

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №8»

ПРОЕКТ

«ЭТИКЕТ С МАЛЫХ ЛЕТ»

Выполнила:

Максимова В.А.

Ростов ,2020

Вид проекта: информационный, практический, групповой, с привлечением родителей.

Срок реализации: среднесрочный (1.05.2020-31.07.2020)

Проблема: «Хорошо ли быть вежливым?»

Участники проекта: Дети младшей группы, воспитатель, родители.

Цель: создание условий для формирования у детей младшего дошкольного возраста культуры поведения и основ речевого этикета.

Задачи:

- Способствовать расширению представлений детей о правилах хорошего тона для построения настоящих и будущих отношений;
- Способствовать формированию умений свободно общаться в ситуациях повседневности;
- Воспитывать любовь и уважительное отношение к близким и окружающим людям;
- Привлечь родителей к воспитанию у детей культуры общения и поведения.
- Побуждать детей быть внимательными к своим сверстникам, к близким людям, совершать для них добрые дела;
- Уточнить представления детей о добрых и злых поступках и их последствиях,
- Способствовать развитию умений высказывать свою точку зрения.

Актуальность проблемы:

В современном обществе для успешного существования человека необходимо соблюдение правил поведения, принятых в определенных социальных кругах.

Проблема формирования у дошкольников представлений об этических нормах и правилах речевого поведения является очень важной. Ребенку с малых лет нужно прививать этикет. Этикет выражает содержание норм и принципов нравственности. Этические нормы и правила, усвоенные с детства, становятся полезной привычкой. Доброжелательная атмосфера группы способствует успешной адаптации детей в новом коллективе.

Прогнозируемый результат:

1. Умение детей вежливо общаться со сверстниками, родителями, взрослыми.
2. Овладение детьми культурно-гигиеническими навыками. Развитие навыка самообслуживания.
3. Соблюдение детьми элементарных правил поведения за столом.

Подготовительный этап:

- Подобрать методическую и художественную литературу по данной теме.
- Подобрать иллюстрации и дидактические игры.
- Составить перспективный план мероприятий.
- Организация развивающей среды.

Основной этап:

План реализации проекта вместе с детьми и родителями:

Познавательное развитие:

- Беседы с детьми – «Доброе утро», «Давайте познакомимся», «Поздравление, пожелание», «Правила поведения для малышей», «Вежливые слова и поступки», «Как правильно приветствовать друг друга», «Волшебные слова», «Как можно понять настроение человека», «Как правильно вести себя за столом», «Как правильно вести себя в общественных местах», «Телефонный разговор».
- Рассматривание иллюстраций: «Что такое хорошо и что такое плохо?», «Знакомство», «Поведение за столом», «Поведение в магазине» и т. д.
- Просмотр мультфильмов- «Мойдодыр», «Просто так», «Хрюша обижается», «Что такое хорошо и что такое плохо».

Речевое развитие

- Чтение художественной литературы: «До чего же хороши вежливые малыши!» Ю. Кушак, «Давайте хорошему вместе учиться!» В. Степанов, «Я мою руки» М. Яснов; «Я сам» Р. Юдина, «Девочка чумакая» А. Барто; «Федорино горе», «Мойдодыр» К. Чуковский; «Научу обуваться и братца», «Посидим в тишине» Э. Благинина; «Маша и Ойка», «Когда можно плакать» С. Прокофьева, «Митя –сам», «Жадина» Э. Мошковская;
- Использование потешек в режимных моментах (во время умывания, перед обедом и т. д.).
- Заучивание потешек: «Наша Маша маленька», «Раз, два, три, четыре, пять, собираемся гулять», «Вкусная каша».
- Загадывание загадок о вежливости, о правилах личной гигиены.

Социально-коммуникативное развитие

- Уголок сюжетно-ролевых с игровыми наборами разнообразной посуды и столовых принадлежностей, скатертей, салфеток и другого игрового материала (дети играют в с/р игры: «День рождения куклы», «Чаепитие», «Накроем праздничный стол», «Научим кукол правильно вести себя за столом»)
- «Научим куклу Машу сервировке стола к обеду», «Застегни-расстегни», «Научим куклу Катю раздеваться после прогулки», «Замечание», «На дне рождения», «Обращение к взрослому», «Комплименты».
- Игровые упражнения – «Моем руки», «Мы уже большие», «Расскажем лисичке, как правильно кушать», «Покажем зайке, как правильно умываться», «Научим мишку одеваться».
- Сюжетно-ролевые игры – «Семья», «Больница», «Парикмахерская», «В гостях», «Мы едем в транспорте».
- Уголок дидактических игр - дидактические игры по теме проекта;
 - Дидактические игры –«Доскажи словечко», «Вежливая просьба», «Что сначала, что потом».
 - Пальчиковые игры – «Братцы», «Семья», «Строим дом», «Здравствуй», «С добрым утром», «Деток в гости пригласим, пирожками угостим», «Мы капусту рубим...», «Апельсин», «Птенчики в гнезде» и т. д.
 - Игра-театрализация: «Репка», «Колобок», «Теремок».

- Игры – инсценировки «Телефонный разговор», « Невоспитанный Незнайка».
- Наблюдение за трудом няни: моет пол; моет посуду, накрывает на столы.
- Наблюдение за трудом дворника.

Развивающие игры:

- Поручение – «Помоги товарищу».
- Подвижные игры: «Каравай», , «Кто быстрее перенесет игрушки?».

Художественно-эстетическая деятельность

- Лепка – «Угощение для куклы Маши», «Зайкины друзья», «Птенчики в гнездышках», «Посуда для гостей».
- Аппликация –«Домики для птичек», «Поможем маме развесить бельё», «Подарок другу», «Укрась платье для куклы».
- Конструирование- « Домики для лесных гостей», «Мебель для гостей», « Цветы из лего для мамы»,
- Рисование – «Одуванчики для цыплят», «Рыбки в аквариуме», «Платочки и полотенца для мамы», «Чашка для мишки».

Работа с родителями:

- 1.«Памятка для родителей по формированию навыков поведения за столом и приёма пищи у детей младшего дошкольного возраста»
- 2.Памятка для родителей : «Секреты воспитания вежливого ребенка».
- 3.«Консультации для родителей: «Воспитание у детей культурно-гигиенических навыков».
- 4.Фотовыставка «С мамой на кухне»
5. Памятка для родителей «Этикет дома».
6. Консультация «Культура питания в семье»
7. Фотовыставка «С мамой на кухне»

Презентационный этап:

1. Выставка творческих детских работ.
2. Фотовыставка «С мамой на кухне»
3. Игры «Кто больше знает вежливых слов», «Доброе утро».

Ожидаемый результат:

Дети стали более раскрепощены, доброжелательны друг к другу, а именно могли самостоятельно просить прощения у того, кого обидели, использовали в своей речи вежливые слова (спасибо, пожалуйста, здравствуйте, до свидания и т. д). Бережно относились к игрушкам, а также напоминали друг другу, что нельзя бросать игрушки на пол.

Воспитателем собран и систематизирован весь материал по теме проекта. У родителей появился интерес к образовательному процессу, развитию творчества, знаний и умений у детей, желание общаться с воспитателем, участвовать в жизни группы.

Что такое этикет?

Воспитатель:

Солнышко ясное встало

«Доброе утро!» - сказала

«Доброе утро» - кричу я прохожим

Весёлым прохожим на утро похожим.

(Напротив детей на стульчике сидит Хрюша, отвернувшись от всех.)

Воспитатель: Ребята, посмотрите, кто это?

Дети: Это Хрюша!

Воспитатель: Как он тут оказался? Не поздоровался, отвернулся от нас.

Ребята, скажите, что нужно было сделать Хрюше, прежде чем зайти в гости?

Дети: Поздороваться!

Воспитатель: Правильно, ребята!

-«Здравствуйте!»

- Ты скажешь человеку.

-«Здравствуйте!», улыбнётся он в ответ.

-И наверно, не пойдёт в аптеку

-И здоровым будет много лет.

-Хрюша, во все времена верхом не воспитанности и неуважения к окружающим считалось, если человек уклонялся от приветствия или не отвечал на него.

-Как вы думаете, что означает это слово?

