

## ЭТИКЕТ

### 1. **Как сидеть за столом, как вести застольную беседу, как садиться и покидать стол, что нельзя делать за столом**

Перед едой дети умываются, приводят в порядок нос, волосы, одежду.

Учим детей сидеть за столом: нижняя часть спины должна быть прижата к спинке стула, ступни ног полностью касаться пола, между подачей блюд правую руку держать на коленях, а запястье левой руки на столе.

**НЕЛЬЗЯ** сидеть с перекрещенными ногами, качаться на стуле, сидеть развалившись, перегибаться через спинку рядом сидящего, отодвигать стул всем весом своего тела, барабанить по столу пальцами, ставить на стол локти.

**Как пользоваться столовыми приборами, салфетками, держать чашку.**

**Столовыми приборами** учим пользоваться в европейской манере: нож в правой руке, вилка – в левой. На тарелку их кладут только тогда, когда в них нет более необходимости. Чайная ложка подается к компоту. Столовой ложкой едим суп, десертной кашу, суфле, желе, ягоды, пудинг.

**Бумажной салфеткой** дети должны пользоваться по мере необходимости. Ее следует приложить к губам, затем, сжав, в комочек, положить на использованную тарелку или специально подготовленный контейнер, если пища не доедена, рядом с тарелкой.

**Чашку с ручкой** берут указательным пальцем, который просовывают в ручку, сверху накладывается большой палец, а под руку помещают средний – для обеспечения устойчивости. Безымянный палец и мизинец прижимают к ладони.

К шести годам ребенок должен знать и соблюдать основные правила поведения за столом и не делать того, что может быть окружающим неприятным: чесаться, ковырять в зубах, жевать с открытым ртом, причмокивать губами, оставлять ложку в чашке, есть с ножа, облизывать пальцы, набивать до отказа рот;

**Остатки супа доедать**, наклонив тарелку от себя. Ложку оставлять в тарелке;

**Салаты, овощи** (начиная со старшей группы) есть с помощью ножа и вилки, поддевая порцию, держа вилку зубцами вверх, а ножом подгрести и слегка прижимать.

**Кашу** разрешается есть десертной ложкой.

**Второе блюдо с гарниром и без** нужно есть с помощью ножа и вилки (начиная со старшей группы).

**Фрукты** едят по-разному. Почистить фрукты малышам должны взрослые, но допускается есть яблоко целиком.

**Масло, джем** на хлеб (батон) дети намазывают сами (начиная со старшей группы).

**Пироги, печенья, пряники** дети едят, держа их в руке.

**Суп с хлебом** можно есть, держа хлеб в левой руке и откусывая прямо от куска.

## Сервировка стола

Хорошая сервировка стола имеет большое значение для улучшения аппетита детей и закрепления культурных навыков. В приготовление столов для питания активное участие принимают дежурные.

Посуда должна быть небольшого размера, а главное, привлекательной: с изящным рисунком, красивой формы.

Для детей младшего возраста удобны обыкновенные детские глубокие тарелки; для детей 5—6 лет лучше иметь среднего размера (на 300—400 г). Хорошо иметь мелкие тарелки двух размеров: десертные — за завтраком и полдником и мелкие, соответственно размеру глубоких тарелок, — для вторых блюд.

Ложки для малышей удобны десертные, старшим детям, можно давать обычные - столовые. Нужны и чайные ложки для компота, творога и других блюд.

Вилки следует давать детям начиная с младшей группы (вторая половина года). Детей 5—6 лет нужно приучать пользоваться и вилок, и ножом, но они должны быть соответствующего размера, так называемые детские.

### ***К завтраку стол сервируется следующим образом:***

На середину стола ставится хлебница с хлебом накрытая салфеткой, тарелку с порционным маслом, салфетницу, блюда (если столы совмещены, то на каждый стол отдельно). Затем раскладывают ложки, вилки, ножи (для масла) – старший дошкольный возраст. Вилка с левой стороны, нож и ложка – справа. Если нет ножей – справа ложка и вилка. Кружки ставятся в центре стола, по количеству детей.

Основное блюдо детям подает младший воспитатель перед тем, как они сядут за стол. Заранее блюда не раскладывают, за исключением тех, которые едят холодными. Подают и убирают посуду слева от сидящего ребенка.

Если на завтрак подают яйца, их кладут в тарелку, которая стоит в центре стола.

