

Муниципальное Бюджетное Общеобразовательное учреждение «Средняя  
общеобразовательная школа №10 имени А.К. Астрахова»  
(дошкольное отделение)

**Мастер –класс**  
**«Сервировка стола и**  
**питание в детском саду»**  
*Для воспитателей*

Подготовила воспитатель:  
Щукина Е.В

г. О. Мытищи.

Сервировка (от фр. service) — термин в кулинарии, который обозначает ряд связанных процессов при приёме пищи: процесс накрытия стола, с размещением на нём столовых приборов — сервировка стола;

На стол кладется скатерть желательно белая или цветная (к чаю).

Столовые приборы кладут с той стороны, с какой их нужно брать. Вилка кладется с левой стороны в том случае, когда используется нож, но в отсутствии необходимости пользования ножом вилка кладется справа.

Тарелки ставят строго напротив стульев и на расстоянии 2 см. от края.

На расстоянии 5-12 см. слева от тарелки пирожковая (хлебница).

Чашки с чаем и компотом подаются только на блюдечке и с ложкой, причем ручки чашек повернуты влево, а ложек, находящихся на блюдце - вправо.

Бумажные салфетки ставятся справа в стаканчике.

Ровно, параллельно раскладывают ножи - лезвием к тарелке, ложки носиком вверх, вилки - зубами вверх.

Расстояние между приборами 0,5 см.

### **Зачем нужна сервировка стола в детском саду?**

Считается, что красивая подача блюд способствует пробуждению аппетита, но сервировка стола в детском саду выполняет и другие задачи.

Прививая детям любовь к красоте, воспитатели учат их уважению к пище, недопустимости небрежного к ней отношения, необходимости помощи в уборке со стола. Именно этим занимаются дежурные, помогающие воспитателям в старшей группе.

Сервировка стола в детском саду в зависимости от возраста

**В ясельных группах** продукты выдаются порционно, иначе слишком велика вероятность того, что кто-то из детей останется без пирожка или печенья.

**В более старшем возрасте** тарелка со сладостями ставится в центре стола и каждый ребенок должен знать, что брать свой пирожок нужно с того края, который ближе к месту, а не выбирать приглянувшийся.

### **Варианты подачи блюд и используемая посуда.**

Большинство взрослых знают о том, что полезные блюда часто не вызывают у детей должного энтузиазма. Поэтому сервировка стола в детском саду во многом зависит также от того, как эти блюда оформлены.

Не меньшую роль играет посуда. Красочные кружки и тарелки способствуют увеличению аппетита в большей мере, чем однотонная и безликая посуда.

Естественно, что количество предметов на столе минимально, и отличие салатной вилки от той, которой едят рыбу, изучают разве только в элитных дошкольных учреждениях.

### **Правила этикета в детском саду**

ЭТИКЕТ-это та его часть, которая связана с поведением детей за столом и воспитанием навыков культуры еды.

Каким же правилам этикета мы обучаем детей в саду?

1.Как сидеть за столом, как вести застольную беседу, как сервировать стол, как пользоваться столовыми приборами и что нельзя делать за столом.

Перед каждым приемом пищи дети умываются, приводят в порядок нос, волосы, одежду.

Каждый ребенок, подходя к столу, должен пожелать сидящим приятного аппетита, а те в ответ поблагодарить. Выходя из-за стола, ребенок желает оставшимся приятного аппетита еще раз или всего доброго!

«Спасибо» он говорит всякий раз, когда ему подают еду, убирают посуду и т.п.

Посуду дети за собой не убирают. Это делают взрослые. Тарелки после супа, второго следует убирать немедленно, так как стол всегда должен выглядеть опрятно.

2. Как пользоваться столовыми приборами, салфетками, держать чашку.

**СТОЛОВЫМИ ПРИБОРАМИ** мы приучаем пользоваться детей в европейской манере: нож в правой руке, вилка – в левой. На тарелку они кладутся только тогда, когда в них нет более необходимости. Чайная ложка подается к компоту. Столовой ложкой едим суп, десертной пудинг, суфле.

**БУМАЖНОЙ САЛФЕТКОЙ** дети должны пользоваться по мере необходимости. Ее следует приложить к губам, затем, сжав в комочек, положить на использованную тарелку или, если пища не доедена, рядом с тарелкой.

**ЧАШКУ С РУЧКОЙ** берут указательным пальцем, который просовывается в ручку, сверху накладывают большой палец, а под ручку помещают средний – для обеспечения устойчивости. Безымянный палец и мизинец прижимают к ладони.

К семи годам дети должны быть научены пользованию столовыми приборами и знать, какую пищу как едят:

**ОСТАТКИ СУПА** доедать, наклонив тарелку от себя, Ложку оставлять в тарелке.

**САЛАТЫ, ОВОЩИ** есть с помощью ножа и вилки, поддевая порцию, держать вилку зубцами вверх, а ножом подгрести и слегка поджимать.