(Ответы детей)

Воспитатель: Этим словом мы желаем здоровья, показываем своё доброе отношение, вежливость, воспитанность.

Приветствие - это одно из самых важных правил этикета.

- Ребята, а вы знаете что такое «этикет»?

Я сейчас вам дам ответ.

Это правила такие,

Надо знать их с малых лет!

Что сказать, когда войти,

Как в гостях себя вести,

Что с волшебными словами,

Делать дома и в пути.

Если вежливыми стать,

И воспитанными быть,

То всегда и всюду будут,

Уважать вас и любить!

Воспитатель: Так для чего нужно знать правила «этикета»?

(Ответы детей)

Воспитатель: Ребята, мы с вами знаем, что правил этикета очень много, как вы думаете, где необходимо соблюдать правила поведения?

Но, хочу вам напомнить, что нельзя перебивать друг – друга и говорить надо по одному.

(Ответы детей)

Воспитатель: Молодцы, ребята! Но сегодня мы остановимся на этикете в детском саду, за одно и Хрюшу научим правильному поведению.

- Ребята, какие вежливые «волшебные» слова вы ещё знаете?

(Ответы детей - спасибо, пожалуйста, извините, будьте добры и т.д.)

Воспитатель: В каких случаях нужно говорить «Спасибо!», вежливое слово «Пожалуйста!», когда мы произносим эти слова?

(Ответы детей)

Воспитатель: Все «Волшебные» слова произносятся вежливо, с улыбкой!

Хрюша: Я много понял и сейчас я хочу исправить свою ошибку и всех поприветствовать.

- Здравствуйте, дети!

Воспитатель: Молодец, Хрюша! Вот теперь совсем другое дело!

-А теперь ребята давайте покажем Хрюше, как мы делаем физические упражнения.

Физкультминутка:

Рано утром мы проснулись, - (руки вверх, тянутся)

Сладко – сладко потянулись,

Что бы сон ушёл – зевнули.

Разбудил нас бег на месте, - (бег на месте)

Умывались и плескались,

Зубы вычистить старались, - (имитируют движения)

Причесались аккуратно,

Приоделись аккуратно.

Не хотим мы больше спать - (Грозят пальцем),

Будем весело играть - (Хлопают в ладоши)

Воспитатель: Что надо сказать, Хрюша, детям?

Хрюша: Не знаю!

Воспитатель: Детей надо поблагодарить!

Благодарность - чувство признательности кому-нибудь за помощь, за оказанное внимание и добро. К сожалению мы часто забываем говорить «Волшебные слова», а они так нам всем необходимы!

Какое слово должен сказать, вам, ребята Хрюша?

Дети: Большое спасибо!

Загадки «Вежливые слова»

Хрюша: Спасибо, вам, ребята за помощь!

- А вы мне сможете ещё помочь? Надо отгадать загадки, где нужно будет вставить «Волшебное» слово, я сам пытался разгадать, но у меня ничего не получается.

Воспитатель: Поможем Хрюше, ребята?

Дети: Поможем!

- Встретив зайку, ёж-сосед,
Говорит ему ... (Привет!)
- А сосед ушастый,
- Отвечает: «Ёжик... (Здравствуй!)
- К осьминожке Камбала,
В понедельник заплывла,
А во вторник на прощанье,
Ей сказала (До свиданье!)

- Говорит лиса Матрёна:
«Отдавай мне сыр, ворона!
Сыр большой, а ты мала!
Всем скажу, что не дала!»
- «Ты лиса не жалуйся, а скажи ... (Пожалуйста!)»
- Неуклюжий пёсик Костик
Мышке наступил на хвостик,
Поругались бы они,
Но сказал он ... (Извини!)
- Толстая корова Мула,
Ела сено и чихнула,
Что бы не чихала снова,
Мы ей скажем ... (Будь здорова!)
Воспитатель: Молодцы, ребята!
-А сейчас я приглашаю всех поиграть.

Игра: «Определи поступки»

Воспитатель: Я буду называть поступки, а вы будете обдумывать какой же это поступок. Если поступок хороший - говорим «Да!», а если плохой –«Нет»!»

- -Забирать игрушки у друзей;
- -Помогать взрослым;
- -Кричать, громко разговаривать;
- -Не ссориться с друзьями, стараться играть дружно;
- -Здороваться при встрече;
- -Садиться за стол грязным, неумытым;
- -Следить за своим внешним видом;
- -Говорить спасибо за помощь.

Воспитатель: Молодцы, ребята! Вы справились с заданием!

Ребята, о чём мы с вами говорили сегодня, что нового вы для себя взяли?
(Ответы детей).

Беседы с детьми младшего возраста:

1.Беседа с детьми младшей группы на тему: «Здравствуйте».

Цель: создание благоприятного психологического климата в коллективе:

Ход беседы

Настрой на работу.

- Ребята, давайте встанем в круг. Протяните свои руки вперед и соедините их в середине нашего круга. Давайте постоим тихо, тихо и почувствуем себя солнечными лучиками.

Солнце лучик отпустило

В детский садик поиграть

И просило оно лучик
Малышей не обижать.
Он в окошко смотрит нежно,
В группу входит без труда,
Пробегаются по стенам,
Деткам, заглянув в глаза.

М. Менщикова

- Ребятки, почувствовали себя солнечными лучиками?

Сюрпризный момент.

Раздается стук в дверь.

- Слышите, кто - то стучит. Пойду, посмотрю, кто к нам пришел, а вы садитесь на стульчики. *(Дети садятся на стульчики, которые стоят полукругом, воспитатель заносит игрушечного мишку).*

Введение в тему занятия.

- Здравствуй, Мишка. *(Мишка на приветствие воспитателя не отвечает.)*

- Ребята, почему Мишка не поздоровался со мной? *(Ответы детей.)*

- При встрече все обязательно должны приветствовать друг друга. Если встречаются друг с другом дети, они могут сказать такие слова: **здравствуй, привет, доброе утро, добрый день, добрый вечер.** Если встречаются дети с взрослым, то можно сказать так: **здравствуйте, доброе утро, добрый день, добрый вечер.**

Когда мы здороваемся, мы желаем здоровья этому человеку, в ответ мы тоже слышим слово – здравствуй – и нам тоже пожелали здоровья, мы сделали приятно человеку и нам сделали приятно. У нас хорошее настроение. Хочешь себе здоровья – здоровайся со всеми. При этом надо помнить: когда приветствуешь кого-нибудь, надо обязательно смотреть человеку в глаза, говорить ласково.

- Кому бы вы хотели пожелать здоровья? *(Ответы детей.)*

- Добрый день! - тебе сказали,

- Добрый день! - ответил ты.

Как две ниточки связали -

Теплоты и доброты.

Игра «Давайте здороваться».

Давайте поиграем в игру «Давайте здороваться». Сейчас, передавая мячик, вы поздороваетесь друг с другом, называя ласково по имени того, кому передаете мячик: «Здравствуй, Дима!» ит. д.

Дети передают мячик по кругу. Воспитатель последним передает мячик мишке.

- Здравствуй, Мишка!

- Мишка, почему ты со мной не поздоровался? У тебя что – то случилось?

(Мишка на ушко «рассказывает» воспитателю свою историю.)

- Ребята, послушайте, какая история произошла с Мишкой.

Мишка по лесу гулял,

В лапке шарик он держал.

Шарик в небо улетел,

Мишка громко заревел.

- Ребята, давайте поможем Мишке, подарим ему много шариков.

Упражнение «Скатай шарик».

- Возьмите по листочку бумаги (*квадраты гофрированной цветной бумаги*) в каждую руку. Одновременно пальцами правой и левой руки скатайте шарики. (*Упражнение повторить 2 – 3 раза.*)

- Сколько получилось шариков? (*Много.*)

- Какие получились шарики? (*Разноцветные, красивые.*)

- А как еще можно сделать шарики для Мишки?

Упражнение – рисовалка «Рисуем шарики для Мишки».

Дети садятся за столы.

Ребята, возьмите листочек, карандаш любого цвета, нарисуйте шарики для Мишки по моему заданию:

- один большой круглый;
- один большой овальный;
- один маленький круглый;
- один маленький овальный.

