**СЕМИНАР**

**«Формирование культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста в процессе организации приема пищи»**

**Цель:** оказание методической помощи воспитателям и   
помощникам воспитателям по организации приема пищи и формированию у дошкольников культурно-гигиенических навыков.

Пища нужна человеку для поддержания здоровья и работоспособности, поэтому так важно соблюдать правила рационального питания во все возрастные периоды жизни человека. Особенно велика роль питания в детском возрасте.

Среди факторов, обеспечивающих нормальное развитие детского организма, полноценное питание имеет первостепенное значение. Детский организм отличается от взрослого бурным ростом и развитием, формированием и становлением структуры многих органов и систем, совершенствованием их функций.

Организация детского питания напрямую связана со столовым этикетом и решением воспитательных задач – формированием у детей культуры поведения за столом. Знакомство и овладение навыками столового этикета позволяет ребенку быть уверенным в себе.

**Профессиональная обязанность воспитателя детского сада – обучить ребенка правилам поведения за столом.** Это обучение происходит как на специально организованных занятиях, так и во время приема пищи.

. В процессе приема пищи происходит формирование следующих культурно-гигиенических навыков: мыть руки перед едой; аккуратно есть; брать хлеб столько, сколько съешь; есть молча; жевать с закрытым ртом; пользоваться салфеткой; правильно сидеть за столом; уметь обращаться с ложкой, вилкой, столовым ножом; тщательно пережевывать пищу.  
Переход навыка в привычку достигается систематическим повторением в одинаковых или сходных условиях. Пока привычка не закрепилась, ребенок нуждается в контроле и указаниях взрослого, а также в поощрении, похвале, одобрении.

Уже с раннего возраста необходимо вырабатывать у ребенка правильное отношение к еде, разным блюдам, умение пользоваться столовыми приборами и салфетками.  
Однако не следует превращать прием пищи в поле битвы за хорошие манеры детей. Хорошие манеры приобретаются путем многократных упражнений, а также благодаря среде, в которой постоянно вращаются дети. В данном случае этой средой являются взрослые в дошкольном учреждении. Культурой еды и общения, доброжелательностью они создают условия, благодаря которым хорошие манеры поведения за столом вырабатываются достаточно быстро и усваиваются детьми на всю жизнь.  
Усложнение задач формирования культурно-гигиенических навыков происходит последовательно и постепенно с учетом возрастных особенностей ребенка.

**Технология раздачи пищи:**

* сервировать столы помощник воспитателя с помощью дежурных начинает после получения пищи, когда все дети занимаются гигиеническими процедурами;
* когда воспитатель закончит работу с детьми в умывальной он подключается к организации приёма пищи;
* после раздачи первого блюда помощником воспитателя , воспитатель приглашает детей за стол. Нельзя заставлять дошкольников долго сидеть за столом в ожидании начала еды. Второе блюдо ставят на стол только тогда, когда ребенок съел первое и отодвинул тарелку
* желательно подачу каждого блюда сопровождать «сообщением» о том, как правильно его есть, в чем его основная польза; выражать уверенность, что все дети с ним хорошо справятся, и оценивать результат.
* после еды желательно предоставить детям возможность для самостоятельной деятельности (обязательно нужно дать разъяснение, что после еды играть следует спокойно, чтобы «в животе всё улеглось на свои места»), т.е. у ребёнка закладывается стереотип на здоровое поведение.

Таким образом, уют, царящий в помещении группы, привлекательность сервировки стола и привлекательность самой пищи, ваше корректно-заботливое отношение к детям в ходе еды помогут сформировать у них не только аппетит, но и те общекультурные навыки питания, без которых вырасти здоровым просто невозможно.

**Знание правил столового этикета**формирует у ребенка уверенность. Введение определенных правил должно быть постепенным, обучающим. Этикет за столом, в принципе, ничем не отличается от правил для взрослых. Не забывайте показывать на личном примере хорошие манеры. Основные правила, соблюдение которых весьма желательно для дошкольника: кушать аккуратно и без лишнего шума, не играть с едой, следить за осанкой, заботиться о присутствующих за столом (для более старших).

