

ГБДОУ детский сад № 12 комбинированного вида Кировского района Санкт-Петербурга

# Формирование культурно-гигиенических навыков у детей при организации приема пищи



## **Задачи формирования культурно-гигиенических навыков при приеме пищи:**

### **1 младшая 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 младшая 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, 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.

### **подготовительная 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)



## Условия воспитания положительного отношения к еде:

- 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 (принуждения, угрозы, наказание);
- постепенное приучение ребенка к нужной норме в еде;
- оказание помощи в кормлении, при этом предоставляя возможность проявлять самостоятельность;
- позволить детям запивать пищу компотом, киселём, соком или просто теплой водой – тогда они охотно едят;
- во время приема пищи педагогу целесообразно находиться за столом вместе с детьми.



## **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);
- поощрение и благодарность за помощь;

## младший возраст:

- 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.

## Правильная сервировка стола

Сервировать столы помощник воспитателя с помощью дежурных начинает после получения пищи, когда все дети занимаются гигиеническими процедурами; Когда воспитатель закончит работу с детьми в умывальной он подключается к организации приёма пищи.

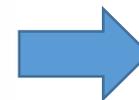
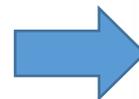
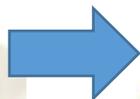
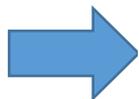
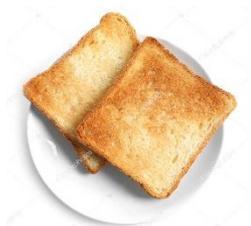
Желательно подачу каждого блюда сопровождать «сообщением» о том, как правильно его есть, в чем его основная польза; выражать уверенность, что все дети с ним хорошо справятся, и оценивать результат.



Сервировка стола должна быть такой, чтобы она вызывала у детей желание быть аккуратными. На столах — скатерти, под каждый столовый прибор — чистую салфетку. Эстетическое оформление стола — цветы, и, конечно, гигиенические салфетки. Красиво и правильно разложенные столовые приборы (ложки, вилки), порционный хлеб в хлебнице.

## К ЗАВТРАКУ СТОЛ СЕРВИРУЕТСЯ СЛЕДУЮЩИМ ОБРАЗОМ:

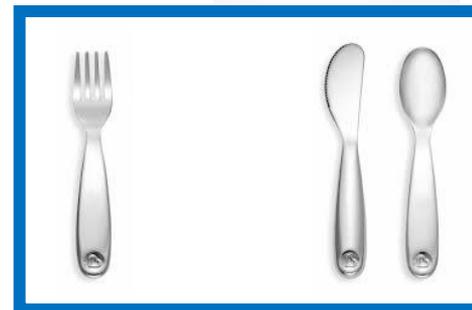
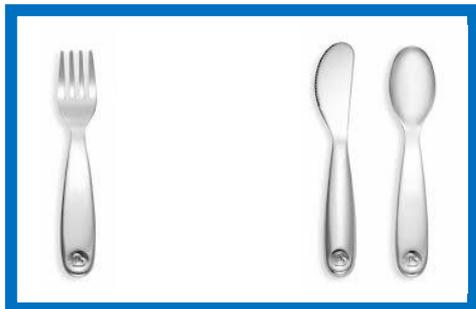
- На середину стола ставится тарелка с хлебом, тарелку с порционным маслом, салфетницу.
- Затем раскладывают ложки, вилки, ножи (для масла) – старший дошкольный возраст. Вилка с левой стороны, нож и ложка – справа. Если нет ножей – справа ложка или вилка. Кружки ставятся в центре стола, по количеству детей. Основное блюдо детям подает младший воспитатель перед тем, как они сядут за стол. Заранее блюда не раскладывают, за исключением тех, которые едят холодными. Подают и убирают посуду слева от сидящего ребенка.
- Если на завтрак подают яйца, их кладут в тарелку, которая стоит в центре стола.



БЭМ.Методика

## К ОБЕДУ СТОЛ СЕРВИРУЕТСЯ:

- На середину стола ставится хлебница с хлебом, салфетница.
- Затем раскладывают ложки, вилки, ножи. Вилки с левой стороны, нож и ложка – справа. Если нет ножей – справа ложка и вилка.
- Кружки с напитком ставятся в центре стола, по количеству детей.
- Салаты раскладывают в отдельные тарелочки до того, как дети сядут за стол.
- Суп разливают младший воспитатель перед тем, как дети сядут за стол.
- Не нужно преждевременно раскладывать второе, чтобы оно не остывало: остывшая пища менее полезна. Если воспитатель и младший воспитатель внимательно следят за детьми во время еды, они всегда успеют вовремя подать каждому второе.



## К ПОЛДНИКУ СТОЛ СЕРВИРУЕТСЯ:

- В центре стола ставится салфетница, кружки и тарелка, если предлагается выпечка, печенье или фрукты.
- Затем раскладывают вилки, ножи. Вилки с левой стороны, нож – справа. Если нет ножей – справа вилка.



**Приятного  
аппетита!**  
**Von appetit!**

**Enjoy your meal!**

**Guten appetit!**

**Buon appetito**