- Мишка, эти шарики мы дарим тебе. А ты можешь подарить их своим друзьям, только при встрече с ними не забывай здороваться.

- Ребята, напомним Мишке, какими словами можно приветствовать своих друзей. (*Ответы детей.*)

Мишка уходит, дети прощаются с ним.

- Мишка ушел, а мы давайте поиграем с нашими ручками.

Стихи руками.

Здравствуй, солнышко лучистое,

Здравствуй, птичка голосистая,

Здравствуй, звонкий ручеек,

Здравствуй, милый мой дружок!

Дети рисуют руками круг.

Махнут руками, как «крыльями».

Выполняют «волну» рукой.

Вытягивают руки вперед, слегка наклоняясь вперед.

Воспитатель дарит каждому ребенку по воздушному шарiku.

2.Беседа с детьми младшей группы на тему: «Давайте познакомимся».

Цель: формировать у детей понятие, что у каждого человека есть имя, побуждать детей к совместной деятельности, развивать коммуникативные навыки, воображение, мышление, диалогическую речь.

Материалы: кукла, мяч, кукольная тарелка.

Воспитатель.

— Ребятки, послушайте, кто-то плачет. Слышите? Пойдемте, посмотрим, кому же так грустно.

Идем и находим куклу, сидящую на стульчике.

Воспитатель.

— Ой, смотрите, какая красивая кукла! Куколка, ты такая красивая. А почему же ты плачешь, расскажи. Может, мои ребятки тебе помогут.

Кукла.

— Я хочу с вами играть и веселиться, как все куклы. Но я не знаю, как меня зовут, у меня нет имени. Я пришла к вам в детский сад из магазина. А как же я буду играть с детками, как же я буду с вами знакомиться? Ведь у вас у всех есть имя, а у меня нет.

Воспитатель.

— Ребята, а давайте поможем куколке выбрать имя! Как мы ее назовем?

Дети называют разные имена, вместе выбираем.

Воспитатель.

— Мы нашли тебе имя — Настя! Настюша, тебе нравится твое новое имя?

Кукла.

— Конечно, очень нравится. Теперь у меня тоже есть имя. Ну вот, можно и с ребятами познакомиться теперь. Я придумала интересную игру!

Кукла.

— Я вам буду бросать вам мяч, по очереди, и называть свое имя, а вы мне будете бросать его назад и называть свое имя. Меня зовут Настя, а тебя?

Воспитатель.

— Меня — Елена Алексеевна. **(И так далее, по кругу)**

Кукла.

— Да, сколько же разных имен на свете. Теперь мы с вами, дети, познакомились! Вижу, вам понравилось играть. Я вам предлагаю еще одну новую волшебную игру! Выходите все ко мне на лесную полянку и давайте немножко отдохнем

Дети становятся в кружок.

(Проводится физминутка).

Воспитатель.

— Спасибо, Настя! Какую интересную игру ты нам показала.

3.Беседа с детьми младшей группы на тему: «Поздравление, пожелание».

Цель: побуждение детей творчески воспроизводить в игре быт семьи, развитие интереса к игре.

Игровой материал:

- кукла, стол, кукольная посудка;
- салфетки,скатерть.

Ход беседы

Воспитатель вносит в группу красивую куклу. Обращаясь к детям, говорит:
- Дети, куклу зовут Оля. У Оли скоро день рождения и она не знает, как ей нужно правильно подготовиться. Она обращается с просьбой к вам ребята:

научите ее, что надо сделать, чтобы подготовиться к празднику - дню рождения?

Воспитатель заручается поддержкой детей и просит их вспомнить, как они вместе с родителями празднуют день рождения дома. Выслушивает рассказы (2-3) детей, поддерживает их в разговоре, выделяя интересные моменты, задает вопросы по ходу беседы с детьми:

- Дом прибирают?
- Дом украшают?
- Готовят вкусный обед?
- Покупают или пекут торт? (Пирог.)
- Готовят развлечения для гостей?
- Именинник наряжается?
- Накрывают праздничный стол?

Воспитатель, подводит беседу к тому, что к дню рождения должен быть накрыт праздничный, красивый стол и задает вопрос:

- А у нас в группе, ребята, кто этим занимается - накрывает столы, сервирует их правильно и красиво? (Ответы детей.)
- Конечно, давайте мы ее попросим, чтобы она нам и кукле Оле показала, как правильно это делать!

Младший воспитатель в красивом переднике выступает перед детьми и проводит презентацию сервировки стола к праздничному мероприятию.

София Николаевна: «Сначала я беру красивую скатерть и застилаю стол, затем, чтобы стол выглядел празднично, я ставлю вазу с цветами, кладу каждому гостю красивую салфетку, затем выставляю на стол праздничный чайный сервиз – каждому ставлю блюдо, чашечку, ложечку кладу с правой стороны. Затем я ставлю на стол вазу с фруктами, конфетницу с конфетами, сахарницу с сахаром и, конечно же, торт! Вот такой получился празднично накрытый стол, теперь можно приглашать гостей!»

Воспитатель и дети: Спасибо, *София Николаевна!*

Воспитатель: Ребята, а что еще происходит на дне рождения.

Дети поздравляют именинника, водят хоровод, танцуют, дарят подарки. Давайте и мы с вами тоже скажем красивые слова и поздравления для нашей именинницы. (Дети поздравляют куклу Олю).

4.Беседа с детьми младшей группы на тему: «Правила поведения для воспитанных детей ».

Программное содержание: Продолжать знакомить детей с правилами безопасного поведения в детском саду и дома. Учить соблюдать эти правила в окружающей обстановке. Воспитывать культуру поведения.

Способствовать сплочению детского коллектива.

Материал: игрушки: Незнайка, зайчик с перебинтованной лапой, кукла, мишка.

Ход: В гости к детям приходят: Незнайка, зайчик, кукла, мишка. Дети здороваются с гостями. Воспитатель спрашивает, почему они такие грустные и не весёлые, что случилось с вами?

Незнайка: Мне очень больно. Я ударился головой о шкаф и теперь у меня большая шишка на лбу. Мне больно-о-о-о.

— Незнайкка, как же так произошло?

Незнайка: Сейчас я играл с ребятами в другой группе, Мы так бегали, веселились, разбросали все игрушки, вот я и споткнулся о кубик, упал и ударился головой о шкаф. Ой, как мне больно-о-о-о.

-Ребята, скажите, разве можно бегать в группе и раскидывать игрушки? (нет, нельзя)

-Почему нельзя бегать в группе, квартире? (Можно упасть , стукнуться, пораниться и будет очень больно).

— Где можно бегать? (в спортивном зале, на улице, площадке)

— Понял, Незнайка как нужно безопасно себя вести, чтобы не случилась с тобой беда?

Незнайка: Теперь я это знаю, спасибо вам, ребята, что научили меня правильно себя вести.

-А с тобой что случилось, зайчишка? Почему у тебя забинтована лапка?

Зайчик: Я пролил на себя горячий чай, когда мы с лисенком завтракали , баловались и вертелись за столом. Вот я и обжег лапку, теперь я не могу прыгать, играть!

-Ребята, давайте зайчонка научит тоже правильно сидеть за столом. Скажите, как ведут себя во время еды воспитанные дети? (Нельзя разговаривать , вертеться, играть)

— Правильно, иначе можно подавиться или пролить на себя горячую пищу. Вот послушайте как надо вести себя за столом.

На себя не проливай,

Суп горячий или чай.

Осторожней будь, когда,

Горяча твоя еда.

Ешь спокойно, не вертись

Над тарелкой не крутись!

Зайчик: Спасибо дети за совет, теперь я знаю как нужно вести себя за столом!

Физминутка: Давайте поиграем с зайчиком и развеселим его.

П/и «Зайка серенький сидит»

Затем обращаюсь к кукле Тане.

— Что с тобой произошло, ты тоже вся какая-то бледная и больная?

Кукла: У меня болит живот. Я на улице съела яблоко и грушу.

— Таня, как ты могла съесть не мытые фрукты, да еще грязными руками? Тебя надо срочно отправлять к врачу.

-Ребята, когда мы хотим что- то съесть, что нужно вначале сделать? (вымыть руки с мылом)

-Можно ли есть грязные овощи и фрукты? (Нельзя, заболит живот)

-Правильно.

