

## Роль воспитателя в организации приёма пищи детей в детском саду

Культура питания в детском саду – наука, необходимая в современной жизни. 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.

Усложнение задач формирования культурно-гигиенических навыков происходит последовательно и постепенно с учетом возрастных особенностей ребенка.

	<b>Первая младшая группа (от 2 до 3 лет)</b>	<b>Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)</b>	<b>Средняя группа (от 4 до 5 лет)</b>	<b>Старшая группа (от 5 до 6 лет)</b>	<b>Подготовительная к школе группа (6-7 лет)</b>
<b>Воспитание культурно-гигиенических навыков.</b>	Формировать привычку мыть руки, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем. Формировать умение во время еды правильно держать ложку.	Совершенствовать КГН, формировать простейшие навыки поведения за столом.	Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом. Совершенствовать навыки аккуратного приема пищи.	Совершенствовать культуру еды.	Закреплять умения детей аккуратно пользоваться столовыми приборами; правильно вести себя за столом; обращаться с просьбой, благодарить.

### ***Первая младшая группа (от 2 до 3 лет)***

Формировать привычку мыть руки, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем. Формировать умение во время еды правильно держать ложку.

### ***Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)***

Научить самостоятельно и аккуратно мыть руки, лицо, правильно пользоваться мылом, расческой, насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на свое место.

Сформировать навыки приема пищи: не крошить хлеб, правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой, пережевывать пищу с закрытым ртом.

В жизни и на картинках уверенно узнавать и называть процессы еды.

Знать предметы и действия, связанные с выполнением гигиенических процессов при приеме пищи.

Знать отдельные правила поведения за столом (не разговаривать пока не прожевал и не проглотил пищу, вести себя спокойно, не крошить хлеб, благодарить старших).

Знать стихи о приеме пищи, прослушать и рассмотреть детские книги и с соответствующим содержанием.

**Привлекать к выполнению простейших трудовых действий: совместно с взрослым и под его контролем расставлять хлебницы, салфетницы, раскладывать ложки.**

### ***Средняя группа (от 4 до 5 лет)***

Совершенствовать приобретенные умения: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой, ножом), салфеткой, полоскать рот после еды.

Сформировать положительное отношение к гигиеническим процессам и культуре еды. Понимание того, что окружающие одобряют действия, связанные с соблюдением правил гигиены и опрятности, и осуждают проявления неряшливости, неопрятной еды.

Знать наизусть стихи, потешки связанные с выполнением культурно - гигиенических правил.

**Учить детей самостоятельно выполнять обязанности дежурных по столовой: аккуратно расставлять хлебницы, чашки с блюдцами, глубокие тарелки, ставить салфетницы, раскладывать столовые приборы (ложки, вилки, ножи).**

### **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.

### ***Старшая группа (от 5 до 6 лет)***

Закрепить умение правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом.

Продолжать прививать навыки культуры поведения: выходя из-за стола тихо задвигать стул, благодарить взрослых.

**Приучать добросовестно выполнять обязанности дежурных по столовой: сервировать стол, приводить его в порядок после еды.**

### ***Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)***

Закрепить навыки культуры поведения за столом: прямо сидеть, не класть локти на стол, бесшумно пить и пережевывать пищу, правильно пользоваться ножом, вилкой, салфеткой. Во время завтрака, обеда дети могут обратиться к воспитателю, младшему воспитателю с просьбой помочь разрезать пищу, дать добавку или, наоборот, сказать младшему воспитателю или дежурным детям, чтобы дали меньше. Могут посоветовать или напомнить товарищу взять корочку — «помогалочку» и не трогать пищу пальцами, как правильно держать ложку.

Беседы иного содержания во время еды **НЕДОПУСТИМЫ**.

Дети должны усвоить два правила:

- не вступать в разговор, пока не закончил говорящий;
- не говорить пока во рту пища.

## Технология принятия пищи

В младшем и среднем возрасте	Старшая группа	Подготовительная группа
<p>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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• умение есть аккуратно;</li> <li>• есть бесшумно;</li> <li>• умение правильно пользоваться ложкой;</li> <li>• умение правильно пользоваться вилкой;</li> <li>• умение сохранять правильную осанку за столом;</li> <li>• умение обращаться с просьбой, благодарить;</li> <li>• продолжать прививать навыки культуры поведения: выходя из-за стола, тихо задвигать стул, благодарить взрослых.</li> </ul>	<p>Закрепляются умения и навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• культуры поведения за столом: прямо сидеть, не класть локти на стол, бесшумно пить и пережевывать пищу, правильно пользоваться ножом, вилкой, салфеткой</li> <li>• обращаться с просьбой, благодарить;</li> <li>• аккуратно пользоваться столовыми приборами.</li> </ul>

## Столовые приборы

Младшая группа		Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
1-ая младшая	2-ая младшая			
<p>Дети учатся правильно пользоваться ложкой.</p>	<p>Дети учатся правильно пользоваться десертной, чайной, а во второй половине года вилкой</p>	<p>Закрепляем навыки пользования столовыми приборами.</p>	<p>Закрепляем навыки пользования столовыми приборами, +навыки пользования ножом</p>	<p>Дети закрепляют умения пользоваться всеми столовыми приборами.</p>

## ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ СТОЛОВЫМИ ПРИБОРАМИ



Профессиональная обязанность воспитателя детского сада – обучить ребенка правилам поведения за столом. Это обучение происходит как в организованных моментах, так и во время приема пищи. Правильная и красивая сервировка стола поднимает аппетит и создает доброжелательный настрой у окружающих.

### Сервировка стола

Завтрак	Обед	Ужин
На середину стола ставят хлебницу с хлебом; тарелку с порционным маслом или сыром; салфетницу; Чайную ложку или вилку – кладут справа.	К обеду стол сервируют: десертную ложку с ножом кладут справа от тарелки, а вилку слева. Чашка ставится перед тарелкой. Чайная ложка, если в ней есть необходимость кладется параллельно краю стола. На середину стола ставят салфетницу и хлебницу. Категорически запрещается оставлять использованную посуду. Стол должен быть всегда опрятным.	Стол сервируют так же, как и к завтраку. Не подается только масло.

Основной задачей педагога в детском саду является воспитание положительного отношения к труду, желание трудиться и ответственно относиться к порученному заданию. В детском саду организуются поручения и дежурства по столовой.

## Поручения и дежурство

	<b>Первая младшая группа (от 2 до 3 лет)</b>	<b>Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)</b>	<b>Средняя группа (от 4 до 5 лет)</b>	<b>Старшая группа (от 5 до 6 лет)</b>	<b>Подготовительная к школе группа (6-7 лет)</b>
<b>Общественно-полезный труд</b>	Привлекать к выполнению простейших трудовых действий: совместно с взрослым и под его контролем расставлять хлебницы, салфетницы, раскладывать ложки.	Во второй половине года начинать формировать умение, необходимые при дежурстве (помогать накрывать стол к обеду: раскладывать ложки, расставлять хлебницы, тарелки, чашки.	Учить детей самостоятельно выполнять обязанности дежурных по столовой: аккуратно расставлять хлебницы, чашки с блюдами, глубокие тарелки, ставить салфетницы, раскладывать столовые приборы (ложки, вилки, ножи)	Приучать добросовестно выполнять обязанности дежурных по столовой: сервировать стол, приводить его в порядок после еды.	Приучать добросовестно выполнять обязанности дежурных по столовой: сервировать стол, приводить его в порядок после еды