

«ФОРМИРОВАНИЕ ЭСТЕТИЧЕСКИХ И КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ ДЕТЕЙ ПРИ ПРИЕМЕ ПИЩИ»

Юн Е.В., и.о. заведующего

МАДОУ «Детский сад № 67»

Дошкольный возраст – это важный период, когда формируется человеческая личность, закладываются прочные основы физического здоровья.

Культурно–гигиенические навыки у детей воспитываются с самого раннего возраста, при формировании культурно–гигиенических навыков идёт не простое усвоение правил, норм поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации.

В режимных процессах у детей формируются навыки личной и общественной гигиены, правильного поведения в быту, в общественных местах, соблюдения общепринятых норм, этикета. В процессе приема пищи происходит формирование следующих культурно-гигиенических навыков: мыть руки перед едой; аккуратно есть; брать хлеб; есть молча; жевать с закрытым ртом; пользоваться салфеткой; правильно сидеть за столом; уметь обращаться с ложкой, вилкой, столовым ножом; тщательно пережевывать пищу.

Переход навыка в привычку достигается систематическим повторением в одинаковых или сходных условиях. Пока привычка не закрепилась, ребенок нуждается в контроле и указаниях взрослого, а также в поощрении, похвале, одобрении.

Хорошие манеры приобретаются путем многократных упражнений, а также благодаря среде, в которой постоянно вращаются дети. В данном случае этой средой являются взрослые в дошкольном учреждении. Культурой еды и общения, доброжелательностью они создают условия, благодаря которым хорошие манеры поведения за столом вырабатываются достаточно быстро и усваиваются детьми на всю жизнь.

Знание правил столового этикета формирует у ребенка уверенность. Введение определенных правил должно быть постепенным, обучающим. Этикет за столом, в принципе, ничем не отличается от правил для взрослых.

Профессиональная обязанность воспитателя - обучить ребенка правилам поведения за столом. Помощник воспитателя помогает ему в этом. При проведении любого процесса, где мы формируем навыки у детей, главная роль принадлежит непосредственно взрослому. Только при правильных воспитательных подходах и воздействиях можно сформировать организованное поведение детей, обучить их соответствующим умениям и воспитать у них культурно-гигиенические навыки и правила поведения.

Что же необходимо для того, чтобы сформировать культурно-гигиенические навыки детей при приеме пищи?

1. Соблюдение порядка действий по организации приема пищи:

1. Подготовка к приему пищи. Соблюдение гигиенических требований (мебель расставляется удобно в соответствии с ростом детей; столы промывают 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;

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.

Основная цель сервировки стола – создать порядок на столе, обеспечить всех необходимыми предметами. Правильная сервировка стола как необходимое условие воспитания положительного отношения к еде и формирования навыков приема пищи.

Перед тем, как сесть за стол, дети идут мыть руки с мылом. Воспитатель следит, чтобы подаваемая детям пища была красиво оформлена, сохраняла свою характерную форму. Во время приема пищи воспитатель создает у детей положительное отношение к еде, называет блюдо, рассказывает детям из чего оно приготовлено, рассказывает о его пользе. Помните! О пище можно говорить только хорошо. Во время еды всё должно быть сосредоточено на этом процессе, для ребёнка это довольно-таки сложное дело.

Не забывайте! Хвалить детей за аккуратность, неторопливость, культурные навыки во время еды.

Культуру еды часто относят к гигиеническим навыкам. Но культура еды имеет и этический смысл, так как поведение за столом базируется на уважении к сидящим рядом людям, а еще к тем, кто приготовил пищу. Уже в дошкольном возрасте дети должны овладеть определенными привычками. Например: во время еды нельзя класть локти на стол, необходимо тщательно пережевывать пищу, кушать с закрытым ртом. Овладение культурой еды – нелегкое для дошкольников дело, но осуществлять формирование этих навыков необходимо, надо добиваться, чтобы дети ели с удовольствием, с аппетитом и, конечно же, опрятно.

Воспитание культурно-гигиенических навыков неразрывно с приемом пищи, поэтому воспитатель учит:

- правильно сидеть во время еды;
- аккуратно есть;
- пользоваться столовыми приборами;
- пользоваться салфеткой.

Помощник воспитателя помогает воспитателю в этих вопросах.

Во время приема пищи воспитатель и его помощник следят, чтобы в процессе еды за столами детей всегда было чисто, говорят с детьми не громко, обращаясь к конкретному ребенку.

Одной из форм привития культуры питания в детском саду является дежурство.

- дежурство носит характер поручений;
- обязательное выполнение гигиенических процедур, наличие привлекательной формы для дежурных (фартук, колпачок);

Не стоит забывать, что уют, царящий в помещении группы, привлекательность сервировки стола и самой пищи, ваше корректно-заботливое отношение к детям в ходе еды помогут сформировать у них не только аппетит, но и общекультурные навыки питания!

Эстетические и культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, позволят дошкольникам стать культурным человеком, компетентным: знать правила

столового этикета, самостоятельно выполнять эти правила в соответствии с жизненными ситуациями и обстоятельствами.