Нужно, друзья, за здоровьем следить

И потому полагается мыть

Фрукты и овощи перед едой

Чисто и тщательно теплой водой.

Чтоб не тревожить врачей-докторов

Смоешь микробы -будешь здоров!

Мытое яблоко ярче блестит

Да и живот от него не болит!

— А с тобой что случилось, мишка?

Мишка: Мне очень плохо, У меня болит голова и живот. Я съел мамины таблетки.

— Ой-ой И тебе , Мишка, нужно срочно вызывать врача.

-Ребята, разве можно брать, и есть таблетки и лекарства без взрослых? (Нельзя) Послушайте стихотворение.

Маленькие дети

Обязаны узнать!

Пилюли и таблетки

Тайком нельзя глотать!

И если не больны вы

В таблетках только вред

Глотать их без причины,

Нужды , поверьте, нет!

Ведь отравиться можно,

И даже умереть!

Так будьте осторожней

Зачем же вам болеть?

— Дети, вы не хотите болеть? (нет).

Значит, лекарства, и таблетки ни когда не будем брать сами.

— Ребята, давайте еще раз напомним нашим гостям, как нужно вести себя воспитанным детям.

-Нельзя бегать и раскидывать игрушки, за столом как сидим? (не разговариваем и не вертимся)

Перед едой мы всегда что делаем? (моем руки)

Без взрослых мы никогда не берем что? (таблетки, лекарства)

-Молодцы дети, эти правила, мы будем всегда соблюдать и тогда с нами не случиться ни какая беда! А куклу Таню и мишку мы сейчас покажем врачу.

5.Беседа с детьми младшей группы на тему: «Вежливые слова и поступки».

Цель. Учить детей пользоваться словесными формами вежливости. Приучать детей к мысли, что без вежливых слов очень трудно обходиться в любом обществе.

Учить внимательно слушать чтение воспитателя, отвечать на вопросы.

Воспитывать общую культуру поведения с воспитанием доброго, уважительного отношения друг к другу.

Развивать коммуникативные навыки детей.

Ход беседы

Коммуникативная игра «Здравствуйте!»

Здравствуйте, ладошки!

Дети вытягивают руки, поворачивая ладонями вверх-вниз.

Хлоп-хлоп-хлоп!

Три раза хлопают в ладоши.

Здравствуйте, ножки!

Дети выполняют «пружинку».

Топ-топ-топ!

Топают ногами.

Здравствуйте, щеки!

Гладят ладонями щеки.

Плюх-плюх-плюх!

Три раза слегка хлопают по щекам.

Пухленькие щечки!

Делают круговые движения кулачками по щекам.

Плюх-плюх-плюх!

Три раза слегка ударяют кулачками по щекам.

Здравствуйте, губки!

Покачивают головой вправо-влево.

Чмок-чмок-чмок!

Три раза щелкают губами.

Здравствуйте, зубки!

Качают головой вправо-влево.

Щелк-щелк-щелк!

Три раза щелкают зубами.

Здравствуй, мой носик!

Гладят нос ладонью.

Бип-бип-бип!

Три раза нажимают на нос указательным пальцем.

Здравствуйте, гости!

Протягивают руки вперед, ладонями вверх.

Привет!

Приветственно машут рукой над головой.

Чтение сказки С.Прокофьевой «Сказка о невоспитанном мышонке» с показом картин на фланелеграфе.

Жил в лесу один невоспитанный Мышонок.

Утром он никому не говорил «Доброе утро».

А вечером никому не говорил «Спокойной ночи».

Рассердились на него все звери в лесу. Не хотят с ним играть. Ягодами не угощают. Грустно стало мышонку. Рано утром прибежал Мышонок к Маше и говорит:

- Маша, Маша! Как мне помириться со всеми зверями в лесу?

Маша сказала Мышонку:

- Утром надо всем говорить «Доброе утро». А вечером надо говорить «Спокойной ночи». И тогда все с тобой будут дружить.

Прибежал Мышонок к зайцам. Всем зайцам сказал «Доброе утро».

И папе и маме и бабушке и дедушке и маленькому зайчонку.

Улыбнулись зайцы и дали Мышонку морковку. Побежал Мышонок к белкам.

Всем белкам сказал «Доброе утро». И папе и маме и бабушке и дедушке и маленькому Бельчонку. Засмеялись белки и дали Мышонку орех без скорлупы.

По всему лесу Мышонок пробежал. Всем сказал «Доброе утро».

Прибежал Мышонок к высокой сосне. На самой верхушке сосны свила себе гнездо Лесная Птица. Полз мышонок на сосну. А сосна высокая – высокая.

Ползет мышонок вверх. Проплыло мимо Белое Облако.

- Доброе утро! – крикнул Мышонок Белому Облаку.

- Доброе утро! – Ответило Белое Облако.

Ещё выше ползет Мышонок. Пролетел мимо Самолет.

- Доброе утро, Самолет! – Закричал мышонок.

- Доброе утро, Мышонок! - Громко прогудел Самолет.

Наконец добрался до вершины дерева.

Доброе утро, Лесная Птица! – сказал Мышонок. – Ох как долго я до тебя добирался!

Лесная Птица засмеялась:

- Спокойной ночи, Мышонок! Посмотри уже темно. Уже ночь наступила.

Уже пора всем говорить «спокойной ночи»

Посмотрел Мышонок вокруг – правда: небо совсем темное, а на небе звезды.

- Садись ко мне на спину, Мышонок. Я отнесу тебя домой, к твоей маме, - сказала Лесная Птица. – А завтра я полечу по всему лесу и всем расскажу, какой ты стал хороший и вежливый.

Вопросы к детям:

Понравилась ли вам сказка?

Почему все звери в лесу рассердились на мышонка?

Что сказала Маша?

Что сделал мышонок?

Физкультминутка.

Покажите, какой Мышонок маленький.

(Дети приседают на корточки, обхватывают колени руками.)

Покажите, какая большая девочка Маша.

(Дети встают, поднимаются на цыпочки, тянут руки вверх.)

Покажите, как прыгают Зайцы.

(Прыжки на двух ногах на месте.)

Покажите, как Белки перепрыгивают с ветки на ветку.

(Дети приседают на корточки и делают прыжок вперед.)

Покажите, как наклоняется под ветром Сосна.

(Наклоны в сторону.)

Покажите, как машет крыльями Лесная Птица.

(Дети машут руками.)

Воспитатель.

Молодцы! А теперь еще раз посмотрите на рисунки.

Мышонок встретил Зайцев утром. Какие слова он может выбрать для того, чтобы с ними поздороваться?

Дети. Доброе утро.

Воспитатель. Белочек мышонок встретил днем. Что он должен им сказать?

Дети. Добрый день.

Воспитатель. А до Лесной птицы он добрался только к вечеру. Как ее приветствовать?

Дети. Добрый вечер.

Воспитатель. А теперь мы с вами поиграем в игру «Отгадай доброе слово». Кто правильно отгадает, получит солнышко.

Если встретился знакомый,

Хоть на улице, хоть дома-

Не стесняйся, не лукавствуй.

А скажи погромче... (здравствуй)

Когда нас бранят за шалости,

Мы говорим... (извините, пожалуйста)

Порвал Воробей

Паутинные нити.

Чирикнул смущенно:

Ну... (извините)

Если словом или делом

Вам помог кто-либо,

Не стесняйтесь громко, смело

Говорить... (спасибо)

Ходит Мишка косолапый

Волку наступил на лапу.

Волк кричит: «Ай-ай-ай!»

Мишка: «Лапу убирай!» (извините)

Это слово ходит следом

За подарком, за обедом,

Это слово говорят

Всем, кого благодарят. .. (спасибо)

Если сон смыкает очи

И тебя отправят спать,

Всем скажи:.... (спокойной ночи)

А потом иди в кровать.

А в минуту расставания

Всем скажите... (до свидания)

Воспитатель. Молодцы ребятки. Посмотрите как ваше солнышко радуется. Давайте мы тоже улыбнемся друг другу и всегда будем говорить только добрые слова.

6.Беседа с детьми младшей группы на тему: «Как правильно приветствовать друг друга».

