

**Методические
рекомендации
по организации
питания
во второй младшей
группе**



Методические рекомендации по организации питания во второй младшей группе

1. Приведя в порядок свой костюм, вымыв руки, а иногда и лицо, дети, тихо отодвинув стулья, садятся за столы и, не дожидаясь указания воспитателя, принимаются за еду.
2. Воспитатель следит, чтобы дети садились близко к столу, но не прижимались к нему грудью, сидели бы прямо, немного склонив голову над едой.
3. Надо следить, чтобы дети не ставили локти на стол, это некрасиво и мешает соседям.
4. Есть аккуратно, не пачкая одежды.
5. Салфетки из ткани заменяются бумажными.
6. На 4-ом году дети получают вилки и учатся различным приёмам пользования ими: - макароны, кусочки мяса, рыбы надо накалывать, держа вилку наклонно (придерживая сверху указательным пальцем);
 - ✓ чтобы подобрать гарнир – рис, вермишель, пюре, вилку держать вогнутой стороной вверх и действовать как ложкой;
 - ✓ котлеты, запеканки, пудинг – ребром вилки отделять небольшие кусочки постепенно, по мере того, как съедена предыдущая порция.
 - ✓ если кушанье предварительно будет размельчено, оно быстро остынет и приобретёт неприятный внешний вид.
 - ✓ кусочком хлеба в левой руке дети должны придерживать кушанье.
7. Дети должны учиться пережёвывать еду с закрытым ртом.
8. По окончании еды нужно поблагодарить взрослого, тщательно вытереть салфеткой губы, пальцы; вставая, тихо задвинуть стул; не мешать тем, кто ещё не закончил есть.
9. Важно перед едой создать у детей ровное, спокойное настроение.
10. В процессе приёма пищи нельзя торопить ребёнка. Он должен иметь достаточно времени, чтобы научиться есть правильно.
11. Следует дифференцированно подходить к детям в отношении количества пищи.
12. Не допускается насильное кормление.

13. Нельзя выходить из-за стола с полным ртом.

14. К концу года ребёнок должен уметь:

- ✓ сервировать стол, используя салфетки, столовые приборы (ложки, вилки, ножи, тарелки, хлебницу).
- ✓ пользоваться ножом, десертной ложкой, вилок.
- ✓ есть фрукты, мягкую и плотную пищу, десерт.
- ✓ ориентироваться в том, куда класть оставшиеся косточки от ягод, фантики от конфет, использованные гигиенические салфетки, столовые приборы.
- ✓ правильно брать еду с тарелок и ртом с приборов, хорошо, тихо, равномерно жевать, глотать, прилагать старания к тому, чтобы правильно сидеть за столом. (Ложка идёт ко рту, а не голова к тарелке, локти не отведены в стороны, а находятся возле туловища).
- ✓ хорошо полоскать рот после еды.
- ✓ помогать взрослым в уборке посуды со стола
- ✓ садиться за стол с вымытыми руками, причёсанными и опрятными, не шуметь.

Литература:

1. «Воспитание и обучение детей младшего дошкольного возраста» под ред. Г.Н. Годиной, Э.Г. Пилюгиной М-1987г. Стр. 6, 16 – 17, 89, 101 – 103.
2. «Воспитание детей во 2 младшей группе д/с» В.В. Гербова и др. М.: «Просвещение» 1981г. с. 52 -55, 249.
3. Программа и руководство для воспитателей 2 мл.гр., д/с «Радуга» М.: «Просвещение» 1993г., стр. 38 – 43.
4. Программа и руководство для воспитателей 1 мл.гр. д/с «Радуга» М.: «Просвещение» 1993г., с. 50 – 52.



