

Методические рекомендации по организации процесса питания и сервировки столов в МКДОУ д/с № 108 «Зазеркалье»

Методические рекомендации по организации процесса питания и сервировки столов в МКДОУ д/с № 108 «Зазеркалье» носят рекомендательный характер и помогут персоналу ДОУ, повысить качество организации процесса питания детей.

Настоящий документ адресован педагогам и младшим воспитателям ДОУ, с целью повышения компетентности в вопросе организации процесса питания в ДОУ. Данные методические рекомендации охватывают возрастной период от 2 до 7 лет.

Психологический комфорт детей во время их пребывания в образовательном учреждении во многом зависит от организации питания. Важным моментом в правильной организации питания является правильная сервировка, она играет большую роль для развития аппетита ребёнка и закрепления культурных навыков.

ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПРИЕМА ПИЩИ:

➤ Подготовка к приему пищи. Соблюдение гигиенических требований (мебель расставлена удобно в соответствии с ростом детей; столы промыть горячей водой с мылом. Младший воспитатель обязан тщательно вымыть руки, надеть специальную одежду, проветрить помещение, использовать только чистую посуду)

➤ Гигиенические процедуры:валеологическое просвещение детей, закрепление правил мытья рук; самоконтроль детей.

➤ Соблюдение постепенности посадки детей за столы. Предложить детям рассаживаться за столы по очереди (сначала девочки потом мальчики или сначала 1 стол потом второй и т.п.)

➤ При посадки за стол воспитатель следит за тем, что бы все дети правильно держали стул впереди себя двумя руками, за столом сидели **правильно!!!**

➤ Сервировка стола: организация дежурства; ознакомление с меню, объявление его детям; привлечение внимания детей к эстетичному оформлению столов и блюд.

➤ Прием пищи (завтрак, обед, полдник, ужин). Индивидуальная работа по воспитанию культуры еды; обучение правилам этикета; оценка деятельности.

➤ Во время приема пищи педагогу целесообразно находиться за столом **вместе** с детьми!!!

➤ Дети младшего возраста **обязательно докармливаются** младшими воспитателями и воспитателями!!!

ЭСТЕТИЧЕСКОЕ ОФОРМЛЕНИЕ СТОЛА:

➤ Обязательно бумажные салфетки, бумажные салфетки не раскладывают, а ставят в салфетнице (закончив есть, вытирают сначала губы, затем руки, а использованные салфетки кладут на блюдо);

➤ Стол рекомендуется украшать салфеткой/скатертью из обрабатываемого материала, можно использовать декоративные элементы для создания эстетически-приятной обстановки.

➤ Красиво и правильно разложенные столовые приборы (справа от тарелки кладут столовые приборы: ближе к тарелке вилку зубчиками кверху, рядом столовую ложку углублением вниз); вилками дети пользуются со средней группы!!!

➤ Порционно нарезанный хлеб в хлебнице, хлебница ставится в центре стола (из расчета одна хлебница на 4 человека), при необходимости хлеб нарезается пополам (не ломается!)

➤ Салат, овощную нарезку, маринад подают в отдельной тарелочке!!!

➤ Раскладка блюд на тарелках должна быть эстетически привлекательной.

➤ По мере съедания блюд необходимо убирать грязные тарелки, стол всегда должен выглядеть опрятно!!!

➤ Допускается цветочная композиция для украшения стола.

К ЗАВТРАКУ СТОЛ СЕРВИРУЕТСЯ СЛЕДУЮЩИМ ОБРАЗОМ:

➤ На середину стола ставится хлебница с хлебом, тарелку с порционным маслом, салфетница.

➤ Затем раскладывают столовые приборы. Чайные бокалы ставятся в центре стола, по количеству детей.

➤ Основное блюдо детям подает младший воспитатель перед тем, как они сядут за стол. 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:

➤ На середину стола ставится хлебница с хлебом, салфетница.

➤ Затем раскладывают столовые приборы. Чайные бокалы ставятся в центре стола, по количеству детей.

➤ Салаты, овощную нарезку, маринад раскладывают в отдельные тарелочки до того, как дети сядут за стол.

➤ Первое блюдо детям подает младший воспитатель перед тем, как они сядут за стол. Подают и убирают посуду слева от сидящего ребенка.

➤ Второе блюдо подается после того как ребенок съест (попробует) первое. Не нужно заранее раскладывать второе, чтобы оно не остывало: остывшая пища менее полезна. Младший воспитатель по мере съедания первого блюда подают второе и забирают тарелки от первого блюда. Воспитатель может принять участие в том случае, если оденет белых халат и головной убор.

➤ Дети старших и подготовительных групп самостоятельно убирают за собой посуду, если в них нет еды.

К ПОЛДНИКУ СТОЛ СЕРВИРУЕТСЯ:

➤ В центре стола ставится салфетница, чайные бокалы.

➤ Тарелка ставится каждому ребёнку, если предлагается выпечка!!!

К УЖИНУ СТОЛ СЕРВИРУЕТСЯ:

➤ Так же, как и к завтраку.

