***Если ребёнок плохо ест.***

*\*Ребёнок должен иметь право отказаться съесть «даже по*

*маленькому кусочку». Если на него не давить,то рано или поздно*

*он начнёт есть нормально.Спокойный подход к еде способству- ет установлению здорового отношения к ней.*

*\*Во время еды вовлекайте ребёнка в неторопливый разговор.*

*\*Почаще что-нибудь готовьте вместе.*

*\*Если ребёнок слишком быстро заглатывает пищу, накладывай-*

*те еду в тарелку понемногу, но обязательно скажите малышу, что приготовили еды достаточно и можете дать ему добав -ки.Объясните ребёнку, что пищу нужно жеватьмедленно,чтобы*

*организм мог взять из хорошо прожёванной пищи больше полез-*

*ных веществ,это помогает человеку расти высоким,красивым и сильным.*

*\*Если ребёнок ест слишком вяло, накладывайте в тарелку пищу понемногу, постепенно добавляя её.Объясните ему,что с малень-*

*кой порцией справиться гораздо легче. Не заостряйте на этой проблеме слишком много внимания, чтобы не усугубить ситуа- цию.*

*\*Если ребёнок слишком разборчив в еде, для начала давайте ему*

*новую еду очень маленькими порциями.*