**мини-семинар «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей**

**при организации приема пищи»**

Цель: оказание методической помощи воспитателям и помощникам воспитателям по организации приема пищи.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Вопросы для рассмотрения | ответственный |
| 1 | Требования к организации питания в ДОУ и воспитанию культурно-гигиенических навыков детей. Карты анализа «Организация питания дошкольников». | зам.зав. ВМР |
| 2 | Презентация «Сервировка стола по всем правилам» | ст.медсестра |
| 3 | Мастер-класс «Салфетка бумажная – деталь немаловажная» (складывание салфеток различными способами) | ст.медсестра |
| 4 | Анонс методических материалов «В помощь педагогу» | зам.зав. ВМР |

В режимных процессах у детей формируются навыки личной и общественной гигиены, правильного поведения в быту, в общественных местах, соблюдения общепринятых норм, этикета. В процессе приема пищи происходит формирование следующих культурно-гигиенических навыков: мыть руки перед едой; аккуратно есть; брать хлеб столько, сколько съешь; есть молча; жевать с закрытым ртом; пользоваться салфеткой; правильно сидеть за столом; уметь обращаться с ложкой, вилкой, столовым ножом; тщательно пережевывать пищу.

Переход навыка в привычку достигается систематическим повторением в одинаковых или сходных условиях. Пока привычка не закрепилась, ребенок нуждается в контроле и указаниях взрослого, а также в поощрении, похвале, одобрении.

Профессиональная обязанность воспитателя ДОУ – обучить ребенка правилам поведения за столом. Это обучение происходит как на специально организованных занятиях, так и во время приема пищи. В процессе приобщения ребенка к столовому этикету большое внимание уделяется взаимодействию воспитателей с родителями. Согласованность действий в этом вопросе приобретает первостепенное значение. Уже с раннего возраста необходимо вырабатывать у ребенка правильное отношение к еде, разным блюдам, умение пользоваться столовыми приборами и салфетками.

Однако не следует превращать прием пищи в поле битвы за хорошие манеры детей. Хорошие манеры приобретаются путем многократных упражнений, а также благодаря среде, в которой постоянно вращаются дети. В данном случае этой средой являются взрослые в дошкольном учреждении. Культурой еды и общения, доброжелательностью они создают условия, благодаря которым хорошие манеры поведения за столом вырабатываются достаточно быстро и усваиваются детьми на всю жизнь.

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

**1 мл.группа (2 -3 года)**

* сформировать умение пользоваться ложкой, приучить самостоятельно есть разнообразную пищу, есть с хлебом, пользоваться салфеткой после еды (сначала с помощью взрослого, а затем по словесному указанию), выходя из-за стола, задвигать свой стул;
* закрепить умение самостоятельно мыть руки перед едой, насухо вытирать лицо и руки полотенцем, опрятно есть, полоскать рот по напоминанию взрослого;
* сформировать умение выполнять элементарные правила культурного поведения: не выходить из-за стола, не закончив еду, говорить «спасибо».

**2 мл.группа (3 -4 года)**

* научить самостоятельно и аккуратно мыть руки и лицо, пользоваться мылом и расческой, насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на свое место;
* сформировать навыки приема пищи: не крошить хлеб, правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой – со второй половины года), салфеткой, полоскать рот после еды.

**средняя группа (4 -5 лет)**

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

**старшая группа (5 -6 лет)**

* закрепить умения 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.