**Помните!** О пище можно говорить только хорошо. Во время еды всё должно быть сосредоточено на этом процессе, для ребёнка это довольно-таки сложное дело.

**Не забывайте!** Хвалить детей (каждого в отдельности и всех вместе) за аккуратность, неторопливость, культурные навыки, дружелюбное спокойное общение во время еды. Комментируйте вслух успехи детей, а о промахах, неумении говорите ***каждому потихоньку, но настойчиво.***

**Не фиксируйте!** Во время еды внимание детей на неудачах (только в крайних случаях, когда это опасно для здоровья), но запоминайте, что у кого не получается, чтобы потом в качестве опережающего задать ему правильный алгоритм действий.

**В группе раннего возраста, I младшей группе:**

Сервировка стола должна быть такой, чтобы она вызывала у малышей, пусть неосознанное, но, желание быть аккуратными. Эстетическое оформление стола - цветы, и, конечно, гигиенические салфетки. Красиво и правильно разложенные столовые приборы порционированный хлеб на индивидуальном блюдце. В этом возрасте мы решаем несколько задач, одними из них являются:

* ознакомим с правилами поведения за столом;
* учим правильно держать ложку;
* побуждаем малыша к аккуратности.

Пользуясь салфеткой, ребѐнок усваивает, что надо есть аккуратно, из-за стола встать с чистыми руками и лицом.

**II младшая группа.**

**Достигнув *трѐхлетнего возраста,* дети уже умеют и знают.**

*Знают:*

наименования и назначение основных столовых приборов, блюд;

элементы сервировки стола;

отчасти, как подготовиться к еде (вымыть руки, привести себя в порядок), что сделать

после еды (поблагодарить прополоскать рот)

***Умеют:***

пользоваться ложками и вилкой;

пить из чашки;

откусывать, жевать;

пользоваться салфеткой;

прилагать старания, чтобы быть аккуратными.

***Но детям ещѐ трудно:***

не набирать в рот много пищи;

не отвлекаться, не разговаривать во время пережѐвывания и глотания пищи;

пользоваться ножом;

спокойно ждать, когда подадут следующее блюдо;

есть всѐ по порядку;

самостоятельно полностью готовиться к еде и выполнять после неѐ все требуемые

процедуры.

***К четырѐм годам ребѐнок может:***

* сервировать стол, используя салфетки, столовые приборы (ложки, вилки, ножи),
* тарелки, хлебницу;
* пользоваться ножом, десертной ложкой, вилкой;
* есть фрукты, мягкую и плотную пищу, десерт;
* ориентироваться в том, куда кладут оставшиеся косточки от ягод, фантики от конфет,
* использованные салфетки, столовые приборы;
* правильно брать еду с тарелок и ртом с приборов, хорошо, тихо, равномерно глотать,прилагать старания к тому, чтобы правильно сидеть за столом (ложка идѐт ко рту, а не голова к тарелке: локти не отведены в стороны, а находятся возле туловища);
* хорошо полоскать рот после еды:
* помогать взрослому в уборке посуды со стола:
* садится за стол с вымытыми руками, причѐсанным и опрятным, не шуметь;
* если во время еды возникает необходимость в посещении туалета, справляться
* самостоятельно и просить помощи у взрослого;
* перед едой и после неѐ не бегать и прыгать, а заниматься спокойной игрой.

**ПОМНИТЕ!**

Дети в этом возрасте очень внимательны, они всѐ видят и слышат, следите за своими репликами о пище; предупредите и родителей. О пище можно говорить только хорошо. Во время еды всѐ должно быть сосредоточено на этом процессе, для ребѐнка это довольно-таки сложное дело.

**НЕ ЗАБЫВАЙТЕ** хвалить детей (каждого в отдельности и всех вместе) за аккуратность,

неторопливость, культурные навыки, дружелюбное спокойное общение во время еды.

**НЕ ФИКСИРУЙТЕ** во время еды внимание детей на неудачах (только в крайних случаях,

когда это опасно для здоровья), но запоминайте, что у кого не получается, чтобы потом в качестве

опережающего задать ему правильный алгоритм действий.