Цельные или нарезанные крупными кусками овощи накалывать вилкой зубцами вниз, отрезать небольшой кусочек ножом и отправлять его в рот.

**ВТОРОЕ БЛЮДО С ГАРНИРОМ И БЕЗ** нужно есть с помощью ножа и вилки, в том числе и курицу, и рыбу.

**ФРУКТЫ** едят по-разному. Яблоки чистятся взрослыми, режутся на четыре части, удаляют сердцевину, дети берут дольки рукой или вилкой для фруктов. Иногда допустимо есть яблоко целиком. Бананы можно есть двумя способами: 1-й- очистить, держа за кончик и отламывая кусочки рукой, класть их в рот; 2-й- разрезать на кусочки прямо с кожурой и есть вилкой, отделяя от кожуры.

Апельсины очищают от кожуры ножом спирально (малышам это делают взрослые), затем делят на дольки и едят.

**ЧАЙ** дети пьют как обычно.

**ЯГОДЫ** из компота едят ложкой, косточку отделяют во рту, сплевывают в руку и кладут на блюдце. Ложку в стакане не оставляют.

**ПИРОЖКИ, ПЕЧЕНЬЕ, ПРЯНИКИ** дети едят, держа их в руке.

СУП С ХЛЕБОМ можно есть, держа хлеб в левой руке и откусывая прямо от куска. Правильнее положить его слева на тарелочку или салфетку и есть, отламывая по небольшому кусочку. Приучая детей к культуре еды, мы предъявляем к педагогам и обслуживающему персоналу ряд требований. Первое из них касается сервировки стола.

К ЗАВТРАКУ стол сервируется следующим образом: на середину хлебницу с хлебом, тарелку с порционным маслом, салфетницу, блюдца. Затем раскладывают вилки, ножи и ложки. Вилка-с левой стороны, нож- справа, ложка параллельно краю стола. Питье наливает взрослый, когда съедено основное блюдо и убрана тарелка. Чай или кофе обслуживающий персонал разливает на отдельном столике и по мере надобности подносит детям. Это необходимо, чтобы питье не остывало раньше времени.

Основное блюдо подают ребенку только тогда, когда он сядет за стол.

Заранее блюда не раскладывают, за исключением тех, которые едят холодными (салат) . Подают и убирают посуду слева от сидящего ребенка.

К ОБЕДУ стол сервируют сходным образом, но сок и компот разливают заранее, рядом с ножом кладут столовую ложку, а на край стола горкой ставят тарелки. Разливает суп помощник воспитателя, который не ест с детьми за общим столом. Категорически запрещается оставлять использованную посуду. Стол должен быть всегда опрятным.

К ПОЛДНИКУ стол сервируют так же, как и к завтраку. Не подается только масло. Другое важное требование, предъявляемое к персоналу и педагогам, — не создавать своими действиями и словами напряженную обстановку, когда едят дети. Взрослые должны помнить постоянно о том, что дети только вступили этот мир и многого еще не умеют. Приучая их к хорошим манерам, следует снисходительно относиться к промахам, не порицать и не торопить. Манерам нужно обучать непринужденно, спокойно и лучше всего собственным примером, приходя на помощь всякий раз, когда ребенок испытывает затруднения. Если ребенок не может наколоть горох вилкой, то пусть пользуется пока ложкой. Поэтому мы и кладем на стол все столовые приборы и в завтрак, и в обед, и в полдник.

И, наконец, третье требование касается принуждения ребенка во время еды. Каждый ребенок рождается на свет с присущими ему хорошо функционирующими механизмом голода, который показывает, когда следует есть, а когда остановиться. Если взрослые и сам ребенок не мешают этому механизму, то на отсутствие аппетита никто не жалуется и рост происходит нормально. Вмешательство в деятельность этого тонкого устройства может вызвать серьезные эмоциональные трудности в развитии ребенка, которые, возможно, будут сопутствовать ему в течение всей жизни. Вкусы ребенка могут быть наследственными и формироваться в семье в силу особенностей ее питания. Детский сад должен бы все учитывать, но фактически не делает этого, из года в год предлагая в общем-то одно и то же с небольшими сезонными изменениями. Остается одно- попытаться заставить ребенка съесть положенное, но из этого сражения он гораздо чаще выходит победителем.

Правильная сервировка делает стол красивым и опрятным, обеспечивает необходимые удобства во время принятия пищи и способствует лучшему ее усвоению.