**подгот.группа (6 -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; благодарить взрослых.

**Методы и формы организации работы с детьми:**

1. Наглядный (показ приемов владения столовыми приборами, демонстрация правил сервировки, положительный личный пример, рассматривание картин и иллюстраций, экскурсия на пищеблок, наблюдение за сверстниками)
2. Словесный (объяснение, разъяснение, убеждение, использование художественного слова, разбор проблемных ситуаций, поощрительная оценка деятельности ребенка)
3. Практический (дежурство, закрепление навыков поведения за столом, дидактические игры, сюжетные игры)

**Проблемы с питанием: плохой аппетит или?**

Воспитать у ребенка есть разнообразную пищу – дело достаточно трудное, но выполнимое. Важно выяснить *причины возникновения плохого аппетита*:

- наличие разных заболеваний, проблем со здоровьем (повышенная возбудимость, недостаточная деятельность слюнных желез, глисты, увеличенные миндалины);

- ребенок ест без аппетита после большой физической нагрузки или сильных переживаний, например, обиды или огорчения;

- несформированность правильного отношения к еде (привычка есть однообразную пищу или только любимые блюда, отсутствие привычки самостоятельно принимать пищу);

*Условия воспитания положительного отношения к ед*е (в основе лежит индивидуальный подход и валеологическое просвещение):

* удобное расположение столов, эстетически приятная сервировка и подача блюд;
* благоприятный психологический климат, доброжелательное и внимательное отношение взрослых;
* разъяснение необходимости рационального питания, пропаганда здорового образа жизни;
* исключение агрессивных методов воздействия (угрозы, принуждение, наказание), нежелательно заставлять ребенка есть без аппетита;
* постепенное приучение ребенка к нужной норме в еде (тем детям, которые привыкли есть дома только одно блюдо (первое или второе), надо обязательно давать неполную норму);
* оказание помощи в кормлении, при этом предоставляя возможность проявлять самостоятельность (для детей, у которых нет навыка самостоятельного приема пищи);
* позволить детям запивать пищу компотом, киселём, соком или просто теплой водой –тогда они охотно едят (для детей, которые с трудом глотают пищу);
* во время приема пищи педагогу целесообразно находиться за столом вместе с детьми.

Огромное значение в работе с детьми имеет пример взрослого. Дети испытывают потребность в личном контакте со взрослыми, подражают им в действиях. Исходя из этого предъявляются высокие требования к культуре каждого сотрудника ДОУ.

**Преимущества совместного приема пищи педагога и детей:**

- завтракая и обедая вместе с детьми, воспитатель демонстрирует им красоту этикета, разумность и необходимость его соблюдения во время застолья;

- между людьми, вместе принимающими пищу, возникают более тесные взаимоотношения: ребенок воспринимает воспитателя как часть родственного сообщества, доверяет ему и прислушивается к его словам.

**Порядок действий по организации приема пищи:**

1. Подготовка к приему пищи. Соблюдение гигиенических требований (мебель расставлена удобно в соответствии с ростом детей; столы промыть горячей водой с мылом. Помощник воспитателя обязан тщательно вымыть руки, надеть специальную одежду, проветрить помещение, использовать только чистую посуду)
2. Гигиенические процедуры: валеологическое просвещение детей, закрепление правил мытья рук; игры-соревнования (старший возраст); самоконтроль детей; оценка деятельности.
3. Сервировка стола: организация дежурства; ознакомление с меню, объявление его детям; привлечение внимания детей к эстетичному оформлению столов, соблюдение правильной осанки.
4. Прием пищи (завтрак, обед, полдник, ужин). Индивидуальная работа по воспитанию культуры еды; обучение правилам этикета; оценка деятельности.

**Организация дежурства**

Общие требования:

- дежурство носит характер поручений;

- единство требований со стороны обоих воспитателей и их помощника;

- обязательно выполнение гигиенических процедур, наличие привлекательной формы для дежурных (фартук, колпачок);

- назначают по 1 дежурному для каждого стола;

- поощрение и благодарность за помощь;

**младший возраст:**

- к концу года можно повесить «Доску дежурств» и научить детей пользоваться ею;

- раскладывание на столе ложек, салфетниц и хлебниц.

**средний возраст:**

- сервировка стола под руководством взрослого;

- уборка использованных салфеток;

- составление грязной посуды стопкой в центре стола.

**старший возраст:**

- сервировка стола (самостоятельно под присмотром взрослого);

- размещение бумажных салфеток в салфетницах (скручивание в трубочки, нарезание, складывание);

- уборка грязной посуды и использованных салфеток.