**Средняя группа.**

У малыша на пятом году жизни меняется отношение к еде:

* его интересует не только, что он ест, но и как выглядит пища, как она подана, сколько еѐ, насколько она ароматна и т.д.;
* он весьма чѐтко прислушиваться не только к разговорам взрослых о тех или иных блюдах, но и к мнению своих сверстников, поэтому никогда, не позволяйте себе выражать вслух негативное отношение к продуктам питания:
* постарайтесь каждый день находить слова, примеры, раскрывающие перед ребѐнком пользу (или еѐ отсутствие) того или иного блюда, продукта. Эти рассказы должны быть краткими, простыми, яркими, например: «Сегодня мы узнали, как вы подросли, а ведь это молоко (кефир, творог, рыба) помогло вам»; «На занятии по физкультуре вы бегали очень быстро - это всѐ овсяная каша, которую вы съели на завтрак»; «Съедим салат из свѐклы, и ваши щѐчки будут красивыми, румяными» и т.д.;
* ребѐнка нельзя заставлять есть.

Предлагая ребѐнку еду, учитывайте его аппетит: детям, едят медленно, неохотно, второе блюдо на тарелке лучше делить как бы на несколько

порций- зрительно это уменьшает объѐм пищи и помогает еѐ есть комментируйте вслух успехи детей, а о промахах, неумении говорите ***каждому*** ***потихоньку, но настойчиво;***

По-прежнему технологию принятия пищи педагог проговаривает вслух, напоминая, что чем едят, как пищу берут с тарелки, а как со столовых приборов. Обращайте своѐ внимание на то, как дети держат чашку. В этом возрасте они могут делать это правильно, за ручку. Обращайте

внимание на темпы еды и тщательное пережевывание пищи - только овладение этими двумя

навыками питания поможет и сохранить зубы и уберечь желудок от многих заболеваний.

***На пятом году жизни:***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Знает*** | ***Умеет и может*** | ***Ему еще трудно*** |
| Наименование и назначение  столовых приборов, блюд; | Пользоваться ложками, вилками,  ножами; | На брать в рот много пищи; |
| Последовательность еды | Пить из чашки, есть с тарелки; | Не отвлекаться, не  разговаривать во время  пережѐвывания и глотания  пищи; |
| Элементы сервировки стола  (скатерть, салфетки и т.д.); | Откусывать, жевать; | Пользоваться ножом; |
| Как подготовиться к еде  (вымыть руки, привести себя в  порядок); | Пользоваться салфетками; | Есть всѐ по порядку; |
| Что делать после еды  (поблагодарить, пополоскать  рот, горло, помочь убрать со  стола); | Спокойно ждать, когда подадут  следующее блюдо | Сохранять за столом  правильную осанку,  координировать движения  рук; |
| Куда кладут оставшиеся  косточки от ягод, фантики от  конфет, использованные  гигиенические салфетки,  столовые приборы, салфетки; | Полностью самостоятельно  готовиться к еде и после неѐ  выполнить все требуемые  процедуры; | Помнить и выполнять все  ритуалы, связанные с едой,  не отвлекаться на игру; |
| Что перед едой и после неѐ  лучше не бегать и прыгать, а  заниматься спокойной игрой; | Сервировать стол, используя  салфетки, столовые приборы; |  |
| Что не надо грызть зубами  орехи, карамельки и т.п., так  как от этого  портятся зубы. | Правильно брать еду с тарелок и  ртом с приборов, хорошо, тихо,  равномерно глотать, прилагать  старания к тому. чтобы правильно  сидеть за столом (ложка идѐт ко  рту. а не голова к тарелке; локти не  отведены в стороны, а находятся  возле туловища): хорошо полоскать  рот после еды; |  |
|  | если во время еды возникает  необходимость в посещении  туалета, справляться  самостоятельно и просить помощи  у взрослого;  Говоря о питании детей, нельзя забывать о столь важном вопросе, как подготовка |  |

Говоря о питании детей, нельзя забывать о столь важном вопросе, как подготовить групповое помещение к приему пищи

***Необходимо:***

* проветрить помещение;
* создать обстановку спокойного общения, настраивающего детей на еду;
* если вы используете музыку, то больше всего уместна музыка спокойная, мелодичная,
* негромко звучащая:
* сервировка с гола следующая: скатерть или салфетка под каждый
* прибор, гигиенические салфетки, столовые приборы (ложки- столовая, чайная, вилка, нож),
* хлебница, индивидуальные салфетки.

