ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ

Для нормального роста и развития ребенка необходимо правильно организованное питание. Правильно организованный процесс питания способствует хорошему усвоению пищи и имеет большое воспитательное значение.

Режим в детском саду строится с таким расчетом, чтобы длительные прогулки, шумные игры заканчивались примерно за полчаса до еды. Дети убирают игрушки на свои места, производят личную гигиену. Это время используется для спокойных игр и занятий: можно почитать книги, повторить тесты песен к праздникам, поиграть в игры типа «глухой телефон», «Внимание, внимание», «колечко, колечко», в малоподвижные игры, организовать поздравление ребенка с днем рождения.

Тем самым перед приемом пищи в группе создается спокойная обстановка, чтобы малыши не были утомлены или возбуждены, чтобы у них было хорошее настроение.

Когда столы уже сервированы дети берут стульчики и приносят их с столу. Потом они должны помыть руки и тогда уже приступить к приему пищи. Для осуществления индивидуального подхода первыми за столы садятся дежурные, а также дети, которые едят очень медленно и не успевают за остальными. Воспитатель приучает детей садиться за стол спокойно, необходимые замечания во время еды делает тихо, в доброжелательной форме. Индивидуально помогает ребенку, поправляя его ошибки. Во время приема пищи воспитатель следит за тем, чтобы дети съедали положенную им порцию, но при этом нельзя заставлять ребенка с помощью угроз.

Детей младших групп приучают брать понемногу, есть не торопясь, пережевывая пищу. Педагог показывает, как нужно правильно держать ложку и

вилку. С возрастом навыки культурной еды совершенствуются. Дети должны уметь правильно пользоваться столовыми приборами, есть самостоятельно, аккуратно, использовать при необходимости салфетками. В старшей и подготовительной группе детям дают полный столовый набор. Дети должны уметь правильно пользоваться ножом, а также вилкой, держа ее как в правой руке, так и в левой руке.

Детям старших групп, сидящим за одним столом, разрешается в это время негромко поговорить, обменяться впечатлениями. Во время еды на столах поддерживается порядок.

Организация детского питания напрямую связана со столовым этикетом и формированием у детей культуры поведения за столом. Воспитатель учит ребенка правильно вести себя за столом, умело пользоваться столовыми приборами и салфетками, мыть руки перед едой, правильно сидеть во время приема пищи: не откидываться на спинку стула, не расставлять локти и не ставить их на стол. А также следит, чтобы во время еды воспитанники не спешили, не отвлекались и не играли столовыми приборами, не набивали рот. Во время приема детям говорят о приятном виде, вкусе, запахе пищи, полезности того или иного продукта. В целях создания эмоциональной благоприятной среды, поддерживающей ребёнка во время приёма пищи особенно с детьми младшего дошкольного возраста используется художественное слово. Потешки перед едой помогут настроиться на прием пищи, во время еды - потешки про еду и маленькие стишки, познакомят ребенка с названием овощей, фруктов и прочих продуктов, и их свойствами.