

МБДОУ «Детский сад №1»

## **Консультация для родителей и педагогов**

### **«Как воспитать культуру поведения ребенка за столом?»**

**Подготовила:**

Машина Юлия  
Александровна,  
старший воспитатель

г. Усолье-Сибирское

Вопросу культуре поведения людей за столом издавна уделяли особое внимание, так, в книге «Домострой» протопоп Сильвестр написал: *«Когда поставят перед тобой различные яства и пития, но если кто-то знатнее тебя из приглашенных будет, не начинай есть раньше его; если же почетный гость ты, то поднесенную пищу начинай есть первым»* и т.д. - это одно из правил, которому должен был следовать воспитанный россиянин в XVI веке. В современном обществе также существуют правила приема пищи и в первую очередь мы – взрослые (родители, педагоги) должны ежедневно следовать им, таким образом, личный пример поможет нам незаметно воспитать ребенка с хорошими манерами, знающим столовый этикет, одним словом, владеющим культурой поведения за столом. Такой опыт не пройдет бесследно, приобретенный навык столового этикета позволит ребенку быть уверенным в себе в будущем.

Изучив литературные источники, мы выявили, что культура поведения человека за столом включает в себя несколько правил. Научить ребенка правильно вести себя за столом, умело пользоваться столовыми приборами, быть обходительными в застольном общении – задача как воспитателя, так и родителей. Итак, для начала давайте определим те правила, которым необходимо следовать нам – взрослым, именно они помогут воспитать в детях основы культуры поведения за столом.

**Правило №1 «Отдельная посуда для каждого блюда»**

<p><b><i>Столовые глубокие тарелки для первого блюда</i></b></p> 	<p><b><i>Мелкие столовые тарелки</i></b></p> 	<p><b><i>Закусочные (для бутербродов)</i></b></p> 
<p><b><i>Десертные тарелки для сладких блюд (фрукты, ягоды)</i></b></p>  <p><b><i>Примечание:</i></b> десертные тарелки (мелкие и глубокие, диаметром 200 мм) — для сладких (десертных) блюд. От закусочных малых и глубоких столовых тарелок они отличаются тем, что обычно разрисованы фруктами, ягодами и цветами.</p>		<p><b><i>Креманки для киселей, компотов, фруктов или ягод в сиропе, мороженого и др.</i></b></p> 

Правило № 2 «Столовый прибор – для каждого блюда»

<p><i>Нож для мясных блюд, пирогов (кроме сладких), блинов, применяют для захватывания гарнира</i></p>  <p><i>Примечание:</i> длина ножа равна диаметру тарелки.</p>	<p><i>Вилка столовая</i></p>  <p><i>Примечание:</i> длина вилки равна длине ножа.</p>	<p><i>Ложка столовая</i></p> 
<p><i>Ложка десертная</i></p> 	<p><i>Ложка чайная</i></p> 	

Правило № 3 «Алгоритм сервировки стола»

<p><i>1. Скатерть</i></p> 	<p><i>2. Тарелки</i></p> 	<p><i>3. Чашки, стеклянная посуда</i></p> 
<p><i>4. Салфетки</i></p> 	<p><i>5. Приборы со специями</i></p> 	<p><i>6. Цветы, икебана</i></p> 

#### Правило № 4 «Каждому прибору – свое место на столе»

- Тарелки ставят на стол напротив стульев, расстояние от края стола до тарелки — 1,5-2 см.
- На расстоянии 5-12 см слева от тарелки - пирожковая (хлебница) - в условиях сервировки стола в детском саду допускается расположение общей пирожковой тарелки в центре стола.
- Справа от тарелки на расстоянии 0,5 см. кладется нож, лезвием к тарелке, ложка, слева - вилка. **Если ножа нет, то ложка и вилка находятся справа.**
- На расстоянии 0,5 см. от тарелки находится чашка (прямо напротив ножа). Чашка обязательно ставится на блюдце, при этом ручка «смотрит» влево. На блюдце кладем чайную ложку ручкой вправо, т.е. в противоположную сторону ручки чашки.



#### Правило № 6 «Предназначение скатерти и салфетки»

**Скатерть** – от её выбора зависит и вид стола, и настроение людей, которые за ним соберутся. По своему назначению скатерти делятся на чайные, обеденные, банкетные, интерьерные, столовые, будничные и торжественные. Независимо от случая, скатерть всегда должна быть чистой и выглаженной. Для праздничных событий больше всего подходят белоснежные скатерти. Для чаепития, либо кушанья подходят колоритные цветные скатерти, а для дачного стола либо пикников – колоритные хлопчатобумажные скатерти с рисунками.

