

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности  
по художественно-эстетическому направлению развития детей  
№ 10 «Кораблик» города Лесосибирска»  
(МБДОУ «Детский сад № 10 «Кораблик»)**

---

**Семинар-практикум  
«Организация питания и сервировка стола в ДОУ»**

**Подготовила:  
Нечаева К.А.,  
воспитатель**

**г. Лесосибирск, 2024г**

## **Организация питания в детском саду**

Главной задачей дошкольного учреждения является - обеспечение каждому ребенку охрану его жизни и здоровья. При этом организация рационального питания – это необходимое условие для гармоничного роста детей, их физического и нервно-психического развития, устойчивости к инфекциям и другим неблагоприятным факторам внешней среды, все это занимает особое место в деятельности ДОО. Ведь именно в детском саду дети проводят значительную часть дня.

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.

Эстетическое оформление стола привлекает внимание детей к блюдам, повышает аппетит, формирует эстетический вкус детей.

Сервировать стол – это значит подготовить его для приема пищи. Основная цель сервировки стола – создать порядок на столе, обеспечить всех необходимыми предметами. Порядок сервировки выработан годами, продиктован требованиями гигиены и необходимостью обеспечить наибольшее удобство.

В режимных процессах у детей формируются навыки личной и общественной гигиены, правильного поведения в быту, в общественных местах, соблюдения общепринятых норм, этикета. В процессе приема пищи происходит формирование следующих культурно-гигиенических навыков: мыть руки перед едой; аккуратно есть; брать хлеб столько, сколько съешь; есть молча; жевать с закрытым ртом; пользоваться салфеткой; правильно сидеть за столом; уметь обращаться с ложкой, вилкой, столовым ножом; тщательно пережевывать пищу.

Сейчас мы с Вами рассмотрим 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.

### **Сервировка стола**

- На чистый стол нужно постелить скатерть, ее края опускают со всех сторон одинаково, но не ниже сидений стульев.

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

-Хлебница ставится в центре стола, при необходимости хлеб нарезается пополам (*не ломается*).

-Расставляются чайные пары.

-Если подают компот с ягодами, то на блюде кладут чайную ложку.

-Справа от тарелки кладут столовые приборы: ближе к тарелке вилку зубчиками кверху, рядом столовую ложку углублением вниз, если

подается столовый нож, тогда вилку кладут слева от тарелки, а нож справа ближе к тарелке, лезвием к тарелке (ножом нарезают на маленькие кусочки мясо, колбасу, сыр, огурцы, помидоры, яблоки, груши).

то, что легко разделить вилкой, едят без ножа: вареный картофель, котлеты, запеканку, омлет.

-Салат, овощную нарезку, маринад подают в отдельной тарелочке.

-Раскладка блюд на тарелках должна быть эстетически привлекательной.

-По мере съедания блюд необходимо убирать грязные тарелки.

В нашем детском саду существует пять приемов пищи. Мы с Вами рассмотрим три основных приема, а именно: завтрак, обед и ужин.

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

На середину **стола** ставится хлебница с хлебом накрытая салфеткой, тарелка с порционным маслом, салфетница.

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. Чайные пары 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:***

На середину стола ставится хлебница с хлебом накрытая салфеткой, салфетница.

Затем раскладывают ложки, вилки, ножи. Вилки с левой стороны, нож и ложка – справа. Если нет ножей – справа ложка и вилка.

Чайные пары с маленькой ложечкой ставятся в центре стола, по количеству детей.

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

Супы (*если нет салатов*) подаются только тогда, когда ребёнок сядет за стол.

Не нужно преждевременно раскладывать второе, чтобы оно не остывало: остывшая пища менее полезна. Если воспитатель и младший воспитатель внимательно следит за детьми во время еды, они всегда успеют вовремя подать каждому второе.

### ***К ужину стол сервируется:***

В центре стола ставится салфетница, чайные пары.