Дорогие ребята! Давайте поговорим сегодня о том, как люди приветствуют друг друга при встрече.

Вспомните, какие вежливые и добрые слова мы употребляем при этом.

Верно! «Здравствуйте» — хорошее, доброе слово! Ведь, сказав его, мы желаем человеку здоровья.

Куда бы вы ни пришли — в гости к друзьям, в детский сад, в магазин или поликлинику, — везде нужно сказать вежливое слово: «Здравствуйте»! Недаром одно из правил вежливости гласит: «Всюду сначала поздоровайся».

Раньше в русских деревнях был прекрасный обычай здороваться со всеми, кто шел навстречу, — со знакомыми и даже незнакомыми людьми. Так приятно быть вежливым и желать человеку доброго здоровья!

Представьте себе, что вы идете с папой, мамой или бабушкой на прогулку и встречаете знакомого человека.

Что нужно сделать, поравнявшись с ним?

Правильно, поздороваться.

А как лучше поздороваться?

Лучше всего остановиться на минутку или замедлить шаги, приветливо улыбнуться, дружелюбно посмотреть человеку в глаза и негромко, но четко сказать: «Здравствуйте».

Какие еще слова приветствия вы знаете?

С добрым утром или доброе утро, добрый день, добрый вечер, спокойной или доброй ночи. Конечно, очень легко догадаться, что, приветствуя человека утром, мы говорим: «С добрым утром!» или «Доброе утро!»; днем — «Добрый день!», а вечером — «Добрый вечер!». Наконец, укладываясь в постель спать, мы желаем домашним — маме и папе, бабушке и дедушке, братьям

и сестрам — «Спокойной ночи!». Представьте, что вы только что проснулись, открыли глаза и еще нежитесь в теплой кровати. Мама склоняется к вам, мягко щекочет пушистыми волосами, целует в щечку и ласково говорит: «С добрым утром!»

Послушайте стихотворение.

С добрым утром!

С добрым утром, дочка!

Пролетела ночь.

Небо блещет перламутром.

С добрым утром, с добрым утром!

Вы тоже целуете и обнимаете маму и желаете ей доброго утра:

«С добрым утром, дорогая,

Мама милая, родная!» —

Крепко маму обнимаю,

Утра доброго желаю!

Потом вы встаете, одеваетесь, причесываетесь, словом, приводите себя в порядок, чтобы иметь опрятный вид, и идете завтракать на кухню. Конечно, вы желаете всем домашним доброго утра.

7.Беседа с детьми младшей группы на тему : «Как можно понять настроение человека».

Цель: Развитие эмоциональной сферы ребенка.

Воспитывать доброжелательность, сочувствие. Развивать умение понимать свои чувства и чувства других.

Воспитатель говорит и показывает действия, дети повторяют за ним.

Доброе утро, глазки! Вы проснулись? *(Поглаживание век).*

Доброе утро, ушки! Вы проснулись? *(Растирание мочек ушей пальчиками).*

Доброе утро, ручки! Вы проснулись? *(Хлопки руками).*

Доброе утро, ножки! Вы проснулись? *(Потопать ногами).*

Доброе утро, солнышко! Я проснулся. *(Улыбнуться и протянуть руки к солнышку).*

1. Беседа «Как можно понять настроение человека?»

- А теперь поговорим о настроении. Настроение - это душевное состояние.

-У доброго человека- настроение веселое, доброе, светлое, радостное, прекрасное.

-У злого - настроение мрачное, сердитое, угрюмое. (По выражению лица, мимике.)

2. Аня, покажи какое у тебя сегодня настроение?

Максим, покажи и ты какое у тебя сегодня настроение?

Это хорошее или плохое настроение?

А каким еще бывает настроение?

Ответы детей: (Злое, радостное, грустное, печальное, удивленное,)

3. Давайте вспомним, как меняется выражение лица, покажем:

Когда нам грустно - мы делаем так.

Когда мы удивлены - делаем вот так.

Когда мы напуганы - мы вот такие.

Когда мы злимся - мы уже такие.

А когда радуемся - то вот такие.

- А что нам может испортить настроение? (Болезни, плохая погода, страх, обида.)

4. Упражнение «Волшебный мешочек».

В мешочек волшебнику предлагается сложить все отрицательные эмоции: злость, обиду, гнев. В волшебном мешочке лежат три конвертика.

Воспитатель: Ребята давай мы сейчас вместе с вами поколдую на волшебный мешочек.

Воспитатель вынимает из волшебного мешочка конвертики с разрезными картинками, эмоции радости. Дети собирают из частей в целое.

(Затем повторяют изображение собранной своей мимикой)

5. Упражнение «Правила вежливости»

Стучится в дверь кукла Катя, кукла Катя зашла в комнату не поздоровалась. Воспитатель здоровается с куклой Катей и говорит поучись правилам вежливости.

- Ребята давайте вместе будем учить Катю словам вежливости «Доброе утро, Добрый день, Здравствуйте, До свидания, Спокойной ночи, Приятного аппетита, Спасибо»

Физминутка

В одной стране жил царь-Горох,

И делал он зарядку.

Он головой крутил, вертел. (Вертеть головой)

И танцевал впрыскалку.

(Руки на поясе, сначала одна нога вперед, потом другая.)

Плечами уши доставал. (Поднимать плечи)

И сильно прогибался. (Наклон вперед.)

Руками небо доставал (Руки вверх.)

И славно улыбался. (Руки в стороны.)

Воспитатель: кукла Катя ты сегодня многому научилась, вежливым словам.

И никогда не забывай волшебные слова. Кукла Катя прощается и говорит: До свидания!

Молодцы! Я вами очень довольна!. Большое спасибо.

8.Беседа с детьми младшей группы на тему: «Как правильно вести себя за столом».

Ход беседы:

-Ребята, сегодня мы с вами поговорим, как правильно вести себя за столом.

За столом нужно вести себя прилично, особенно если вы находитесь в гостях.

Иначе все станут над вами смеяться. А с предметом насмешек никто не захочет дружить.

-Прежде всего, нужно избавиться от вредных привычек. Часто дети смущаются от того, что на них все смотрят. Вот и не знают, куда девать руки, ноги.

Вот и начинают ковырять в носу, болтать ногами, подтягивать носки, чесаться и т..д.

Вот послушайте стихотворение:

ЕСЛИ ТЫ...

Если ты воспитанный и гордый,

Ты в гостях не слижешь розу с торта.

И не станешь, словно жадный нищий,

Из кусков выискивать кусище.

И тебя еще сто раз подряд

Непременно в гости пригласят.

Ребята, а как нужно правильно есть? Вот послушайте несколько советов.

- Пережевывайте пищу с закрытым ртом. Представьте себе человека, изо рта которого все время сыплются крошки. И еще слюни текут! Правда, это не вы?

- С полным ртом не разговаривайте. Сначала прожуйте и проглотите, а потом уже и говорите. Если не передумаете.

- Не «чавкайте», не чешите голову за столом, это не только некрасиво, а еще волосы могут попасть в еду.

- Не делайте ничего, что могло бы помешать вашим соседям по столу. Не ставьте локти на стол. Не вертитесь. Не толкайтесь. Вообще не занимайте собой слишком много места. (Высказывание детей)

- Не нужно болтать ногами, поправлять одежду, совершать суетливые ненужные действия.
 - Не откусывайте слишком больших кусков, это некрасиво, кроме того, существует реальная опасность подавиться, закашляться, и это опасно для жизни.
 - Не нужно дуть на горячее блюдо. Подождите, пока само остынет. Если дуть в суп, то можно забрызгать и себя, и соседей по столу.
 - Если приглянулось блюдо на другом конце стола, не тянитесь за ним. Этак можно руками сбить чужой стакан. И скатерть зальется, и сами испачкаетесь.
- А особенно неприятно, если опрокинешь что-то на соседа. Тут извиняйся – не извиняйся, а костюм испорчен. И настроение тоже.
- Не нужно облизывать пальцы, нужно вытереть их салфеткой.

А как нужно есть хлеб? (высказывания детей: откусывай - и все тут)

А вот и нет! Нужно аккуратно отламывать от большого ломтя маленькие кусочки и класть их в рот.

Что делать, если в тарелке осталось немного супа? Ложкой уже не зачерпнуть.