Сервировать стол – это значит подготовить его для приема пищи. Основная цель сервировки стола – создать порядок на столе, обеспечить всех необходимыми предметами. Порядок сервировки выработан годами, продиктован требованиями гигиены и необходимостью обеспечить наибольшее удобство.

Что же необходимо для того, чтобы накрыть стол к приему пищи?

**Правильная сервировка стола** как необходимое условие воспитания положительного отношения к еде и формирования навыков приема пищи.

- на чистый стол постелить скатерть, ее края опускают со всех сторон одинаково, но не ниже сидений стульев;

- бумажные салфетки не раскладывают, а ставят в салфетнице (закончив есть, вытирают сначала губы, затем руки, а использованные салфетки кладут на блюдо);

- хлебница ставится в центре стола, при необходимости хлеб нарезается пополам (не ломается!);

- справа от тарелки кладут столовые приборы: ближе к тарелке вилку зубчиками кверху, рядом столовую ложку углублением вниз (когда едят суп, ведут ложку от себя); если подается столовый нож, тогда вилку кладут слева от тарелки, а нож справа ближе к тарелке, лезвием к тарелке (ножом разрезают на маленькие кусочки мясо, колбасу, сыр, огурцы, помидоры, яблоки, груши. То, что легко разделать вилкой, едят без ножа: вареный картофель, котлеты, запеканку, омлет. При этом вилку держат в правой руке, а левой придерживают тарелку: большой палец лежит на краю тарелки, остальные под краем);

- если подают компот с ягодами, то на блюдце кладут чайную ложку;

- салат, овощную нарезку, маринад подают в отдельной тарелочке;

- все блюда разливаются согласно *возрастной норме*:

а) ясли: каша, суп, компот, чай - 150 гр., для вторых блюд, 70 гр.(котлета) + 120 гр. (гарнир), хлеб -20 гр. ржаной и 30 гр. пшеничный;

б) сад: каша, компот, чай -200 гр., суп - 250 гр., для вторых блюд, 80 гр. (котлета) + 150 гр. (гарнир), хлеб -30 гр. ржаной и 30 гр. пшеничный;

Однако помните: большие порции способствуют снижению аппетита, поэтому возможно деление подачи вторых блюд (например, гарнира из гречневой каши) на несколько порций.

- раскладка блюд на тарелках должна быть эстетически привлекательной;

- при подаче кисломолочных продуктов можно добавлять по вкусу сахар (непосредственно в чашку ребенка);

- для детей младшего возраста возможно деление пирожка, булочки пополам (разрезание);

- по мере съедания блюд необходимо убирать грязные тарелки.

Тематическая проверка «Этикет за столом»

Цель:

Проанализировать состояние работы педагогов МДОАУ по воспитанию культуры поведения воспитанников разных возрастных групп за столом.

Сроки проведения: с 12 декабря по 22 декабря 2011г.

План проведения тематического контроля:

п/п Направления работы Формы и методы контроля

1. Проверка документации пед. работников Анализ календарных и перспективных планов воспитателей.

2. Оценка профессионального мастерства воспитателей Наблюдение за организацией воспитательно – образовательного процесса (беседы с педагогами, контроль режимных моментов)

3. Выявление уровня сформированности у воспитанников навыков правильного поведения за столом Наблюдение за поведением детей за столом во время приема пищи.

Беседы с воспитанниками средней и старшей групп.

4. Работа с родителями. Проверка имеющейся наглядной агитации.

Справка.

В МДОАУ № 45 с 12 декабря по 22 декабря 2011года проходила тематическая проверка. В ходе проверки выявлено, что в перспективных и календарных планах воспитателей всех возрастных групп МДОАУ № 45 запланированы различные виды формы и методы работы с детьми, которые способствуют воспитанию культуры поведения за столом (беседы, рассказы детей и педагогов, чтение художественной литературы, самостоятельные и коллективные игры).

