

МБДОУ ЦРР детский сад №4 «Солнышко»

Материал к семинару-практикуму для младших воспитателей на тему:
«Сервировка стола в детском саду»

Составил:
старший воспитатель
Дегтярева И.Т.

2018 год

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.*
2. *Как вести застольную беседу.*
3. *Как сервировать стол.*
4. *Как пользоваться столовыми приборами.*
5. *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, развалившись, 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.

Важным моментом в правильной организации питания является ХОРОШАЯ СЕРВИРОВКА, она играет большую роль для развития аппетита ребёнка.

К ЗАВТРАКУ стол сервируется следующим образом: на середину ставят вазочку с цветами, хлебницу с хлебом, тарелку с порционным маслом, салфетницу, блюдца. Затем раскладывают вилки, ножи и ложки. Вилка - с левой стороны, нож - справа, ложка параллельно краю стола. Чай или кофе разливается на отдельном столике и по мере съедания основного блюда подается детям. Это необходимо, чтобы питье не остывало раньше времени.

Основное блюдо подают ребенку только тогда, когда он сядет за стол. Заранее блюда не раскладывают, за исключением тех, которые едят холодными. Подают и убирают посуду слева от сидящего ребенка.

К ОБЕДУ стол сервируют сходным образом, но сок и компот разливают заранее, рядом с ножом кладут столовую ложку. Если в компоте присутствуют ягоды, то на блюде кладут чайную ложку. Смену блюд производить после того, как ребёнок съест предыдущее блюдо. Во время обеда необходимо приучать детей не отставлять на середину стола грязную тарелку: это загромождает стол и создаёт некрасивый вид. Их тут же убирают мл. воспитатель и воспитатель. Стол должен быть всегда опрятным.

К ПОЛДНИКУ стол сервируется также заранее. Если питье холодное: сок, напиток, то оно разливается заранее. Если подается молоко, чай, то этот напиток разливают и подают ребенку, когда он сел за стол. Пирожки, печенье, вафли необходимо ставить на середину каждого стола в общих тарелках. И учить детей брать, не выбирая, тот пирожок, или печенье, что лежит ближе к ним.

К УЖИНУ стол сервируют так же, как и к завтраку. Не подается только масло.

Важное требование, предъявляемое к персоналу и педагогам, – не создавать своими действиями и словами напряженную обстановку, когда едят дети. Приучая их к хорошим манерам, следует снисходительно относиться к промахам, не порицать и не торопить. Манерам нужно обучать непринужденно, спокойно и лучше всего собственным примером, приходя на помощь всякий раз, когда ребенок испытывает затруднения. Если ребенок не может наколоть горох вилкой, то пусть пользуется пока ложкой. Поэтому мы и кладем на стол все столовые приборы и в завтрак, и в обед, и в полдник.

СТОЛОВЫМИ ПРИБОРАМИ мы приучаем пользоваться детей в европейской манере:

нож в правой руке, вилка – в левой. На тарелку они кладутся только тогда, когда в них нет более необходимости. Чайная ложка подается к компоту, чаю, если есть что в нем размешивать. Столовой ложкой едим суп, десертной кашу, пудинг, суфле, желе, ягоды.

БУМАЖНОЙ САЛФЕТКОЙ дети должны пользоваться по мере необходимости. Ее следует приложить к губам, затем, сжав в комочек, положить на использованную тарелку или, если пища не доедена, рядом с тарелкой.

ПОЛОТНЯНУЮ САЛФЕТКУ дети стелют на стол, в конце еды прикладывают к губам, затем, сложив, кладут слева от вилки.

ЧАШКУ С РУЧКОЙ берут указательным пальцем, который просовывается в ручку, сверху накладывают большой палец, а под ручку помещают средний – для обеспечения устойчивости. Безымянный палец и мизинец прижимают к ладони.

БОКАЛ БЕЗ РУЧКИ СТАКАН берут ниже к доньшку.

К семи годам дети должны быть научены пользованию столовыми приборами и знать, какую пищу как едят.

ОСТАТКИ СУПА доедать, наклонив тарелку от себя. Ложку оставлять в тарелке. Многие ребята имеют дурную привычку вылавливать из супа кусочки капусты, лука. Мы должны вести большую работу с воспитанниками, отучая их от этой дурной привычки. Всегда говорить им, что повар присылает нам из кухни только то, что можно есть, в тарелках всё съедобно. Необходимо приучать есть гущу вместе с жидкостью.

САЛАТЫ, ОВОЩИ есть с помощью ножа и вилки, поддевая порцию, держать вилку зубцами вверх, а ножом подгрести и слегка поджимать. Цельные или нарезанные крупными кусками овощи накалывать вилкой зубцами вниз, отрезать небольшой кусочек ножом и отправлять его в рот.