### ***К обеду стол сервируется сходным образом:***

На середину стола ставится хлебница с хлебом накрытая салфеткой, салфетницу (если столы совмещены, то на каждый стол отдельно). Затем раскладывают ложки, вилки, ножи. Вилки с левой стороны, нож и ложка – справа. Если нет ножей – справа ложка и вилка. Кружки ставятся в центре стола, по количеству детей, а на край стола горкой ставят глубокие тарелки и салатники, если к обеду подается салат (по 4 штуки на каждую половину стола).

Суп разливают младший воспитатель перед тем, как дети сядут за стол. Не нужно преждевременно раскладывать второе, чтобы оно не остывало: остывшая пища менее полезна. Если младший воспитатель внимательно следит за детьми во время еды, она всегда успеет вовремя подать каждому второе.

### ***К полднику стол сервируется:***

В центре стола ставится салфетница, кружки и тарелка, если предлагается выпечка или печенье.

*К ужину стол сервируется* так же, как и к завтраку. Не подается только масло.

### Памятка для младших воспитателей.

	Культурно-гигиенические навыки	Труд
2 мл.гр.	Формирование элементарных навыков за столом: правильно пользоваться столовой и чайными ложками, вилок, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом,полоскать рот после еды	Во второй половине года формирование умений, необходимых при дежурстве по столовой (помогать накрывать стол к обеду (раскладывать ложки,вилки, расставлять хлебницы (без хлеба). Тарелки, чашки и т.п))
Средняя группа	Совершенствование навыков аккуратного приема пищи: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка), салфеткой, полоскать рот после еды	Формирование умения самостоятельно выполнять обязанности дежурного по столовой: аккуратно расставлять хлебницы, чашки с блюдами, ставить салфетницы, раскладывать столовые приборы (ложки, вилки, ножи).
Старшая группа	Совершенствовать культуру еды: умение правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом), есть бесшумно, аккуратно, сохраняя правильную осанку за столом; обращаться с просьбой, благодарить.	Формирование желания добросовестно выполнять обязанности дежурных по столовой: сервировать стол, приводить его в порядок после еды
Подготов. группа	Закрепление умения аккуратно пользоваться столовыми приборами. Закрепление умения обращаться с просьбой, благодарить.	Формирование умения добросовестно выполнять обязанности дежурных по столовой: полностью сервировать столы и приводить его в порядок после еды

Дежурство вводятся со второй младшей группы, во второй половине года и ставят перед ребёнком только одно условие: помочь младшему воспитателю накрыть на стол.

Ребёнок раздаёт ложки, ставит хлебницы, стаканы с салфетками. Понимание обязанности ещё не доступно детям до четырёх лет, и было бы неправильно выдвигать перед ними такое требование. В руководстве детьми педагог опирается на их интерес к процессу деятельности, создаёт эмоционально-положительное отношение к нему, объясняет необходимость потрудиться и всячески поощряет любую попытку ребёнка проявить самостоятельность. Он формирует у детей представление о значимости труда дежурных, об очередности в выполнении порученного дела.

Формирование элементарных навыков за столом: правильно пользоваться столовой и чайными ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом. **В средней группе** воспитатель использует в начале года (сентябрь – октябрь) те же приёмы, что и в младшем возрасте, с тем, чтобы узнать, насколько дети овладели умениями, дать им привыкнуть к условиям жизни в группе.

Далее у детей формируют умения самостоятельно выполнять обязанности дежурного по столовой: аккуратно расставлять хлебницы, чашки, ставить салфетницы, раскладывать столовые приборы (ложки, вилки, ножи).

Выходя из-за стола, ребенок может взять свою чашку и отнести её на раздаточный стол. Дежурные убирают со стола хлебницы, стаканы с салфетками, а младший воспитатель тарелки.

Дежурства продолжают иметь место в **старшей и подготовительной к школе группе** детского сада, постепенно усложняясь и по содержанию труда, и по формам объединения детей, и по требованию к самостоятельности в процессе работы, а так же по самоорганизации в процессе деятельности. Смена дежурных проводится ежедневно.

В содержание труда дежурных по столовой входит полная сервировка стола: аккуратно раскладывать столовые приборы (ложки, вилки, ножи); расставлять хлебницы, салфетницы, кружки.

После еды дежурные помогают младшему воспитателю наводить порядок на обеденных столах.

У дежурных по столовой должна быть специальная форма: фартуки головной убор (косынки, колпачки).