Тарелка ставится каждому ребёнку, если предлагается выпечка или печенье.

В остальном стол сервируется так же, как и к завтраку. Не подается только масло.

**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).

Пирог, печенье, пряники дети едят, держа их в руке.

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

**Усложнение задач формирования культурно-гигиенических навыков происходит последовательно и постепенно с учетом возрастных особенностей ребенка.**

*2 младшая группа (3 -4 года)*

- научить самостоятельно и аккуратно мыть руки и лицо, пользоваться мылом и расческой, насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на свое место;

- сформировать навыки приема пищи: не крошить хлеб, правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой – со второй половины года), салфеткой, полоскать рот после еды.

*средняя группа (4 -5 лет)*

- совершенствовать приобретенные умения: пищу хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой)

*старшая группа (5 -6 лет)*

- закрепить умения правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом;

-продолжать прививать навыки культуры поведения: выходя из-за стола, тихо задвигать стул, благодарить взрослых.

*подготовительная к школе группа (6 -7 лет)*

-закрепить навыки культуры поведения за столом: прямо сидеть, не класть локти на стол, бесшумно пить и пережевывать правильно, пользоваться ножом, вилкой, салфеткой; благодарить взрослых.

### **Методы и формы организации работы с детьми:**

1. Наглядный (показ приемов владения столовыми приборами, демонстрация правил сервировки, положительный личный пример, рассматривание картин и иллюстраций, экскурсия на пищеблок, наблюдение за сверстниками)

2. Словесный (объяснение, разъяснение, убеждение, использование художественного слова, разбор проблемных ситуаций, поощрительная оценка деятельности ребенка)

3. Практический (дежурство, закрепление навыков поведения за столом, дидактические игры, сюжетные игры)

Во время еды воспитателю следует разговаривать с детьми. Темы застольных бесед не должны затрагивать личность ребенка. Темы бесед могут быть самыми различными. Допускается говорить о пище, которую едят дети: из каких продуктов она сделана, откуда эти продукты появились и т. д., но не следует беседу за столом превращать в обучающее занятие.

Во время приема пищи некоторые дети часто капризничают, соответственно отказываются от еды. В основном такое бывает с детьми в младших группах. Шутливые стишки и потешки помогут их отвлечь, и дадут возможность спокойно поесть:

Тили-час, тили-час, вот обед у нас сейчас, скушаем за маму ложку, скушаем за папу ложку, дайте мне большую ложку.

Также, можно использовать следующие методы: чтение художественной литературы об овощах и фруктах, разучивание стихотворений, пословиц и поговорок наизусть; отгадывание загадок.

Продуктивные виды деятельности (рисование, лепка, аппликация, художественный труд).

Организация наблюдений и сравнений: «Можно ли есть суп вилкой?», «Режут ли кашу ножом?», «Какая ложка лучше?».

Организация бесед «Как ты относишься к кока-коле?», «Похрусти, а потом не грусти?», «У меня болит живот», «Почему нельзя спешить во время еды?», «Не мешай соседу за столом», «Говори и делай красиво»;

Сюжетно-ролевые и дидактические игры «Магазин полезных продуктов», «Ждем гостей», «Веселый повар», «Вершки-корешки», «Магазин»;

тематические выставки, театрализация.

Приоритетные методы работы с детьми: игровая обучающая ситуация, приучение, упражнение, создание воспитывающих ситуаций, поощрение.

### **Практическая часть**

Из числа педагогов выбираются две команды: в каждой – 1 «дежурный», 1 «воспитатель», 1 «ребенок», 1 «младший воспитатель».

#### **Задача 1: сервировка стола.**

«Воспитатель» организует досуг детей на ковре, а «младший воспитатель» с «дежурным» накрывают на стол (сервировка стола).

#### **Задача 2: прием пищи.**

Потом воспитатель с ребенком садится за стол и следит за приемом пищи.

#### **Задача 3: уборка со стола.**