Отдел образования, спорта и туризма

 Ельского райисполкома

государственное учреждение образования

 «Ясли-сад №1 г.Ельска»

Поведение ребенка за столом

Консультация для родителей

 Медсестра по диетическому питанию

 II квалификационной категории

Лещенко Татьяна Игоревна

Ельск

Кто из вас не был свидетелем своеобразных внушений, которые некоторые матери делают детям, перед тем как идти с ними в гости. Поправляя костюмчик или завязывая бант, мать говорит: «Смотри же, веди себя хорошенько, не клади локти на стол, не болтай ногами, не чавкай, скажи: здравствуйте, до свидания, спасибо, пожалуйста...»

Можно с уверенностью сказать, что такая попытка ускоренного и показного обучения, которая к тому же предпринимается от случая к случаю, никакой пользы не принесет. Ребенок только поймет и запомнит, что в гостях почему-то нужно изображать из себя какого-то другого мальчика или девочку, а, вернувшись, домой, можно оставить все эти «спасибо» и «пожалуйста» до следующего раза, когда мама опять поведет в гости, или ждать случая, когда гости придут к вам.

Мало толку получается и в тех случаях, когда обучение ребенка правилам поведения за столом сводится либо к мелочным, непрекращающимся придиркам, либо, что еще значительно хуже, к раздраженным окрикам: «Как ты сидишь! Как ты держишь ложку! Опять испачкал скатерть!» Такие окрики способны только испортить жизнерадостное настроение и аппетит ребенка.

Вместо того чтобы заявлять ребенку, что локти на стол во время еды не кладут, покажите ему, что они при этом займут много места за столом и что широко расставленные локти мешают сидящему рядом. Такие же примеры вы легко отыщете, обучая ребенка сидеть за столом спокойно, не разваливаться на стуле, не облокачиваться на спинку стула, не болтать ногами, не играть предметами сервировки, не вставать из-за стола без разрешения, не наклоняться низко над тарелкой, не садиться ни слишком далеко, ни слишком близко от своего прибора.

Ребенку надо разъяснять, что во всех случаях, когда нужно взять что-нибудь с общего блюда, нельзя копаться и перебирать куски, а следует быстро выбрать то, что по вкусу и в то же время близко и удобно расположено.

Старшим детям показывают, как нужно намазать на хлеб икру, масло, паштет и т. п., предварительно положив необходимое количество этих продуктов из общей посуды на свою тарелку.

Взрослые, собираясь после работы за общим столом, естественно, обмениваются впечатлениями дня, они совмещают еду и беседу. Маленький ребенок не может без ущерба для своей еды разговаривать. Он отвлекается, рассеивается, ест либо наспех, кое-как, либо вовсе прекращает еду. Поэтому, пока ребенок мал, нужно следить, чтобы он поменьше разговаривал за столом, и уж во всяком случае, не следует позволять ему слишком громко говорить, смеяться, прерывать разговор взрослых.

За общим столом не делайте вашего ребенка центром всеобщего внимания. Избегайте демонстрирования за столом его «талантов», приучайте ребенка к сдержанности.