

Если ребенок не хочет есть сам

Если малыш не хочет есть самостоятельно, нужно разобраться, почему.

Может, вы слишком настаиваете, может, его мелкая моторика недостаточно развита или ему не нравится пища.

Отложите обучение на несколько дней, смените столовые приборы. Купите тарелочку с красивой картинкой или с фото мультяшного героя, ему будет интересно съесть кашу, чтобы увидеть, что на ней нарисовано.

Многим неудобно есть в специальном стульчике, возможно, хорошим решением будет брать кроху на руки во время кормления. Стоит взять в свои руки обучение папе – с отцами, как правило, дети меньше балуются и капризничают.

Если кушает вся семья, можно устроить шуточное соревнование, кто быстрее и аккуратнее все съест, особенно если есть старшие дети.

Поиграйте, как машинка – ложка – заезжает в гараж – ротик. Но часто использовать такой прием не стоит – быстро проглоченная пища плохо усваивается.

Слишком игровыми приемами увлекаться нельзя: хотеть кушать — главная мотивация для навыка есть самостоятельно.



В буклете использовались материалы с электронных источников:

<https://mel.fm/deti>

<https://lisa.ru/moy-rebenok>

<http://kindo.ua/info>

**Адрес: г. Верхний Тагил,
ул. Островского, д. 60
Тел. (34357) 2-36-02
8(962)314-39-87.**

89623143968

Служба ранней помощи

**Адрес в интернете:
vt-ddsh.@mail.ru**



ГБОУ СО «Верхнетагильский центр
психолого-педагогической, медицинской
и социальной помощи»
Служба Ранней Помощи

Буклет для родителей

Как научить малыша самостоятельно есть ложкой



г. Верхний Тагил

2023 г.

Уметь пользоваться столовыми приборами – один из базовых навыков самообслуживания. Как научить ребенка есть ложкой самостоятельно и когда это сделать, желательно решать, учитывая уровень его развития, готовность к практическим занятиям, состояние здоровья и прочие факторы.

В каком возрасте начинать?

Любой навык проще освоить, когда дети физиологически созреют для него. Если мама планирует выйти на работу после первого дня рождения крохи, нужно заранее научить его пользоваться столовыми приборами.

При подготовке к детскому саду оптимальный возраст, когда учить ребенка есть ложкой – девять месяцев.

Все дети разные: кто-то кушает любимые блюда ложкой уже в девять месяцев, кому-то и в два годика требуется помощь родителей. Обычно годовалые карапузы стремятся во всем подражать взрослым, и их не нужно уговаривать взять в руки ложку.

Этапы приучения к ложке

Первый этап — приучать ребенка есть рукой хлеб, печенье, кусочки овощей и фруктов. Нужно показывать, как пить из кружки, для начала подойдет «непроливайка».

Второй этап — Как только детские пальчики окрепнут, можно давать крохе ложку.

Вот несколько *стадий*, закрепляющих нужный навык:

Игра. Когда малыш научится хватать предмет руками, можно вкладывать столовый прибор ему в ручку. Объясняйте, что он должен делать.

Подражание. Не надо всегда кормить кроху

отдельно: если режим позволяет, пусть кушает вместе со всеми. У детей велико стремление копировать действия взрослых.

Третий этап — первые успехи. Ребенок правильно держит ложку, захватывает ею пищу. На этом этапе еще требуется мамина помощь.

Четвертый этап — устойчивый навык.

Мальш уже может зачерпнуть нужное количество пищи и донести до рта.

Самостоятельное использование ложки.

Алгоритм обучения

Чтобы процесс получения нового навыка прошел легко, соблюдайте определенный порядок действий. Разработайте определенный ритуал принятия пищи.

1. Сначала позаботьтесь о чистоте вокруг детского стула: уберите ковер или постелите клеенку. Приготовьте влажное полотенце или салфетки, если потребуется срочная уборка. Будьте готовы к тому, что детская еда окажется не во рту у малыша, а на различных окружающих предметах.

2. Удобно усадите кроху, поставьте перед ним блюдо с едой, лучше использовать тарелку на присосках.

3. Наденьте нагрудник и чепчик на ребенка. Не будет излишеством надеть передник и маме.

4. Постарайтесь мотивировать на прием пищи: похвалите кашу, обратите внимание на красивую посуду. Обещайте, что будете помогать.

5. Дайте ложку в руку малышу. Если он не может ее удержать, помогите ему на первое время.

6. Если кроха потеряет интерес к процессу, не настаивайте. Похвалите его в любом случае.

Частые ошибки

Успешное приучение к навыкам самообслуживания пройдет безболезненно, если соблюдать следующие правила:

- Не начинать, если ребенок болен или у него режутся зубки. Дети хорошо обучаются, если у них хорошее настроение.
- Нужно запастись терпением, не торопить кроху и не ругать, если он испачкался.
- Оставлять в одиночестве маленького едока нельзя: он может подавиться или испугаться. При необходимости мама может скорректировать действия карапуза.
- Не переживать, если соседский сорванец всю кушает сам. Не сравнивайте свое чадо с другими: каждый обучается в свой срок.
- Разговаривайте с малышом, читайте ему потешки или стишки в процессе приема пищи. А вот мультфильмы включать не стоит: все внимание уйдет на экран.
- Нельзя заставлять малыша съедать все: две-три ложки – уже успех. Обучая дитя кушать, нужно иметь железные нервы. Запаситесь терпением. Отказываться от обучения при первых неудачах тоже не нужно.