Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Костромского муниципального района Костромской области

«Детский сад № 1 посёлка Никольское»

Консультация для родителей

5 советов, как научить ребенка кушать самостоятельно

Подготовила

старший воспитатель

Малышева О.В.

2020

5 советов, как научить ребенка кушать самостоятельно

1 совет.

Начинать обучение следует тогда, когда ребенок голодный, но не уставший или сонный. Обычно малыш желает как можно быстрее приступить к еде, когда хорошенько проголодался, забывая об игрушках и развлечениях. Именно в этот момент можно дать ему ложку, аккуратно поправляя его движения своей рукой.

2 совет.

Давать пищу в таком объеме, чтобы ребенку было удобно ее брать. Для тренировок можно выбрать, например, картофельное пюре. Положите его немного, чтобы ребенок, насытившись, не начал играть с едой.

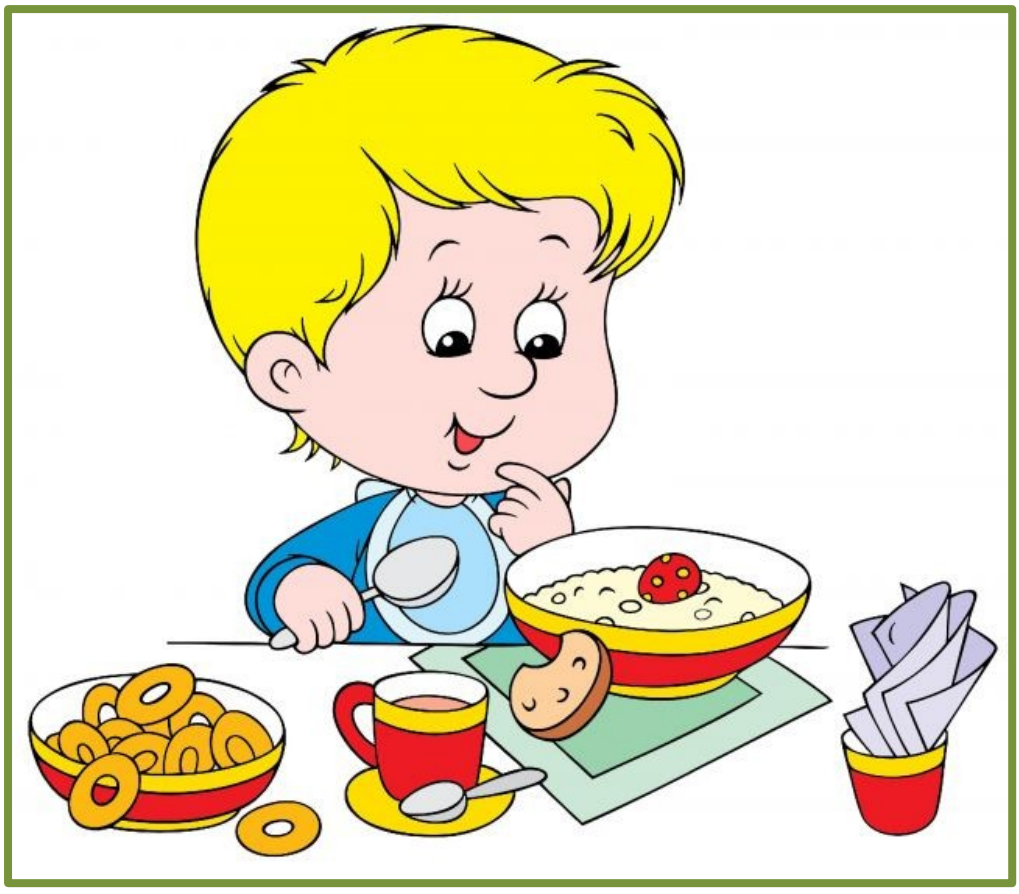
3 совет.

Будьте терпеливы, когда ребенок учится самостоятельно кушать, не требуйте от него знания этикета с первых дней. Также не стоит настаивать на том, чтобы ребенок держал ложку исключительно в правой руке, а хлеб - в левой, поскольку до трех лет детям свойственно путаться. Если вы замечаете явные признаки, что ребенок - левша, постарайтесь принять этот факт. Многие известные ученые, исследователи, деятели культуры были левшами, но это не помешало им достигнуть определенных высот. Когда родители активно учат ребенка стать правшой, в его маленьком мозге происходит целый переворот, негативно влияя на психику.

4 совет.

Начинать учить малыша кушать самостоятельно нужно с его самых любимых блюд. Чтобы не переживать из-за запачканных вещей, наденьте специальный пластмассовый слюнявчик с кармашком для пищи, приготовьте салфетку или полотенце. Приучать можно не только при помощи любимых блюд, а еще и подавать их оригинально. Например, попробуйте нарисовать на омлете веселую рожицу или пожарить котлеты необычной формы.

5 совет.

Будьте спокойны. Даже если вы очень аккуратно относитесь к вещам, предметам быта, все равно постарайтесь не трогать ребенка, когда он кушает, тщательно вытирая каждую капельку с его лица, пола, мебели. Дайте ему спокойно поесть. Во время еды в игровой форме можно заодно приучить ребенка самостоятельно вытирать рот салфеткой или полотенцем. Такую нехитрую процедуру осилит даже годовалый малыш. При этом никаких нервов быть не должно, просто спокойно наблюдайте за происходящим.

Научить ребенка самостоятельно что-либо делать непросто, поэтому кушать самому для некоторых деток оказывается непосильным трудом. Однако чаще всего это говорит лишь о том, что малышу нравится получать за время кормления дополнительное внимание от вас. В любом случае, наберитесь терпения и настройтесь на положительный результат - и у вас все обязательно получится!