При выборе цвета скатерти можно ориентироваться на:

- интерьер комнаты, когда скатерть может гармонировать, или, напротив, контрастировать с ней;
- на предназначение скатерти и цвет посуды.

*Салфетка* – служит для предохранения одежды от возможного попадания на нее капель, брызг и крошек, кроме того, об нее можно вытирать пальцы и губы во время еды и после ее окончания.

Тканевые салфетки располагаются перед каждым едоком. Перед тем, как приступить к еде, первым делом, необходимо взять салфетку, развернуть её, сложить вдвое, затем положить на колени сгибом к себе. Испачканные пальцы принято вытирать о верхнюю половину салфетки, не снимая ее с колен. Губы допускается лишь промокать, взяв салфетку в руки и приложив к ним середину верхней половины, так же поступают и с бумажной салфеткой. После окончания трапезы не стоит пытаться придать тканевой салфетке прежний вид - просто сложите ее грязной стороной внутрь и положите сбоку от тарелки (бумажную салфетку скатывают в шарик и кладут под бортик тарелки или на тарелку с приборами).

Итак, мы знаем, как правильно научить наших детей сервировать стол, пришла пора узнать как вести себя за столом во время приема пищи?

#### Правило № 7 «Как вести себя за столом?»

Уже начиная со второй младшей группы, обращаем внимание мальчиков на то, что по правилам первыми за стол садятся девочки. Учим ребят помогать сесте девочке за стол: мальчик подходит слева, берет за спинку стул, разворачивает его спинкой к себе и со словами «Пожалуйста» или «Прошу садиться» предлагает девочке присесть. Девочка должна подойти и ждать, когда ей пододвинут стул. Сидеть нужно прямо, занимая стул полностью, прикасаясь к спинке. Не следует наклоняться над тарелкой, расстояние от груди до стола - 4 пальца ладони. Ноги согнуты под прямым углом, руки слегка прижаты к туловищу. Не следует подпирать подбородок, щеки, раскачиваться на стуле.

Учите детей тому, что прежде чем есть суп, сначала следует его попробовать, убедиться горячий или нет. Набирать надо 1/3 ложки, не наклоняться вперед, ложкой справа налево коснутся края тарелки боковой частью направить в рот. Обращайте внимание на то, чтобы дети ели гущу вместе с жидкостью, если ребёнок вылавливает кусочек лука или жира и просит разрешения не есть это, посоветуйте ему положить его на

край тарелки. Следите, чтобы дети не стучали ложкой о тарелку и не чавкали, при доедании супа тарелку наклоняли от себя.

Во время обеда приучайте детей не отставлять на середину стола грязную тарелку, так как это загромождает стол и создаёт некрасивый вид. Грязные тарелки убирают помощник воспитателя, могут оказывать помощь дежурные дети (дома это делают родители вместе с детьми, можно организовать «дежурство», как в детском саду).

Второе блюдо подается после того, как ребенок съел первое, так как остывшая пища неприятна на вкус и не несет в себе пользы!

По этикету не принято говорить при употреблении горячих блюд. Нельзя делать замечаний, упрекать, заставлять есть до конца, а следует предлагать ненавязчиво.

Обратите внимание детей на то, что чай надо помешивать бесшумно, кстати, варенье в чай не принято класть. Также не следует запрокидывать голову, отставлять мизинец. Косточки от компота учите детей класть сначала в ложку, а затем на блюдце.

#### Правило №8 «Как пользоваться столовыми приборами?»

**Вилка** - держат зубцами вверх, при этом ручка упирается в ладонь и придерживается указательным пальцем. Если подано пюре или каша, то вилку следует держать как ложку, помогая ножом.

**Вилку и ложку** при временном прекращении еды необходимо положить на бортик тарелки, а после еды - на тарелку параллельно ручками влево: нож острием влево, вилку - выпуклостью вверх.

