения за столом совершенствуются.

Формировать культурно-гигиенические навыки необходимо последовательно и постепенно с учетом возрастных особенностей ребенка. Обучать детей правилам поведения за столом можно как на специально организованных занятиях, так и во время приема пищи. Завтракая и обедая вместе с детьми, воспитатель должен демонстрировать им правила этикета, необходимость их соблюдения.



Задачи формирования элементарных культурно-гигиенических навыков за столом:

Дети средней группы (от 4-х до 5 лет)

Совершенствование навыков аккуратного приема пищи: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка), салфеткой, полоскать рот после еды.

Формирование умения самостоятельно выполнять обязанности дежурного по столовой: аккуратно расставлять хлебницы, чашки с блюдами, ставить салфетницы, раскладывать столовые приборы (ложки, вилки, ножи).

Предлагаю несколько вариантов использования художественного слова во время сервировки стола и приёма пищи:

*Мы дежурные сегодня,
Станем быстро помогать,
Аккуратно и красиво
Все столы сервировать.
Что сначала нужно сделать?
Будем руки чисто мыть.
Потом фартуки наденем,
Начнем скатерти стелить.
Мы салфетницы поставим,
А на самый центр стола –
Хлеб душистый, свежий, вкусный.
Хлеб всему ведь «голова».
Вокруг хлебниц хороводом
Блюдца с чашками стоят.
Ручки чашек смотрят вправо,
В блюдцах ложечки лежат.
Мы тарелки всем поставим,
Вилки, ложки и ножи.
Не спеши, как класть подумай,
А потом уж разложи.
От тарелки справа нож,
Ложка рядышком лежит.
Нож от ложки отвернулся,
На тарелочку глядит.
Ну а слева от тарелки
Нужно вилку положить.
Когда станем есть второе,
Будет с вилкой нож дружить.*

*Нет полезнее продуктов — вкусных овощей и фруктов!
Очень важно спозаранку есть за завтраком овсянку.
Черный хлеб полезен нам и не только по утрам.
Помни истину простую: лучше видит только тот,
Кто жуёт морковь сырую, или сок морковный пьёт.
От простуды и ангины помогают апельсины.
Ну, а лучше съесть лимон, хоть и очень кислый он.*

Спасибо за внимание!