

# Формирование культурно-гигиенических навыков у детей при организации приема пищи



**Выполнила:**  
**Третьякова Ольга Юрьевна**  
**воспитатель МБДОУ № 4**  
**г. Ковров**

## **Задачи по формированию у детей культурно-гигиенических навыков при приеме пищи:**

### **вторая младшая группа (3 -4 года)**

- научить самостоятельно и аккуратно мыть руки, лицо, пользоваться мылом, расческой, насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на свое место;
- сформировать навыки приема пищи: не крошить хлеб, правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой, пережевывать пищу с закрытым ртом.

### **средняя группа (4 -5 лет)**

- совершенствовать приобретенные умения: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой, ножом), салфеткой, полоскать рот после еды.

### **старшая группа (5 -6 лет)**

- закрепить умения правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом;
- продолжать прививать навыки культуры поведения: выходя из-за стола, тихо задвигать стул, благодарить взрослых.

### **подготовительная к школе группа (6 -7 лет)**

- закрепить навыки культуры поведения за столом: прямо сидеть, не класть локти на стол, бесшумно пить и пережевывать пищу, правильно пользоваться ножом, вилкой, салфеткой.

# Методы и формы организации работы с детьми:

1. **Наглядный** (показ приемов владения столовыми приборами, демонстрация правил сервировки, положительный личный пример, рассматривание картин и иллюстраций, экскурсия на пищеблок, наблюдение за сверстниками)
2. **Словесный** (объяснение, разъяснение, убеждение, использование художественного слова, разбор проблемных ситуаций, поощрительная оценка деятельности ребенка)
3. **Практический** (дежурство, закрепление навыков поведения за столом, дидактические игры, сюжетные игры)



## Причины возникновения плохого аппетита у детей:

- Большие физические нагрузки;
- Сильные переживания (обиды или огорчения);
- Наличие разных заболеваний;
- Повышенная возбудимость



## **Условия для воспитания положительного отношения к еде:**

- **удобное расположение столов, эстетически приятная сервировка и подача блюд;**
- **благоприятный психологический климат, доброжелательное и внимательное отношение взрослых;**
- **разъяснение необходимости рационального питания, пропаганда здорового образа жизни;**
- **исключение агрессивных методов воздействия (принуждения, угрозы, наказание);**
- **постепенное приучение ребенка к нужной норме в еде;**
- **оказание помощи в кормлении, при этом предоставляя возможность проявлять самостоятельность;**
- **позволить детям запивать пищу компотом, киселём, соком или просто теплой водой – тогда они охотно едят;**
- **во время приема пищи педагогу целесообразно находиться за столом вместе с детьми.**

# Варианты сервировки стола в детском саду

