Яичницу нужно есть с помощью вилки и ножа, котлету, рыбу, а также запеканку, рулеты **только вилкой**, без ножа; дичь и птицу едят с помощью ножа, сначала надо срезать мясо, оставшееся взять в руку. Мясо отрезать ножом **по кусочку** и отправлять отрезанный кусок в рот. **Не следует разрезать весь кусок сразу.**

*Уважаемые родители и коллеги, надеемся, что данная консультация поможет вам в воспитании культуры поведения детей за столом.*

#### **Примечание:**

**Приложение 1** содержит сведения о задачах формирования культуры поведения детей за столом с учетом возрастных особенностей.

**Приложение 2** содержит тезисный перечень основных правил.

**Задачи формирования культуры поведения детей за столом с учетом возрастных особенностей**

***Первая младшая группа (от 2 до 3 лет)***

- Продолжать приучать проявлять самостоятельность, закрепить умения: аккуратно, не торопясь есть; тщательно пережевывать пищу; не разговаривать с набитым ртом; правильно держать ложку в правой руке; пользоваться салфеткой; полоскать рот по напоминанию взрослого.
- Сформировать умение выполнять элементарные правила культурного поведения: не выходить из-за стола, пока не закончил еду; при выходе из-за стола задвигать свой стул и благодарить взрослого.

***Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)***

- Продолжать закреплять и совершенствовать ранее сформированные умения (смотреть возрастные задачи от 2 до 3 лет)
- Сформировать навыки приема пищи: не крошить хлеб, правильно пользоваться столовыми приборами (ложкой и вилкой), салфеткой, пережевывать пищу с закрытым ртом.
- Со второго полугодия начинают прививать умения и навыки дежурства по столовой совместно со взрослым (сначала учат ставить на стол салфетницы и хлебницы, затем – раскладывать ножи и т.д.)

***Средняя группа (от 4 до 5 лет)***

- Совершенствовать приобретенные умения: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой, ножом), салфеткой, полоскать рот после еды и т.д.
- Продолжать прививать навыки культуры поведения: мальчики ухаживают за девочками во время организации процесса питания (смотреть правило №7»)
- Во время дежурства ребенок один сервирует свой стол, так как пока детям трудно согласовывать свои действия с действиями сверстника. Со второго полугодия дежурный может сервировать уже два стола. Убирать посуду, кроме чашек (их дети сами относят в раковину), должен взрослый.

***Старшая группа (от 5 до 6 лет)***

- Закрепить умения осознанно правильно пользоваться столовыми приборами; есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом и т.п.
- Продолжать прививать навыки культуры поведения: выходя из-за стола, тихо задвигать стул, благодарить взрослых, ухаживать за девочкой.
- Процесс дежурства носит самостоятельный характер.

***Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)***

- Совершенствовать ранее приобретенные умения в самостоятельных действиях детей.

*Помните сами и научите детей!*

1. Сервировка стола должна создать хорошее настроение и усилить аппетит.
2. Сервировка стола должна соответствовать мероприятию (обед, завтрак, праздник).
3. Сервировка стола должна быть эстетично оформлена и отражать тематическую направленность (новый год, день рождения и т.д.)
4. Концы скатерти по правилам этикета должны свисать на 25-30 см.
5. Ближе к тарелке кладут те столовые приборы, которые не используются в первую очередь.
6. Нож следует класть лезвием к тарелке, ложка - носиком вверх, вилка - зубцами вверх.
7. Прежде чем сесть за стол, воспитанный мальчик (мужчина) должен поухаживать за девочкой (женщиной), которая присутствует за столом.
8. Во время еды не принято тянуться за блюдом через стол. В этом случае можно вежливо обратиться к своему соседу.
9. Следите за осанкой: нельзя сидеть за столом развалившись, нависать над тарелкой, класть локти на стол.
10. Нельзя шаркать ногами, класть ногу на ногу, разговаривать с полным ртом, чавкать, сопеть, вертеться и толкать соседа.
11. Ешьте аккуратно, не торопитесь, не проливайте суп (чай, компот и т.п.) на скатерть.
12. Хлеб принято отламывать пальцами левой руки и откусывать небольшой кусок над тарелкой.
13. Правильно держите вилку, ложку и нож.
14. Принято отрезать ножом по одному кусочку (мяса, птицы, яичницы и т.д.) и отправлять отрезанный кусок в рот - сразу весь кусок разрезать не следует.
15. Нельзя вылизывать тарелку, есть с ножа, перекладывать приборы и брать их до еды.
16. После еды столовые приборы необходимо положить на тарелку параллельно, ручками влево.
17. Выходя из-за стола, задвигайте стул и выражайте благодарность.
18. После еды полощите рот.