Богатая детская фантазия часто приводит к тому, что оформление блюда иногда влияет на аппетит едва ли не в большей степени, чем его состав. Даже не любимую детскую кашу можно подать так, что она обязательно будет испробована. Вот так сервировка стола в детском саду и фантазия воспитателей помогут решить проблемы, связанные с приемом пищи, сделав меню в детском саду более привлекательным в глазах детей. Вилка слева, ложка справа или ещё раз о приеме пищи

Культура питания в детском саду — наука, необходимая в современной жизни. Поскольку дети проводят большую часть дня в детском саду, то именно на воспитателей и младших воспитателей ложится обязанность научить ребенка полезно, вкусно, красиво и, самое главное, аккуратно питаться.

Уроки этикета начинаются уже в раннем возрасте. Ребенок учится не только правильно вести себя за столом, но и уверенно пользоваться столовыми приборами, быть опрятным и вежливым.

### **Правила сервировки стола**

В нашем детском саду детей учат питаться на классический, европейский манер — вилка в левой руке, нож — в правой. Исходя из этого сервируют столы. Вилки дают детям начиная со средней группы (с 4-х лет), а ножи — со старшей группы (с 5 лет).

Очень аппетитно выглядит суп, посыпанный зеленым луком. Аппетитнее пища, когда она посыпана укропом, петрушкой.

Одним из условий, необходимых для создания благоприятной обстановки во время еды, является правильное поведение взрослых и детей во время питания.

Взрослые (младший воспитатель и воспитательница) разговаривают друг с другом спокойным, тихим голосом только о делах, связанных с питанием детей. Никаких бесед друг с другом не должно быть. Не следует делать замечания всем детям сразу. Не следует торопить детей словами: «ешь скорее», «доедай скорее», лучше своевременно подать пищу и тем самым добиваться, чтобы дети не задерживались за столом. Постепенно воспитанники привыкают есть культурно.

Как вести себя за столом

- Не сиди, развалившись.
- Не клади ногу на ногу.
- Не шаркай ногами, не разговаривай.
- Не вертись, не толкай товарища.
- Ешь аккуратно, не проливай на скатерть.
- Кусай хлеб над тарелкой.
- Не откусывай сразу большие куски хлеба. Ешь тихо. Не чавкай.
- Правильно держи вилку, ложку и нож.
- После еды положи ложку и вилку в тарелку.

· Выходя из-за стола, убери стул и поблагодари.  
Формирование культурно-гигиенических навыков за столом  
По мере взросления ребенка его навыки поведения за столом совершенствуются.

**Подача блюд** и прием пищи в обед осуществляется в следующем порядке:  
**в группе раннего возраста:**

воспитатель на раздаточном столе разливает 1 блюдо, разливает 3 блюдо, нарезает хлеб, затем приступает к раскладке 2 блюда.  
дети рассаживаются за каждый стол, воспитатели каждому завязывают нагрудники, и перед ребенком выставляют 1 блюдо, хлеб (категорически запрещается рассаживать детей заранее за пустые столы). По мере съедания 1 блюда выставляют второе, затем 3 блюдо. Столы заранее не сервируют, соблюдается принцип постепенности и последовательности в организации приема пищи.

**в группе раннего возраста**, когда у детей не сформирован навык самостоятельного приема пищи, сотрудники группы участвуют в докармливании детей. Докармливание детей осуществляется с помощью второй ложки. Воспитатели обязательно надевают белые халаты.

**в группе дошкольного возраста:**

-во время сервировки столов дежурные на столы раскладывают индивидуальные салфетки, подставки с бумажными салфетками, тарелки с хлебом, столовые приборы.  
-младший воспитатель разливает III блюдо; в салатницы раскладывает салат; подается первое блюдо; дети рассаживаются за столы и начинают прием пищи с салата  
по мере употребления детьми блюда, младший воспитатель убирает со столов салатники; дети приступают к приему первого блюда; по окончании, младший воспитатель убирает со столов тарелки из-под первого подается второе блюдо;  
прием пищи заканчивается приемом третьего блюда.  
Дежурные садятся за прием пищи первыми, затем помогают младшему воспитателю разносить 2 блюдо и убирать после приема детьми пищи тарелки из-под 1, 2 и 3 блюда. В конце обеда со столов убирают хлебницы, подставки для бумажных салфеток, индивидуальные салфетки, столовые приборы. Воспитанники также могут самостоятельно убирать после приема пищи свои тарелки и индивидуальные салфетки.  
Во время сервировки столов дежурные надевают белые фартуки и колпаки, во время уборки столовых приборов со стола дежурные надевают клеенчатые фартуки.

**Введение столовых приборов:**

2 младшая группа со 2 половины учебного года вводится - вилка;  
Средняя группа со 2 половины учебного года вводятся - нож.  
В старшей и подготовительной группе совершенствуются навыки пользования столовыми приборами (ложка, вилка, нож)

## **Список использованной литературы:**

1. Алямовская В. Г. «Беседы о поведении ребёнка за столом».
2. Курочкина И. Н. «Этикет для детей и взрослых».
3. Островская Л. Ф. «Беседы с родителями о нравственном воспитании дошкольника».