



Памятка

«Поведение ребенка за столом»

Необходимо обратить внимание родителей на следующие вопросы:

- ◆ как ест ребенок;
- ◆ каково его поведение за столом;
- ◆ умеет ли он пользоваться ножом и вилкой, полотняной и бумажной салфетками;
- ◆ знает ли он, что люди оценивают его по манере еды.

Овладение этими навыками следует начинать как можно раньше. Малыш только взял в руку ложку и тянет ее ко рту - мама уже ласково, спокойно и настойчиво должна приучать его держать ложку правильно. С раннего возраста желательно придерживаться следующих правил столового этикета:

- ◆ на столе всегда порядок, чистота и красивая сервировка;
- ◆ за столом сидим с чистыми лицом и руками;
- ◆ застолье проходит без крика и резких замечаний;
- ◆ правильно пользуемся столовыми приборами и салфетками;
- ◆ обязательно благодарим за еду и совместную трапезу.
- ◆ постепенно внушаем ребенку разумность этих правил, а с 5-6 лет начинаем его этому обучать.

Все мы знаем основные правила поведения за столом: не кричать, не разговаривать, не вертеться, не сорить, не пачкать, не садиться за стол с грязными руками, не оставлять еду в тарелке и еще много всяких «не». Ребенку трудно выполнить все эти требования. И поговорить хочется, и сидеть неподвижно трудно, и рад бы не пачкать, да не получается.

В некоторых семьях застолье превращается в мучение для ребенка, ведет к сплошным наказаниям. Не следует особенно остро переживать его неудачи: он не хуже других, даже если не может запомнить такие простые правила. Детям трудно заставить себя делать то, что надо, а не то, что хочется, сложно в короткий срок усвоить нужные привычки. Только терпение взрослых, их похвала и уверенность в способностях ребенка приведут к хорошим результатам в освоении правил столового этикета.

Не следует просто перечислять правила. Постепенно, в игровой и шутливо-доброжелательной форме их надо довести до сознания ребенка. Пусть он сам подумает и объяснит, как можно за столом ухаживать за мамой и бабушкой, почему нельзя поворачиваться спиной к тем, кто сидит рядом, что делать, если на тарелке лежат сыр и ветчина, а хочется еще съесть шпроты, почему благодарим за угощение, а не отсылаемся о нем плохо, если оно нам не понравилось, и т.д.

Приучая ребенка пользоваться бумажными и полотняными салфетками и столовыми приборами, нужно объяснить, что опытная хозяйка по расположению на столе салфетки или столовых приборов может определить желание гостя закончить или продолжить трапезу.

Важно обращать внимание на то, правильно ли ребенок держит приборы в руках, поскольку переучивать всегда сложнее, чем обучать. С 5-6-летнего возраста необходимо приучать пользоваться ножом и вилкой.

Ребенок легко запоминает эти правила. Ему кажется, что, соблюдая их, он стал старше и умнее. Он даже следит за взрослыми - так ли они ведут себя во время приема пищи. Надо поддерживать у него возникший интерес к правильному поведению за столом. Взрослых нередко мучает вопрос: что и как едят. Родители могут создать своему ребенку необходимые условия, чтобы он, став взрослым, редко задавал себе подобный вопрос. Для этого надо обучить его правильно есть разные блюда: овощи, фрукты, сладости и т.д.

Целесообразно убедить ребенка, что лучше есть за столом. Рассказать ему о пищеварении, микробах, чистых и грязных руках. Желательно назвать и другие причины: можно случайно кого-нибудь испачкать, а значит, огорчить; жующий на улице человек выглядит некрасиво. Став старше, ребенок, возможно, не придаст значения таким аргументам, но в раннем детстве мы воспитаем у него привычку не есть на улице. Создаем особые условия для правильной и красивой еды.

Например, в праздничном застолье будем стараться все делать правильно. Если ребенок за столом допустил оплошность, не следует его ругать, надо понять причину: у ребенка еще не закреплен навык, он волнуется, его еще не научили, слишком сложное для его возраста требование. Только терпение и любовь родителей помогут ему справиться с неудачами в освоении правил столового этикета, соблюдение которого столь важно в жизни каждого человека для приобретения уверенности в себе и осознания себя культурным человеком.