Индивидуальные беседы с воспитателями Ляскиной Н.Н., Пищулиной З.Н., Пономарёвой А.С. и Кузнецовой О.И. показали их уверенность в том, что очень важно, чтобы у ребёнка выработалось положительное отношение к приему пищи, чтобы к моменту кормления он не был раздраженным или утомленным. Для этого воспитатели создают в группах спокойную обстановку, избегают перед едой шумных игр.

Наблюдение за организацией воспитательно – образовательного процесса показало, что педагоги ДОУ уделяют большое внимание эстетике питания и культуре поведения детей за столом, начиная с групп младшего дошкольного возраста. Ведь чем раньше у ребенка сформированы правильные навыки еды, тем они прочнее закрепятся, станут привычкой в детском возрасте и необходимостью в зрелом.

Педагоги Пищулина З.Н. (младшая группа), Пономарёва А.С. (средняя группа) и Кузнецова О.И. (старшая группа) проводят практические занятия на темы воспитания у детей культуры поведения за столом. Дети учатся правильно и красиво сервировать стол, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами и принадлежностями. Закрепляется это с помощью дидактических, настольных и сюжетно-ролевых игр, создание специальных ситуаций, занятий по развитию речи, изодеятельности и т. д.

Посещение в разных возрастных группах д/с режимных моментов связанных с приемом пищи (завтрак, обед, полдник) показало, что обучение детей правилам поведения за столом происходит как во время приема пищи, так и перед и после этого. Перед едой все воспитанники ДОУ обязательно моют руки. Воспитатели Кузнецова О.И., Пономарёва А.С. и Пищулина З.Н. используют стихи, потешки, прибаутки, игровые моменты способствующие созданию интереса к процессу мытья рук и приема пищи. Помощники воспитателей группы раннего возраста, младшей и средней групп накрывают столы скатертями, раскладывают салфетки.

В старшей группе (воспитатель Кузнецова О.И.) организован процесс дежурства направленный на формирование навыков самообслуживания. Дежурные сами накрывают столы скатертями, кладут салфетки, оказывают помощь при уборке посуды после приема пищи.

Во время еды во всех группах д/с создана спокойная обстановка. Педагоги следят за эстетикой питания, правильной посадкой детей за столом, развивают навыки пользования столовыми приборами и принадлежностями. В процессе кормления они не торопят воспитанников, не отвлекают посторонними разговорами, а своевременно напоминают о том, что пищу надо хорошо пережевывать, съедать все что предложено, что ставить локти на стол некрасиво и это мешает соседям. Длительность процессов приема пищи (завтрака, обеда, полдника) соответствует нормам

После окончания еды дети аккуратно промокают салфеткой рот и вытирают руки. Благодарят за еду и выходят из-за стола. Детям не разрешается выходить из-за стола с остатками какой – либо пищи в руках, а также с фруктами, печеньем или конфетой.

Педагоги всех групп детского сада имеют материалы для проведения наглядной агитации среди родителей по теме «Этикет за столом», но на момент проверки они не были представлены вниманию родителей.

Вывод: Анализ состояние работы педагогов МДОАУ № 45 по воспитанию культуры поведения воспитанников разных возрастных групп за столом показал, что обучение правилам этикета за столом начинается в группе раннего возраста с последующим усложнением на каждом возрастном этапе дошкольного детства. За все время пребывания в ДОУ ребенок учится правильно вести себя за столом, пользоваться приборами (ложкой, ножом, вилкой), приобретает определенные навыки культуры питания.

С целью закрепления воспитанниками правил этикета за столом дома планировать и проводить систематическую работу с родителями по данной теме.

Рекомендации:

1. Воспитателям всех возрастных групп называть предложенные для приема воспитанникам блюда.

2. Формировать мотивацию самого процесса употребления пищи: для чего нужно есть, как правильно это делать и почему и т. д.

3. Формировать культурно — гигиенический навык: полоскать рот после еды.

4. В 2012 — 2013 уч. году подготовить и провести родительские собрания в группах на тему: "Столовый этикет дома" Изготовить для родителей воспитанников памятки «Этикет за столом»