**Как полоскать рот**

 После окончания еды малыш полощет рот. Для эффективности этой гигиенической процедуры весьма существенно, чтобы она выполнялась именно непосредственно после еды. Это не даст остаткам пищи закрепиться на зубах, не позволяет микроорганизмам, которые всегда есть во

рту, начать «переваривать» зубы ребѐнка.

**Методы и формы организации работы с детьми**:

* Наглядный (показ приемов владения столовыми приборами, демонстрация правил сервировки, положительный личный пример, рассматривание картин и иллюстраций, экскурсия на пищеблок, наблюдение за сверстниками)
* Словесный (объяснение, разъяснение, убеждение, использование художественного слова, разбор проблемных ситуаций, поощрительная оценка деятельности ребенка)
* Практический (дежурство, закрепление навыков поведения за столом, дидактические игры, сюжетные игры)  
  Проблемы с  питанием: плохой аппетит или?

Воспитать у ребенка есть разнообразную пищу – дело достаточно трудное, но выполнимое. Важно выяснить *причины возникновения плохого аппетита*:

* наличие разных заболеваний, проблем со здоровьем (повышенная возбудимость, недостаточная деятельность слюнных желез, глисты, увеличенные миндалины);
* ребенок ест без аппетита после большой физической нагрузки или сильных переживаний, например, обиды или огорчения
* несформированность правильного отношения к еде (привычка есть однообразную пищу или только любимые блюда, отсутствие привычки самостоятельно принимать пищу);

***Условия воспитания положительного отношения к ед*е**

**(в основе лежит индивидуальный подход и валеологическое просвещение):**

* удобное расположение столов, эстетически приятная сервировка и подача блюд;
* благоприятный психологический климат, доброжелательное и внимательное отношение взрослых;
* разъяснение необходимости рационального питания, пропаганда здорового образа жизни;
* исключение агрессивных методов воздействия (угрозы, принуждение, наказание), нежелательно заставлять ребенка есть без аппетита;
* постепенное приучение ребенка к нужной норме в еде (тем детям, которые привыкли есть дома только одно блюдо (первое или второе), надо обязательно давать неполную норму);
* оказание помощи в кормлении, при этом предоставляя возможность проявлять самостоятельность (для детей, у которых нет навыка самостоятельного приема пищи);
* позволить детям запивать пищу компотом, киселём, соком или просто теплой водой –тогда они охотно едят (для детей, которые с трудом глотают пищу);
* во время приема пищи педагогу целесообразно находиться за столом вместе с детьми.  
  Огромное значение в работе с детьми имеет пример взрослого. Дети испытывают потребность в личном контакте со взрослыми, подражают им в действиях. Исходя из этого предъявляются высокие требования к культуре каждого сотрудника ДОУ.

**Гигиенические процедуры**:валеологическое просвещение детей, закрепление правил мытья рук; игры-соревнования (старший возраст); самоконтроль детей; оценка деятельности.  
**Сервировка стола:** организация дежурства; ознакомление с меню, объявление его детям; привлечение внимания детей к эстетичному оформлению столов, соблюдение правильной осанки.  
Прием пищи (завтрак, обед, полдник, ужин). Индивидуальная работа по воспитанию культуры еды; обучение правилам этикета; оценка деятельности.

**Организация дежурства**

* дежурство носит характер поручений;
* единство требований со стороны обоих воспитателей и их помощника;
* обязательно выполнение гигиенических процедур, наличие привлекательной формы для дежурных (фартук, колпачок);
* поощрение и благодарность за помощь;  
  **младший возраст**:  
  - к концу года можно повесить «Доску дежурств» и научить детей пользоваться ею;  
  - раскладывание на столе ложек, салфетниц и хлебниц.  
  средний возраст:  
  - сервировка стола под руководством взрослого;  
  - уборка использованных салфеток;  
  - составление грязной посуды стопкой в центре стола.  
  **старший возраст**:  
  - сервировка стола (самостоятельно под присмотром взрослого);  
  - размещение бумажных салфеток в салфетницах (скручивание в трубочки, нарезание, складывание);  
  - уборка грязной посуды и использованных салфеток.  
  **Сервировать стол** – это значит подготовить его для приема пищи. Основная цель сервировки стола – создать порядок на столе, обеспечить всех необходимыми предметами. Порядок сервировки выработан годами, продиктован требованиями гигиены и необходимостью обеспечить наибольшее удобство.

