Консультация для родителей «Правила поведения за столом»

Правила поведения за столом.

Умение вести себя за столом, пользоваться столовыми приборами, правильно сидеть и аккуратно принимать пищу необходимо воспитывать в ребёнке, с раннего возраста, показывая на своём примере и поощряя желание малыша делать это самостоятельно. Если Ваш малыш не изъявляет желание к приёму пищи и отворачивается, возможно обучение ребёнка основам хороших манер и правилам поведения за столом и развитие интереса через игровую деятельность. Пригласите малыша за стол с его любимыми игрушками, накройте стол, создавая ситуацию праздничного ужина или чаепития. Таким образом стимулируется интерес к освоению правил и интерес к еде.

Вот несколько правил, которые будут Вам полезны для обучения культуре поведения за столом.

1. Собирайтесь за стол всей семьёй, или если нет такой возможности, то устраивайте воскресные обеды. Это может стать одной из традиций вашей семьи.2. Во время приёма пищи не включайте телевизор, не берите с собой за стол то, что может отвлечь Вас от трапезы, лучше заведите непринуждённую беседу.3. Начните воспитывать умение вести себя за столом, с того момента, как ребёнок начал интересоваться едой, столовыми приборами и когда он уже сидит в своём стульчике. Непременно подвигайте стульчик малыша к общему столу.4. Всегда помните о гигиене и не забывайте мыть руки перед едой, учите этому малыша!5. Пусть у ребёнка будет своя, привлекательная для него, детская посуда: тарелка, ложка, чашка и т. д.6. Не разрешайте ребёнку играть с посудой и с едой!7. Напоминайте, что сидеть нужно, близко подвинувшись к столу, ноги под столом, спина ровная, руки присогнуты и локти опущены вниз.8. Учите малыша правильно держать ложку (тремя пальцами, аккуратно набирать в неё еду, не проливая, подносить ко рту боковым краем. Когда ребёнок научится орудовать ложкой, можно будет познакомить его с вилкой, сначала лучше выбрать специальную вилку из детского набора, которая невозможно пораниться. Объясняйте, что если пищу необходимо наколоть на вилку, то держать её нужно зубцами вниз, а если набрать на неё гарнир, например, пюре или гречку, то ею нужно пользоваться, как совочком. Позже покажите, как пользоваться ножом.9. Обратите внимание ребёнка на наличие салфеток на столе, учите пользоваться ими самостоятельно.10. Не подавайте ребёнку большую порцию, не настаивайте, что бы он всё съел, не заставляйте есть нелюбимые блюда.11. Воспитывайте желание помогать старшим, приучайте совместно убирать со стола или накрывать.12. Обязательно говорите «приятного аппетита», «спасибо», «пожалуйста».Успехов Вам!