# Консультация для помощника воспитателя

# «Правила этикета в детском саду

ЭТИКЕТ-это та его часть, которая связана с поведением детей за столом и воспитанием навыков культуры еды.

Каким же правилам этикета мы обучаем детей в саду?

1.Как сидеть за столом, как вести застольную беседу, как сервировать стол, как пользоваться столовыми приборами и что нельзя делать за столом.

Перед каждым приемом пищи дети умываются, приводят в порядок нос, волосы, одежду. Ребенок должен правильно сидеть за столом: нижняя часть спины должна быть прижата к спинке стула, ступни ног полностью касаться пола, между подачей блюд правую руку следует держать на коленях, а запястье левой руки на столе. Нельзя сидеть с перекрещенными ногами, качаться на стуле, сидеть развалясь, перегибаться через спину рядом сидящего, отодвигать стул всем весом своего тела, барабанить по столу пальцами, ставить на стол локти.

**ЗАСТОЛЬНАЯ БЕСЕДА ОБЯЗАТЕЛЬНА.**

При застольном разговоре дети должны усвоить всего два правила:

-не вступать в разговор, пока не закончил говорящий,

-не говорить пока во рту пища.

Темы бесед могут быть самыми различными, уместно поговорить о пище, которую едят дети: из каких продуктов она состоит, откуда эти продукты появились. Но если двое детей заняты разговором между собой, не реагируют на остальных, то следует сделать им замечание .Каждый ребенок, подходя к столу, должен пожелать сидящим приятного аппетита, а те в ответ поблагодарить. Выходя из-за стола, ребенок желает оставшимся приятного аппетита еще раз или всего доброго!

«Спасибо» он говорит всякий раз, когда ему подают еду, убирают посуду и т.п.

Посуду дети за собой не убирают. Это делают взрослые. Тарелки после супа, второго следует убирать немедленно, так как стол всегда должен выглядеть опрятно.

* Оформление блюд

 Ребенка-дошкольника интересует не только, что он ест, но и как выглядит пища, как она подана, сколько ее, насколько она ароматна и т.д.; он весьма чутко прислушивается не только к разговорам взрослых о тех или иных блюдах, но и к мнению своих сверстников, поэтому никогда, ни в детском саду, ни дома, взрослый не должен позволять себе выражать вслух негативное отношение к продуктам питания.

 Еда должна быть не только вкусной, но и аппетитной, внешне привлекательной. Перед едой воспитатель проговаривает названия блюд, говорит о компонентах блюда. Желательно подачу каждого блюда сопровождать «сообщением» о том, как надо правильно его есть. В чем его основная польза, кто его любит и т.д., выражать уверенность, что все дети хорошо справятся с ним и оценивать результат.

* «Презентация» блюд

 Педагогу необходимо каждый день находить слова, примеры, раскрывающие перед ребенком пользу (или ее отсутствие) того или иного блюда, продукта. Эти рассказы должны быть краткими, простыми и яркими, например: «Сегодня мы узнали, как вы подросли, а ведь это молоко (кефир, творог, рыба) помогло вам»; «На прогулке вы бегали очень хорошо – это все овсяная каша»; «Съедим салат из свеклы, и ваши щеки будут красивыми, румяными» и т.д..

* Своевременная и постепенная подача пищи на стол

 Важным фактором обеспечения психофизиологических условий приема пищи является своевременная подача пищи и постепенная смена блюд - смену блюд следует производить после того, как ребенок съест предыдущее блюдо. Не следует спешить - ребенок может немного подождать и это даже хорошо: быстрая еда, плохо прожеванная пища, искажает ощущения насыщения и в итоге, плохо влияют на здоровье.

* Создание спокойной обстановки, отсутствие шума, суетливых движений взрослых и детей

 В процессе еды воспитатели следят, охотно ли едят дети, соблюдают ли правила культурной еды. В случае необходимости кому-либо из детей сделать указания, воспитатель подходит к ребенку и, не привлекая внимания остальных, напоминает или показывает нужные действия. Все замечания должны быть конкретными. Для ребенка мало понятно указание воспитателя: «Ешь аккуратно». Если же он слышит: «Наклоняйся над тарелкой», «Не набирай на ложку много каши»- ребенок сейчас же может выполнить эти действия. Если объяснения, напоминания относятся ко всей группе, воспитатель обращается ко всем детям. Но такие отвлечения детей от еды следует использовать как можно реже. Во время еды надо избегать неприятных разговоров, напоминаний о каких-то проступках детей, что может отрицательно повлиять на состояние аппетита и усвоение пищи. Некоторые вопросы, связанные с процессом питания,- о дежурствах, о пользовании приборами, о поведении за столом, могут быть предметом специальных бесед и разговоров воспитателя с детьми не в часы приема пищи.

 Дети во время еды не должны чувствовать себя напряженно, добиваться от них полного молчания ничем не оправдано. Вполне допустимо, чтобы они общались друг с другом в связи с процессом питания. Но это не значит, что можно допустить излишний шум, болтливость, нарушающие общий порядок и спокойствие. Благожелательный тон, терпение и выдержка взрослых во время приема пищи вызывают у детей положительное отношение к процессу питания и желание овладеть необходимыми для этого навыками.

 Не нужно допускать, чтобы прием пищи превратился в поле битвы за хорошие манеры детей. Хорошие манеры приобретаются путем многократных упражнений.

* Использование спокойной, мелодичной, негромко звучащей музыки.

 Использование мелодичной, негромкой музыки, благотворно влияет на процесс питания.