

Организация питания детей дошкольного возраста

- ребёнка надо кормить в строго установленное время;
- давать только то, что полагается по возрасту;
- кормить детей надо спокойно, терпеливо, давая возможность хорошо прожёвывать пищу;
- ни в коем случае не кормить ребёнка насильно;
- не отвлекать от еды чтением или игрой;
- не применять поощрений за съеденное, угроз и наказаний за несъеденное.



НАДО ПООЩРЯТЬ:

- желание ребёнка есть самостоятельно;
- стремление ребёнка участвовать в сервировке и уборке стола.

НАДО ПРИУЧАТЬ ДЕТЕЙ:

- перед едой тщательно мыть руки;
- жевать пищу с закрытым ртом;
- только за столом;
- правильно пользоваться ложкой, вилкой, ножом;
- вставая из-за стола, проверять своё место, достаточно ли оно чисто, при необходимости самостоятельно убрать его;
- окончив еду, поблагодарить тех, кто её приготовил, сервировал стол.



Закладывая в детях привычку есть разную пищу, взрослым следует набраться терпения, т. к. положительное отношение к еде формируется у детей очень долго, особенно если в семье и детском саду нет единых взглядов на этот счёт.