

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Культурно – гигиенические навыки приема пищи у детей

- Ребенка надо кормить в строго установленное время.
- Давать только то, что полагается по возрасту.
- Кормить детей надо спокойно, терпеливо, давая возможность хорошо пережевывать пищу.
- Ни в коем случае не кормить ребенка насильно.
- Не отвлекать от еды чтением или игрой.
- Не применять поощрений за съеденное, угроз и наказаний за несъеденное.

Надо поощрять:

- желание ребенка есть самостоятельно;
- стремление ребенка участвовать в сервировке и уборке стола.

Надо приучать детей:

- перед едой тщательно мыть руки;
- жевать пищу с закрытым ртом;
- есть только за столом;
- правильно пользоваться ложкой и вилкой;
- вставая из-за стола, проверить свое место, достаточно ли оно чисто, при необходимости самостоятельно убрать его;
- окончив еду, поблагодарить тех, кто ее приготовил, сервировал стол.

Закладывая в детей привычку, есть разную пищу, взрослым следует набраться терпения, так как положительное отношение к еде у детей формируются очень долго, особенно если в семье и детском саду нет единых взглядов и на этот счет.

Задачи по воспитанию у детей культурно – гигиенических навыков приема пищи таковы:

- научить самостоятельно и аккуратно мыть руки, лицо, правильно пользоваться мылом, расческой, насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на свое место.
- сформировать навыки приема пищи: не крошить хлеб, правильно пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой), салфеткой, пережевывать пищу с закрытым ртом, полоскать рот после еды;
- прививать навыки культуры поведения: выходя из-за стола, тихо задвигать стул, благодарить взрослых.

*Утром рано просыпаюсь
И в постели не валяюсь,
Без капризов кушаю,
Маму с папой слушаю.
Лады, лады, ладушки.
Мы помыли лапушки,
В чистые ладошки,
Вот вам хлеб и ложки.
Поели, потили,
Всех благодарили.*

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097529

Владелец Зайнетдинова Юлия Андреевна

Действителен с 08.04.2025 по 08.04.2026