Умение преподнести блюдо (новое, нелюбимое)

Воспитатель в начале приема пищи желает приятного аппетита, называет, какие блюда приготовлены. В старших и подготовительных группах дети приучаются называть самостоятельно. Говорит о пользе продуктов питания. Воспитатель в обязательном порядке обращает внимание детей на вкусно приготовленную пищу и ее внешний вид, привлекает внимание детей к блюду. Ни в коем случае не заставлять ребенка есть через силу!!!

По окончании приема пищи воспитатель напоминает, о том, чтобы дети поблагодарили младшего воспитателя за обед (завтрак, ужин, полдник) обращаясь к нему по имени отчеству.

СЕРВИРОВКА СТОЛА ПО ВОЗРАСТАМ:

С раннего возраста для детей следует правильно сервировать стол, воспитывать у них есть опрятно, однако, следует иметь в виду, что сервировка стола должна «идти» за уровнем развития детей, хорошо, если это идёт с опережением. Посуда должна быть небольшого размера, привлекательной, красивой формы. Для детей младшего возраста удобны обыкновенные детские глубокие тарелки. Форма чашек удобнее прямая или суженная кверху, а не наоборот, такие чашки более устойчивые. Столовые ложки для малышей удобны десертные.

В распоряжении детей должны быть и салфетки. А после полутора лет они должны научиться самостоятельно пользоваться ими. Воспитатель приучает ребёнка держать ложку в правой руке, за середину черенка, обхватив сверху пальцами.

Детей учат есть и первое и второе блюдо с хлебом, не брать пищу из тарелки руками, мясное блюдо есть с гарниром, пользоваться салфеткой.

Блюда должны подаваться своевременно, чтобы, сев за стол, малыш тут же начал есть, т.е. недопустимо сажать детей за пустые столы.

Надо помнить, что движения ребёнка ещё мало координированы, и требовать от него соблюдения полного порядка во время еды нельзя. Дети быстро утомляются и, утолив голод, начинают отвлекаться или совсем перестают есть. Взрослые должны помочь им закончить обед. Если малыш всё - таки отказывается от еды, настаивать не следует.

Дети должны усвоить правила:

- нельзя выходить из-за стола с куском хлеба, пирога, яблока и т.д.;
- нельзя выходить если рот наполнен непрожёванной пищей. Уже в этом возрасте ребёнок должен благодарить взрослого после еды, задвигать свой стульчик, недопустимо детям раннего возраста самим носить стульчики.

Во время еды воспитателю следует разговаривать с детьми («Ешьте, дети, суп вкусный»; «Катя, возьми хлеб, откуси кусочек»; «Мария Ивановна, Саша съел суп,

положите и ему, пожалуйста, котлету с картошкой. Вкусная котлетка, ешь, Саша» и пр.), использовать художественное слово

В приготовление столов для питания активное участие принимают дежурные. Дежурства, если они **вводятся во второй младшей группе** в конце года, ставят перед ребёнком только одно условие: помочь няне накрыть на стол только тем детям, которые сидят вместе с ним. Ребёнок раздаёт ложки, ставит хлебницы, стаканы с салфетками. Понимание обязанности ещё не доступно детям 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: «Сегодня Серёжа позаботится о своих товарищах, будет дежурным за этим столом. А на тот стол будет накрывать Настя, на другой - Дима. Всем сразу неудобно работать. Пусть сегодня они потрудятся для всех, а завтра другие дети, которые рядом с ними сидят. Так по очереди все будут помогать няне».

В средней группе, если дежурства организуются впервые, 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.

Во второй половине года, когда умения детей станут прочнее, можно увеличить объём их работы. Например, дежурным можно поручать расставлять блюдечки, поставленные на стол няней, и носить по две чашки с раздаточного стола на детские столы. Дежурные сами наполняют стаканы салфетками.

Дети убирают посуду после еды: каждый ребёнок ставит свою тарелочку на другую, обращаясь с просьбой к другому приподнять ложку. Выходя из-за стола, он может взять свою чашку и отнести её на раздаточный стол. Дежурные убирают со стола хлебницы, стаканы с салфетками, а няня - сложенные тарелки.

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

В содержание труда дежурных по столовой входит полная сервировка стола, уборка после еды.

При организации работы дежурных воспитателю приходится уделять внимание ещё одному вопросу - сочетание работы дежурных с самообслуживанием детей. Например, после еды должны ли всё убирать дежурные или что-то каждый убирает за собой?

Наиболее целесообразной будет такая организация уборки, при которой естественно сочетается работа дежурных и каждого ребёнка. Например, каждый ребёнок после еды отодвигает свою тарелку на середину стола, складывая её на другие, а чашку с блюдцем относит на раздаточный стол. (При этом важно понаблюдать за тем, чтобы дети не задерживались возле раздаточного стола и не создавали там беспорядка. Этого не будет, если детям удобно и они приучены складывать посуду аккуратно.)

Правильно и красиво оформленная сервировка повышает детский аппетит и развивает эстетические способности ребенка. Малышу гораздо интереснее принимать пищу и разглядывать красочные салфетки или стаканы. А в день рождения эта потребность только увеличивается. Поэтому крайне необходимо следовать определенным правилам, как в домашних условиях, так и в дошкольном учреждении.