

Консультация для родителей

Правила поведения за столом



Как вести себя за столом, чтобы у ребенка всегда был аппетит, и положительные эмоции во время приема пищи:

- * Не делайте за столом замечаний;
- * Не рассказывайте страшных историй;
- * Не обсуждайте проблемы;
- * Не упрекайте, не запугивайте;
- * Кладите еды столько, сколько реально ребенок съест;
- * Украшайте блюда;
- * Хвалите предлагаемое блюдо, а ребенка за воспитанность и старание.

Вот какие правила поведения за столом следует помнить и выполнять:

- * Есть, и пить аккуратно, не чавкая и не хлюпая, не разбрасывать еду вокруг тарелки.
- * Не склоняться низко над тарелкой, только слегка наклонить голову. На столе лежат только кисти рук, локти на стол не ставим.
- * Обе руки либо свободны, либо заняты: в правой руке нож, в левой - вилка.
- * В правой руке вилка или ложка, левая рука придерживает тарелку.
- * За столом нельзя говорить громко или с полным ртом.
- * Если ложка или вилка упала на пол, попросите другую, чистую.



- * **Никогда не говорите** за столом плохо о приготовленных блюдах. Например: «Ой, опять гороховый суп. Я его не люблю» или «Как плохо пахнет. Это невкусно».
- * **Не говорите за столом** и о том, что может испортить аппетит и настроение. Например: «Посмотри, макароны, как червяки».

Правил очень много, но они легко запоминаются. Соблюдать правила столового этикета приятно и необходимо, и учить детей этому нужно уже с самого раннего возраста.

