

## ПАМЯТКА “ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В СЕМЬЕ”

- РЕБЁНКА НАДО КОРМИТЬ В СТРОГО УСТАНОВЛЕННОЕ ВРЕМЯ.
- ДАВАТЬ ТОЛЬКО ТО, ЧТО ПОЛАГАЕТСЯ ПО ВОЗРАСТУ.
- КОРМИТЬ ДЕТЕЙ НАДО СПОКОЙНО, ТЕРПЕЛИВО, ДАВАЯ ВОЗМОЖНОСТЬ ХОРОШО ПРОЖЕВЫВАТЬ 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;
  - ЕСТЬ 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.

