Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Нижневартовска детский сад №29 «Ёлочка»

Консультация для родителей
«Правила поведения за столом»



Подготовил воспитатель:
Емельянова Ирина Петровна

Нижневартовск, 2025

Правила поведения за столом.

Правила поведения, как за столом, так и правила этикета во- обще, должны соблюдаться и дома и в детском саду. Поэтому мы предлагаем Вам примерный список правил, которых мы придер- живаемся.

Ваш ребенок достаточно взрослый, для тех требований, кото- рые к нему будут предъявляться. То, чему Вы научите ребенка в раннем возрасте – останется на всю жизнь. Очень важно не упу- стить момент его очень страстного желания - делать все самостоя- тельно! Если этот момент упустить и делать всё за ребенка (я делаю аккуратнее и быстрее; он еще очень мал; и т.д.)

Вы рискуете, прежде всего, психическим здоровьем ребенка. Упущенный навык в определенном возрасте, (а виновны только Вы – не научили!), создает потом трудности, прежде всего, для ребенка.

Воспитание культуры поведения за столом будет более эффек- тивным, если Вы будете объяснять ребенку, почему так делать нельзя. Например: если ты будешь вертеться, ты можешь опроки- нуть тарелку на себя; если ты будешь сидеть «развалившись», то прольешь на себя суп из ложки… Родители, помните! Вести себя ДОМА нужно ТАК ЖЕ, КАК И В ГОСТЯХ! Никогда не давайте скидку «ничего страшного, он же дома! Здесь же все свои!» Ребенок искренне не поймет, почему дома ему разрешали, есть торт руками и плеваться тем, что ему не нравится, а тут мама вдруг начинает ругать!!! Ребенку непонятно почему вы так поступаете…

ЕСЛИ это нельзя – это нельзя ВСЕГДА!
ЕСЛИ это можно – это можно ВСЕГДА!

*Ребенка, как можно раньше (уже с года!) можно посадить с вами за общий стол, но оставив его высокий стульчик. Малыш непременно оценит Ваше внимание к его «персоне»! Ему не мень- ше Вашего хочется быть взрослым.
*В столовую (кухню) мы не приносим игрушки. Столовая - только для еды. «Отнеси игрушки в игровую. Положи их на стульчик, просто на полу в уголке... Игрушки подождут тебя, пока ты поешь…».
*Мы сели за стол. Прекращаем все игры и разговоры. За сто- лом мы только едим, а не играем.
*Приучайте ребенка, есть первые блюда, молочные супы, ки- сель (жидкие блюда) ложкой. Вторые блюда – вилкой. Таким образом, Вы приготовите его к смене приборов, с которой ему придется столкнуться в дальнейшем.
*Ребенка нужно учить сразу держать ложку правильно! Её нужно держать тремя пальцами: большим, указательным и сред- ним (НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ В КУЛАКЕ! Переучивать будет сложно). Вот так!



А вот так мы держим вилку, когда едим салат, кашу (плов или гречневую), овощи. Т.е. «рассыпчатые» блюда. Потому что пищу так удобнее брать.



Вот так можно учить ребенка есть, когда он самостоятельно сможет «разломить» вилкой котлету, сырники и т.д. (Пищу «накалывают» на вилку).



*Жевать нужно только с закрытым ртом («чавкать» за столом
– недопустимо!)
*Еду нужно класть в рот по чуть-чуть, а не «набивать» полный рот. Никогда не клади весь хлеб, всю фрикадельку или большой кусок еды в рот. Есть нужно только маленькими кусочками! (Иначе, ты или подавишься, или задохнешься, или выплюнешь все обратно, что НЕДОПУСТИМО!) (Если ты так сделаешь в гостях, или при постороннем, то ему будет плохо и неприятно. Так делать стыдно!)
*Тянуть» с ложки суп нельзя. Нужно просто «вылить» суп в рот (так, чтобы тебя никто не слышал).
*Нельзя класть локти на стол. Рука должна упираться об стол
«серединой» между запястьем и локтем. (Если у тебя локоть лежит на столе, тебе неудобно есть!)
*Самое главное правило: мы поднимаем руку и несем ложку ко рту, а не выгибаем шею «зигзагом», чтобы рот «попал» на ложку. Рука к столу не приклеена! Рука должна двигаться, а не голова! Если ребенок не понимает, нужно брать и поднимать его руку за локоть!, помогая ребенку справиться на первых этапах.
*В то время когда ты жуешь, ложка (вилка) должна лежать на тарелке. Нельзя класть ее на стол, размахивать ею, стучать по тарелке или по столу. Ты можешь ударить соседа, расплескать суп или еду, опрокинуть тарелку.
*Если левая рука не занята хлебом, она должна лежать НА сто- ле, а НЕ ПОД столом.
*Спина должна быть прямая, не стоит выгибать спину в виде
«?» и упираться грудью в стол, потому что вскоре у тебя будет болеть желудок (живот).

*Когда ты пьешь, чашку нужно поднимать ко рту, а не выги- баться к чашке, когда она стоит на столе. Оторви локти от стола и подними чашку ко рту. Спина должна быть прямая!
*Пить надо тихо. Так, чтобы тебя никто не слышал.
*Когда ты выпил, поставь чашку на стол. Держать ее в руке не надо (рука устанет и в результате ты либо уронишь чашку, либо расплескаешь все на стол, а то и на пол).
*Вставая из-за стола, обязательно нужно поблагодарить: спаси- бо!

Приятного аппетита!