

Консультация для родителей

Дайте ложку!

У многих родителей возникает вопрос, как научить ребенка правильно есть?

В возрасте от 1 до 1,5 лет ребенок может зачерпнуть ложкой густую и жидкую пищу, сам держит чашку и пьет, уверенно берет с тарелки хлеб, печенье.

Аппетит малыша во многом зависит от соответствующей установки на еду и условий приема пищи. За стол ребенок должен сесть после мытья рук, с хорошим настроением. Важно, чтобы у него было постоянное удобное место за столом.

Перед кормлением вымойте малышу руки, усадите его за стол, наденьте салфетку-нагрудник, дайте в руки ложку, в первое время, пользуясь другой ложкой, можно подкармливать малыша, Таким образом, насыщение происходит при активном участии самого ребенка.

Когда малыш пьет, можно придерживать ложку или кружку. Для маленьких детей удобны глубокие тарелки (лучше с крутыми краями), легкие чашки с удобной ручкой и широким дном. Детям раннего возраста следует давать десертную ложку. Обязательно нужно позаботиться о том, чтобы ноги ребенка имели опору, руки лежали на столе, после окончания еды ребенку вытирают губы и щеки салфеткой.

К 3 годам дети делают это сами и, кроме того, прополаскивают рот.