(Ответы детей) Если наклонить к себе, можно обрызгать брюки или юбку, а если от себя, то запачкается скатерть. Поэтому лучше оставить немножко супа несъеденным.

А что нужно желать людям, которые кушают? Конечно, нужно желать «Приятного аппетита!» А вам ответят «Спасибо»

Я надеюсь, что вы будете следовать этим нехитрым правилам, и о вас никто и никогда не скажет, что вы не умеете вести себя за столом!

9.Беседа с детьми на тему: «Как правильно вести себя в общественных местах».

Естественное вхождение ребенка в общество во многом зависит от его поведения и культурных навыков: воспитанному человеку намного легче влиться в коллектив, наладить отношения с окружающими, завоевать уважение и признание взрослых и сверстников. Поэтому обучение правилам поведения ребенка в обществе – одна из ключевых задач воспитания детей.

Правила поведения детей в общественных местах

В общественных местах, будь то театр, музей, зоопарк или транспорт, дети постоянно сталкиваются с другими людьми. Благодаря соблюдению несложных правил поведения ребенка в обществе, формируются навыки культуры поведения.

Прежде всего, малыш должен запомнить, что в общественных местах разговаривают негромко, ни в коем случае нельзя кричать, если только на это есть веская причина. Особенно это правило касается музеев и театров. Ребенок должен отчетливо понимать цель прихода в то или иное культурное заведение. Для этого дома заранее обговаривается, как правильно вести себя в таких местах. Но одних разговоров мало, должна существовать целая система воздействия, чтобы ребенок постепенно учился правильному поведению. Например, необходимо с малых лет водить сына или дочь в театр, тогда, благодаря подсказкам родителей, они быстрее научатся хорошим привычкам.

Второе правило поведения детей в общественных местах гласит о том, что в театре во время представления неприлично шелестеть фантиками, что-то есть или пить. Для этого существуют буфет и антракт. Необходимо объяснить ребенку, почему, к примеру, в кинотеатре можно пить кока-колу и есть попкорн, а в театре нельзя. Малыш должен подробно и несколько раз услышать от взрослого о тех требованиях, которые предъявляются к посетителям в театре.

Наконец, третье правило поведения детей в общественных местах гласит о том, как вести себя в музеях и на выставках. Нужно объяснить ребенку, что нельзя входить с мороженым или напитками, а также запрещается трогать экспонаты руками. Во время экскурсии необходимо внимательно слушать экскурсовода. Чтобы заинтересовать ребенка, можно заранее рассказать ему о предстоящей выставке и сформировать у него потребность познакомиться с экспонатами лично. В этом случае малышу будет легче управлять своим поведением.

Поведение детей в общественном транспорте

Принятые нормы поведения в общественном транспорте:

- При входе в транспорт необходимо пропускать женщин с детьми или пожилых людей;
- Не нужно стоять у входа и загромождать проход пассажирам, готовящимся к выходу;
- Необходимо всегда уступать место инвалидам, пожилым людям, женщинам с детьми и беременным;
- Двигаясь в толпе пассажиров, нельзя помогать себе локтями, лучше попросить голосом, а не толкаться;
- При чихании или кашле, необходимо закрывать рот руками или платком;
- Нельзя пить или есть в общественном транспорте, так как можно случайно испачкать одежду соседнего пассажира или сиденье вагона;
- Находясь в салоне, не нужно громко разговаривать или смеяться.

Эти правила очень просты и доступны каждому. Неплохо сопровождать их такими словами как «Благодарю Вас», «Будьте добры», «Спасибо» и «Пожалуйста».

Обучение детей поведению в общественных местах, как и любое другое воспитательное действие, требует педагогических усилий от родителей, воспитателей и учителей. Ребенок не знает правил, поэтому их ему необходимо объяснять, причем не раз. И не стоит забывать о том, что дети подражают взрослым во всем, а значит, лишь собственным положительным примером можно научить ребенка культуре поведения.

Как вести себя на улице

Перед тем как выйти из дома, следует внимательно осмотреть себя в зеркале. Обувь и одежда должны быть чистыми, прическа аккуратной.

Встретив на улице знакомого человека, нужно поздороваться первым. Однако не следует кричать приветствие и размахивать руками, если между вами большое расстояние.

Стоит помнить, что в нашей стране правостороннее движение. Это касается не только транспорта, но и пешеходов. Правила поведения в общественных

местах подразумевают, что идя по тротуару нужно придерживаться правой стороны, чтобы не мешать остальным пешеходам.

Пытаясь обогнать кого-нибудь, нельзя толкаться локтями. Следует извиниться и попросить идущего впереди человека уступить вам дорогу. Если об этом просят вас, отойдите в сторону и пропустите пешехода.

Старшим нужно уступать дорогу, а также придерживать двери, пропуская их вперед, при входе или выходе из зданий

Показывать на кого-либо или что-либо пальцем считается неприличным.

Фантики, бутылки и другой мусор нужно выкидывать в специальные урны.

Правила поведения в общественных местах учат вежливости. Не следует кричать, а тем более ругаться. Разговаривать нужно так, чтобы слышал только собеседник.

Если отец и мать гуляют с ребенком, он идет между ними.

Младшие должны уступать дорогу старшим, мужчины – женщинам. Если на пути встретились люди одинакового возраста и пола, пропустит вперед более вежливый.

Кашляя или чихая в общественном месте, необходимо прикрывать рот и нос платком или ладонью.

Поведение в общественном транспорте

К общественному транспорту относятся автобусы, трамваи, троллейбусы, маршрутные такси и метро. Правила поведения детей на улице разъясняют, как обходить стоящий на остановке транспорт. Автомобиль, автобус и троллейбус обходить следует только сзади, а трамвай – спереди. При этом нужно обязательно посмотреть по сторонам дороги.

Заходя в транспорт, надо пропустить вперед старших и женщин. Выходить первым должен мужчина, чтобы подать руку и помочь спуститься своей

спутнице. Женщинам и пожилым людям следует уступать места. Войдя в общественный транспорт, надо оплатить проезд и занять свободное место. Во время движения обязательно держитесь за поручни, чтобы при торможении не толкнуть рядом стоящего пассажира.

10. Беседа с детьми младшего возраста на тему: «Телефонный разговор».

- Перед тем как набрать телефонный номер с начала следует подумать, нужно ли звонить вообще, чтобы кого-то беспокоить.
- В начале разговора поздоровайтесь. Представьтесь. Вежливо попросите друга к телефону. Обязательно поблагодарите за ответ, даже, если вашего друга не оказалось дома. Попрощайтесь.
- В начале разговора поздоровайтесь. Представьтесь. Вежливо попросите друга к телефону. Обязательно поблагодарите за ответ, даже, если вашего друга не оказалось дома. Попрощайтесь.
- Телефонный разговор должен быть кратким. Если нужно обсудить какой-то важный вопрос, лучше сделать это при встрече.
- Нельзя начинать телефонный разговор с вопроса: «А кто это?» Никто не обязан тебе представляться — это ты звонишь и беспокоишь людей.
- «Алло» — специальное телефонное слово. Вместо него можно также использовать короткое «да» или «слушаю».
- Не следует звонить по телефону часто и в позднее время.
- Никогда не обращай по телефону к незнакомому человеку на «ты», даже если тебе показалось, что ответил ребёнок.
- Нельзя долго и громко разговаривать по мобильному телефону в общественных местах.
- В театре, в библиотеке, в музее, на экскурсии, на концерте мобильные телефоны необходимо отключать.

Консультация для родителей

«Культура питания в семье»



Для того, чтобы ваш ребёнок всё знал о культуре питания Вам нужно точно знать в каком возрасте, что можно объяснить своему ребёнку и какие умения и навыки можно закреплять и развивать дома.

Вся работа начинается от процесса формирования у ребёнка культуры поведения за столом и знакомства со столовым этикетом. Доказано на практике, что эти умения позволят ему в дальнейшей жизни чувствовать уверенно себя за столом, быть обходительным в застольном общении.

