

*Методические
рекомендации
по организации
питания
в средней группе*



Методические рекомендации по организации питания в средней группе

1. На пятом году жизни детей приучают пользоваться ножом, при этом держать его надо в правой руке, а вилку переложить в левую. Ножом дети нарезают огурцы, помидор, яблоко, сваренное вкрутую яйцо, кусок мяса, сосиски. Надо следить, чтобы дети не заменяли вилку ножом, не брали бы в рот, не облизывали.
2. Если на завтрак дали яйцо, сваренное вкрутую, для младших детей их можно дать в виде бутербродов, старшие сами намажут маслом и разрежут яйцо.
3. Детей надо приучать есть суп, беря ложкой жидкость вместе с заправкой, а не поочерёдно – вначале густое, а затем наоборот.
4. Чтобы ребёнок съел порцию супа до конца, можно разрешить слегка наклонить тарелку от себя, но не переливать остатки в ложку - так можно запачкать стол, руки. (Лучше не наклонять, пусть чуть-чуть останется на дне тарелки).
5. Вторые мясные и рыбные блюда необходимо есть также, чередуя с гарниром.
6. Третьи блюда – кисели, компоты – следует подавать в чашках с блюдцами и чайными ложками. Надо приучать детей из компота съедать фрукты вместе с сиропом. Младшие дети косточки от компота кладут на блюдца, старшие – вначале на ложку, поднося её ко рту, а затем перекладывают на блюдце. Нельзя допускать, чтобы дети раскладывали косточки и съедали зёрна из слив, абрикосов, в них содержится вредная для здоровья синильная кислота.
7. Хлеб надо нарезать небольшими, лучше квадратными кусками, тогда держать их тремя пальцами будет удобно. Брать хлеб из общей тарелки можно рукой, не трогая остальных кусков. Не следует предлагать детям есть хлеб с мучными изделиями – макаронами, кашами, и без того богатыми углеводами.
8. Масло для детей средней группы лучше давать порционно, чтобы они сами намазывали его на хлеб.

9. В процессе еды воспитатели следят, охотно ли дети едят, соблюдают ли правила культурной еды. В случае необходимости делает указания, не привлекая внимания остальных детей, напоминает или показывает нужные действия. Все замечания должны быть конкретными.
Указание: «Ешь аккуратно» мало понятно детям.
Если же он слышит: «Наклоняйся над тарелкой», «Не набирай на ложку много каши» - ребёнок сейчас же может выполнить эти действия.
10. Замечания, относящиеся ко всей группе, нужно делать как можно реже.
11. Во время еды надо избегать неприятных разговоров. Некоторые вопросы, связанные с процессом питания – о дежурствах, о пользовании приборами, о поведении за столом, о том, из чего готовятся те или иные блюда, могут быть предметом специальных бесед и разговоров воспитателя с детьми, не в часы приёма пищи.
12. Дети во время еды не должны себя чувствовать напряжённо, добиваться от них полного молчания ничем не оправдано. Вполне допустимо, чтобы они общались друг с другом в связи с процессом питания. Но, не допуская излишнего шума, болтливости, нарушающие общий порядок и спокойствие.
13. Благожелательный тон, терпение и выдержка взрослых во время приёма пищи вызывает у детей положительное отношение к процессу питания.
14. Дети выходят из-за стола, благодарят взрослых и ставят стулья на место.

Литература:

- ✚ «Воспитание дошкольника в труде» под ред. В.Г. Нечаевой М. 1983г. с. 162 – 171.
- ✚ «Воспитание детей в средней группе М.1982г. стр. 40 – 42.
- ✚ «Организация питания детей в дошкольных учреждениях» А.С. Алексеева, Л.В. Дружинина М. «Просвещение» 1990г.