КАШУ, ОМЛЕТ, НЕЖНОЕ СУФЛЕ, ЖЕЛЕ, ПУДИНГ разрешается есть десертной ложкой.

ВТОРОЕ БЛЮДО С ГАРНИРОМ И БЕЗ нужно есть с помощью ножа и вилки, в том числе и курицу, и рыбу. Такие блюда, как мясные и рыбные котлеты, отварная рыба, творожники, омлет, разные запеканки нужно давать детям в неразрезанном виде (это возбуждает аппетит), необходимо учить их отделять ребром вилки по кусочкам и съесть его, взяв на вилку, а не разрезать сразу всю полученную порцию. Нужно учить детей есть котлету, мясо, рыбу одновременно с гарниром: кусочек котлеты, мяса или рыбы и много гарнира.

ФРУКТЫ едят по-разному. Яблоки чистятся взрослыми, режутся на четыре части, удаляют сердцевину, дети берут дольки рукой или вилкой для фруктов. Иногда допустимо есть яблоко целиком. Абрикосы и сливы едят в один или два приема, отделяя косточку во рту. Ее выплевывают в руку и кладут на край тарелки. Малышам косточки следует отделить заранее.

Бананы можно есть двумя способами: 1-й- очистить, держа за кончик и отламывая кусочки рукой, класть их в рот; 2-й- разрезать на кусочки прямо с кожурой и есть вилкой, отделяя от кожуры. Ягоды едят ложкой, крупную клубнику – вилкой.

Виноград едят по виноградинке. Кожуцу и зернышки сплевывают в руку и кладут на край тарелки.

Мандарины очищают руками и едят дольками.

Апельсины очищают от кожуры ножом спирально (малышам это делают взрослые), затем делят на дольки и едят.

Арбуз едят с помощью ножа и вилки. Малышам арбуз лучше подать нарезанными на крупные куски без корки и, по возможности, очистить от семечек. Но и в данном случае надо пользоваться вилкой и ножом.

-**ЧАЙ** дети пьют как обычно.

-**ЯГОДЫ** из компота едят ложкой, косточку отделяют во рту, сплевывают в руку и кладут на блюдце. Ложку в стакане не оставляют.

ПИРОЖКИ, ПЕЧЕНЬЕ, ПРЯНИКИ дети едят, держа их в руке.

-**СУП С ХЛЕБОМ** можно есть, держа хлеб в левой руке и откусывая прямо от куска. Правильнее положить его слева на тарелочку или салфетку и есть, отламывая по небольшому кусочку.

И, наконец, еще одно требование касается принуждения ребенка во время еды.

Каждый ребенок рождается на свет с присущими ему хорошо функционирующими механизмом голода, который показывает, когда следует есть, а когда остановиться. Если взрослые и сам ребенок не мешают этому механизму, то на отсутствие аппетита никто не жалуется и рост происходит нормально. Вмешательство в деятельность этого тонкого устройства может вызвать серьезные эмоциональные трудности в развитии ребенка, которые, возможно, будут сопутствовать ему в течение всей жизни. Вкусы ребенка могут быть наследственными и формироваться в семье в силу особенностей ее питания. Детский сад должен бы все учитывать, но фактически не делает этого, из года в год предлагая в общем-то одно и то же с небольшими сезонными изменениями. Остается одно- попытаться заставить ребенка съесть положенное, но из этого сражения он гораздо чаще выходит победителем.

Одним из условий необходимых для создания благоприятной обстановки во время еды, является правильное поведение взрослых и детей во время питания. Взрослые (мл. воспитатели и воспитатели) разговаривают друг с другом спокойным, тихим голосом о делах связанных с питанием детей. Никаких бесед друг с другом не должно быть. Не следует делать замечания всем детям сразу. Не следует торопить детей: «ешь скорее», «доедай скорее», лучше своевременно подать пищу и тем самым добиваться, чтобы дети не задерживались за столом. Постепенно воспитанники привыкают есть культурно.

Таким образом, уют, царящий в помещении группы, привлекательность сервировки стола и привлекательность самой пищи, ваше корректно-заботливое отношение к детям в ходе еды помогут сформировать у них не только аппетит, но и те общекультурные навыки питания, без которых вырасти здоровым просто невозможно.

Как вести себя за столом.

1. Не сиди, развалившись.
2. Не клади ногу на ногу.
3. Не шаркай ногами, не разговаривай.
4. Не вертись, не толкай товарища.
5. Ешь аккуратно, не проливай на скатерть.
6. Кусай хлеб над тарелкой.
7. Не откусывай сразу большие куски хлеба. Ешь тихо. Не чавкай.
8. Правильно держи вилку, ложку и нож.
9. После еды положи ложку и вилку в тарелку.
10. Выходя из-за стола, убери стул и поблагодари.
11. После еды положи рот.