В каждой возрастной группе воспитатели стараются выработать правильное отношение к разным блюдам, учат обязательно мыть руки перед едой, правильно сидеть за столом. Ребёнок должен знать, что сидя за столом, нельзя откидываться на спинку стульчика, нельзя ставить и расставлять локти на стол. С самого раннего детства учат самостоятельно правильно применять столовые приборы за столом и не забывать, что во время еды нужно не спешить, не набивать рот, не отвлекаться и не играть столовыми приборами.

Всё обучение происходит в прямом соответствии с возрастом ребёнка. На столиках должны быть хлебница, салфетница. Старайтесь это делать и у себя дома. Ведь Ваше участие в этой работе должно быть обязательно! Дома во

время завтрака демонстрируйте ребёнку правила этикета, покажите необходимость их соблюдения на практике.

Приём пищи должен начинаться с салата или овощей, затем первое блюдо и потом второе. Постарайтесь также делать и дома!

Культура питания для самых маленьких

Питание ребенка – одна из главных тем, волнующих родителей. Заботясь о правильном питании своего малыша, родителей больше беспокоят вопросы: какими полезными продуктами нужно кормить кроху и какие блюда приготовить, в то время как на задний план уходит воспитание у ребенка культуры потребления пищи. Да и сами взрослые далеко не всегда являются хорошим примером для своих малышей, часто перекусывая на бегу, на краю стола, заваленного посторонними предметами, сидя перед телевизором или компьютером. Между тем, полноценное и гармоничное развитие ребенка невозможно без формирования у него культурно-гигиенических навыков, которые включают в себя знание и соблюдение правил личной гигиены, умение вести себя за столом, следование этикету и соблюдение принципов здорового питания. Очень важно воспитывать культуру потребления пищи с раннего возраста, так как именно в детстве закладываются многие привычки, которые в дальнейшем формируют образ жизни, в том числе отношение человека к питанию и к своему здоровью.

Всему основа – гигиена.

Пищевая культура неразрывно связана с гигиеной питания, никакие хорошие манеры не будут иметь значение, если при этом садиться за неубранный стол с немытыми руками. Поэтому обучение малыша культуре питания должно начинаться с соблюдения правил личной гигиены. Чем старше становится ребенок, тем активнее он взаимодействует с окружающим миром и тем чаще сталкивается с микробами и вирусами, являющимися возбудителями различных заболеваний. Незрелость многих систем делает детский организм особенно беззащитным перед неблагоприятными факторами окружающей среды. В отличие от взрослых кислотность желудочного сока у детей раннего возраста значительно ниже, относительно невысока активность пищеварительных ферментов, а иммунная система кишечника до конца не сформирована, поэтому бактерии, вирусы и яйца гельминтов, попавшие в организм крохи, например с грязными руками, могут беспрепятственно проникать из желудка в нижележащие отделы пищеварительного тракта и, гораздо чаще чем у взрослых, вызывать различные заболевания. Поэтому очень важно, чтобы с самого раннего детства малыш усвоил следующие правила гигиены:

— нужно обязательно мыть руки с мылом перед едой (а также после посещения туалета, после любых контактов с животными, с землей или песком, по возвращении с улицы домой);

- нельзя пробовать немытые овощи, фрукты и ягоды;
- нельзя кушать поднятую с пола еду.
- принимать пищу нужно только за столом. Есть на ходу, на улице, в транспорте, в магазине, прикасаясь к пище немытыми руками, негигиенично и некрасиво.

Несмотря на свою простоту, эти правила помогут сохранить здоровье ребенку и другим членам семьи и избежать многих неприятных и опасных заболеваний, таких как острые кишечные инфекции, вирусный гепатит А, заражение гельминтами и т. д.

Мытье рук перед едой должно стать для ребенка естественной и неотъемлемой частью приема пищи. Приучать малыша мыть руки перед едой нужно как можно раньше, начиная с первых «настоящих» приемов пищи. Сначала родители моют руки малышу сами, постепенно давая ему все больше самостоятельности.

Место для еды

Желательно, чтобы у ребенка было свое определенное место для еды. Наличие собственного обеденного места поможет лучше организовать кормление и сформировать у ребенка привычку принимать пищу только за столом, а также даст возможность малышу почувствовать свою значимость и ощутить себя полноценным членом семьи. Когда ребенок сидит за столом, его спина должна касаться спинки стула, локти малыша должны находиться на уровне поверхности стола, а ноги, согнутые в коленях под прямым углом, упираться в перекладину стула или стоять на полу, при этом тарелка с едой должна стоять на уровне груди малыша.

В первую очередь ребенок должен усвоить следующие правила поведения за столом:

кушать за столом необходимо красиво и аккуратно, чтобы не испортить аппетит и настроение окружающих.

сидеть за столом следует ровно, не разваливаясь на стуле, не раскачиваясь. Ребенок не должен горбиться, низко наклоняться к тарелке, сидеть с поджатыми под себя ногами, ставить локти на стол. У ребенка, родители которого не уделяют должного внимания правильной позе за столом, привычка неправильно сидеть очень быстро закрепляется и в дальнейшем увеличивается риск развития различных нарушений осанки.

во время еды нельзя спешить, отвлекаться, набивать рот слишком большим количеством пищи, разговаривать с полным ртом, чавкать. Все это не только некрасиво и неприятно для окружающих, но и нарушает процесс пережевывания пищи. Тщательное пережевывание пищи является

необходимым условием хорошего пищеварения, так как процесс переваривания начинается уже в ротовой полости.

принимая пищу нельзя играть с едой, посудой, столовыми приборами, особенно вилкой, так как можно пораниться, подавиться, опрокинуть на себя горячую пищу.

не следует запивать пищу большим количеством жидкости (водой, соком, молоком). Такая привычка часто формируется в детстве и является вредной для пищеварения. Во-первых, напитки ослабляют действие слюны на пищу, снижая активность ее ферментов. Во-вторых, при запивании человек часто глотает, не разжевывая, что увеличивает нагрузку на желудок и кишечник. В-третьих, жидкость, поступающая в желудок вместе с пищей, снижает концентрацию желудочного сока, и в результате – пищеварение замедляется и пища хуже усваивается. Диетологи рекомендуют запивать лишь сухую пищу небольшим количеством воды.

После того как малыш усвоит основные правила, родители должны объяснить ребенку, что не следует лезть своей ложкой в тарелку, поставленную для всех, нельзя также лезть пальцами в общую солонку, так как это может быть неприятно людям, которые сидят рядом за столом. Помимо этого, ребенок должен знать, что нельзя выбирать для себя лучшие кусочки из общего блюда, показывая тем самым, что мы лучше других, ведь люди относятся к нам так же, как и мы к ним. По мере взросления ребенка список правил хорошего тона будет все больше расширяться.

Здоровое питание.

Помимо приобретения вышеперечисленных навыков, воспитание культуры питания подразумевает формирование у ребенка правильного отношения к еде. Употребление «здоровых» продуктов, умеренность в еде, разнообразное питание должны с раннего детства стать основой для формирования пищевого поведения ребенка, чтобы впоследствии сложиться в образ жизни. Но привить ребенку эти ценности возможно, только в случае если все члены семьи придерживаются принципов здорового питания.

Секреты воспитания вежливого ребенка

Ваш ребенок будет вежлив и воспитан, если Вы, уважаемые родители, ведете себя:

- Деликатно по отношению ко всем окружающим, тем более по отношению к своим друзьям.
- Никогда не оскорбляете человеческого достоинства своего сына или дочери, не кричите на своего ребенка, не говорите при нем или при обращении к нему грубых слов и ни в коем случае не применяете в виде воспитательной меры физические наказания.
- Не делаете бесконечных замечаний по пустякам, а, где только возможно, поощряете самостоятельность своего ребенка.
- Предъявляете к детям единые требования и, если кто-то из вас не согласен с замечаниями другого, то высказываете только в отсутствие ребёнка.
- Предъявляя ребенку какие-то требования, предъявляете их и себе.
- Уважаете достоинство маленького человека, исключив слова: "Ты ещё маленький", "Тебе еще рано".
- Не забываете говорить ребенку "пожалуйста", "спокойной ночи", "спасибо за помощь", а также часто используете похвалу.
- Правила культурного поведения прививаете детям систематически, а не от случая к случаю.





С раннего детства важно приучать ребенка есть аккуратно, беззвучно, правильно пользоваться приборами и салфетками. Правила правильного поведения за столом необходимо показывать на собственном примере. Старайтесь ежедневно устраивать обед или ужин за семейным столом. Даже если он будет длиться не больше получаса, это позитивно скажется на воспитании ребенка.

С самого маленького возраста **приучайте** ребенка мыть руки перед едой.

- **Позволяйте** малышу принимать пищу исключительно за обеденным столом.



Напоминайте, что за обеденный стол садятся не для игр и развлечений. Поэтому игрушки, книжки, а также телевизор во время еды недопустимы.



➤ **Объясните**, что раскачиваться на стуле или играть со скатертью ни в коем случае нельзя. Ведь так можно упасть или стянуть скатерть и опрокинуть на себя горячий суп.

Не разрешается закидывать ногу на ногу, вытягивать ноги под столом или же обхватывать ними ножки стула.

- За столом надо сидеть надо прямо, не сутулясь, **нельзя шалить** и облокачиваться на стол.

Не позволяйте ребенку за столом играть с едой, лезть руками в тарелку. **Не развлекайте** его, рассчитывая, что так он съест больше.



ВЕЖЛИВІЕ ФРАЗЫ ПРИ ОБЩЕНИИ ПО ТЕЛЕФОНУ

- «Алло», «Я Вас слушаю»
- «Извините за беспокойство»
- «Кто у телефона?»
- «Можно Вас побеспокоить?»
- «Перезвоните, пожалуйста»
- «Вас не затруднит?»
- «Кому надо перезвонить?»
- «Повторите, пожалуйста»
- «Что я могу передать?»
- «Можно вас попросить?»
- «Отлично слышу»
- «С удовольствием»
- «Спасибо, что позвонили»
- «Минуточку»
- «Да», «Хорошо»
- «Всего хорошего»
- «Приятно с вами побеседовать»
- «Рад (-а) Вас слышать»
- «Вы располагаете временем?»
- «Удобно ли для Вас время разговора?»
- «Неприменно выполню Вашу просьбу»
- «Позвоните, пожалуйста завтра»
- «Оставьте Ваше сообщение, я передам»



ФРАЗЫ-ПРИВЕТСТВИЯ В ОБЩЕНИИ

Наиболее часто встречающиеся выражения, фразы,
слова приветствия в общении людей:

- «Доброе утро»
- «Добрый день (вечер, ночь)»
- «Доброго времени суток»
- «Доброго здоровья»
- «Здравствуй (-те)»
- «Мир вашему дому»
- «Приветствую тебя (вас)»
- «Моё почтение»
- «Нижайший поклон»
- «Очень рад вас (тебя) видеть»
- «Приветствую»
- «Приятно снова вас (тебя) видеть»
- «Рад (-а) встрече с вами»
- «Рад (-а) приветствовать вас (тебя)»



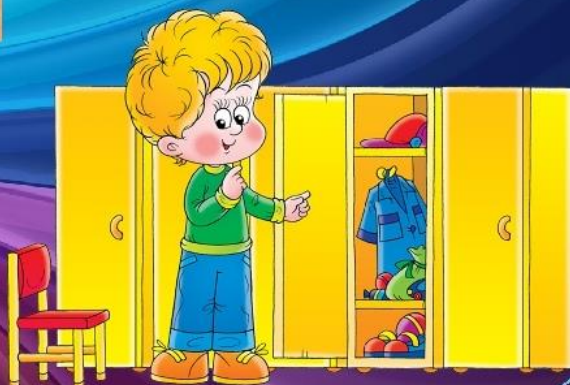


Одеваемся...



Собери носок в гармошку,
И надень его на ножку.
Ты другой носок возьми
Точно так же натяни.
А теперь скорей вставай
И штанишки надевай.

Вот колготки, посмотри,
Они сшиты изнутри,
Ты дружок, не жвай,
Налицо их одевай.
Что смеешься, не шушу
Как надеть их, научу.
На свое лицо не надо
Нам колготки надевать



Умывание после сна.

Кран, откройся!
Нос, умойся!
Мойтись сразу,
Оба глаза!
Мойтись, уши,
Мойся, шейка!
Шейка, мойся
Хорошенько!
Мойся, мойся,
Обливайся!
Грязь, смывайся!
Грязь, смывайся!





Завтрак

А у нас есть ложки
Волшебные немножко.
Вот — тарелка, вот — еда.
Не останется следа.

На моей тарелочке
Рыженькая белочка,
Чтоб она была видна,
Все съедаю я до дна.



Ну и каша!
Так в рот и просится!
Нос и щеки наелись досыта.
Подбородку тоже досталось.

И мизинчик
Попробовал малость.
Чутьочку съели
Лобик с макушкой,
Остальное ушки докушали!



На

улицу

Пойдем гулять на улицу!
И поймает курицу!
Курицу с рогами,
Курицу с ногами!!!
Ух, какая курица!
Бежим скорей на улицу!



Мы пойдем на улицу и поймает курицу,
Если курица плоха, мы поймает петуха.



Обед

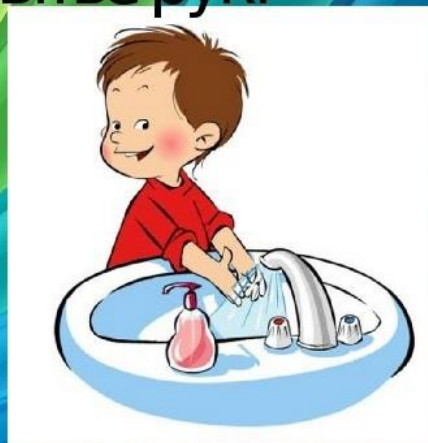
Если Вас не посетит
За обедом аппетит
Надо вызвать ложку
Ложку-неотложку
Ложка мигом прилетит
В ароматной дымке
В ней придет аппетит
В шапке-невидимке

А теперь нельзя зевать!
Постарайся поспевать!
За волшебной ложкой.
Рот пошире открывай
И смелее управляй!



У мывание, мытье рук.

Теплою водою
Руки чисто мою.
Кусочек мыла я возьму
И ладошки им потру.



Закатаем рукава,
Открываем кран - вода.
Моем глазки, моем щечки,
Моем уши и ладошки!
- Посмотрите, крошки,
- На свои ладошки.
- Ах, какие ладошки!
- Чистые ладошки!

Спокойной ночи...

Ходит сон по лавочке
В красненькой рубашечке,
А Сониха - по другой
Сарафанец голубой.
Они вместе идут,
Дрему Катеньке несут.



Бай, бай, бай, бай,
Ты, собаченька, не лай
И в гудочек не гуди
Наших деток не буди.
Наши детки будут спать
Да большими вырастать
Они поспят подольше,
Вырастут побольше.



Вот лежат в кроватке
Розовые пятки.
Чьи это пятки –
Мяжки да сладки?
Прибегут гусьтки,
Ущипнут за пятки.
Прячь скорей, не зевай,
Одеяльцем накрывай!



Правила поведения за столом.

**Аккуратно кушай хлеб –
Это садик, а не хлев.
Супчик кушай аккуратно,
Не выплевывай обратно.
Пей чаёк не проливая!
Что за лужица большая?
Вытирай салфеткой рот
И не капай на живот.
Ложкой ешь кисель и кашу,
Суп, пюре и простоквашу.
Вилкой можно брать картошку,
Мясо, рис..... Не надо ложкой!
Ручкой можно брать пирог,
Глазированный сырок.
И скажи спасибо всем,
У кого ты пищу ел.**





Правила поведения в детском саду



Правило №1. Придя в детский сад, не забудь поздороваться с детьми и взрослыми!



Правило №2. Если хочешь играть, попроси разрешения у друга!



Правило №4. Поиграл – убери игрушки!



Правило №5. Если в одну игру хочется играть 2-3м детям – не спорь, а посчитай по считалке!



Правило №6. НЕ отбирай, НЕ ломай, НЕ дерись!



Правило №7. Пришли родители, попроси разрешения пойти домой и попрощайся со всеми!



Правило №8. Если обидели, не кричи, а напomini другу, что надо попросить прощения!



Правило №9. На занятиях. Один говорит, остальные слушают!



Правило №10. На занятиях. Хочешь ответить, подними руку!