**Не стоит забывать, что уют, царящий в помещении группы, привлекательность сервировки стола и самой пищи, ваше корректно-заботливое отношение к детям в ходе еды помогут сформировать у них не только аппетит, но и те общекультурные навыки питания,**

**без которых вырасти здоровым просто невозможно.**\_\_

***Контроль организации питания детей в группах включает в себя  следующие позиции***

***Приложение 1***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Вопросы на контроле | Возрастные группы | | | |
|  |  |  |  |
| **Гигиеническая обстановка** |  |  |  |  |
| Санитарное состояние |  |  |  |  |
| Размещение столовой мебели |  |  |  |  |
| Своевременность доставки пищи в группу |  |  |  |  |
| **Сервировка стола** |  |  |  |  |
| Соответствие требований сервировки стола возрасту детей |  |  |  |  |
| Эстетика стола |  |  |  |  |
| Оценка деятельности дежурных |  |  |  |  |
| Выполнение режима питания |  |  |  |  |
| **Подготовка детей к приему пищи** |  |  |  |  |
| Настроение детей, их общение, состояние (возбужденное или спокойное) |  |  |  |  |
| Организация гигиенических процедур в зависимости от возраста |  |  |  |  |
| **Руководство воспитателя** |  |  |  |  |
| Обстановка в группе во время приема пищи |  |  |  |  |
| Посадка детей за столом |  |  |  |  |
| Умение детей пользоваться столовыми приборами |  |  |  |  |
| Культура подачи второго блюда |  |  |  |  |
| Культура поведения за столом |  |  |  |  |
| Общение воспитателя с детьми во время приема пищи |  |  |  |  |
| Умение преподнести блюдо (нелюбимое, новое) |  |  |  |  |
| Доводиться ли пища до каждого ребенка |  |  |  |  |

**Приложение 2**

**Контроль за организацией питания и режимных моментов.**

**«Организация питания в группах»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Вопросы на контроле | Возрастные группы, недели месяца | | | | | | | |
| Группа | | | | Группа | | | |
|  |  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| **1** | **Гигиеническая обстановка** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.1. | Санитарное состояние |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.2. | Размещение столовой мебели |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2** | **Своевременность доставки пищи в группу** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3** | **Сервировка стола** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3.1. | Учитываются ли требования сервировки стола в зависимости от возраста детей |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3.2. | Эстетика стола |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3.3. | Оценка деятельности дежурных |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4** | **Выполнение режима питания** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** | **Подготовка детей к приему пищи** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5.1. | Настроение детей, их общение, состояние (возбужденное или спокойное) |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5.2. | Организация  гигиенических  процедур  в зависимости от возраста. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** | **Руководство  воспитателя** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6.1. | Обстановка в группе во время приема пищи |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6.2. | Посадка детей за столом |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6.3. | Умение детей пользоваться столовыми приборами |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6.4. | Культура подачи второго блюда |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6.5. | Культура поведения за столом (есть ли дети с плохими привычками, причины) |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6.6. | Общение воспитателя с детьми во время приема пищи |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6.7. | Умение преподнести блюдо (нелюбимое, новое) |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6.8. | Доводится ли пища до каждого ребенка |  |  |  |  |  |  |  |  |

**1 – низкий уровень, 2 – средний уровень, 3 – высокий уровень**

**Приложение 3**

В ПОМОЩЬ ВОСПИТАТЕЛЯМ

**КУШАЕМ С ПОТЕШКОЙ**

( **материал взят на сайте http://neposed.net/**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Это - ложка,  Это - чашка.  В чашке - гречневая кашка.  Ложка в чашке побывала -  Кашки гречневой не стало! \*\*\* У котенка в чашке  Было много кашки.  Две тетери прилетели,  Две тетери кашку съели.  И кричат они котенку:  - Ротозей ты, ротозей!  Если дали тебе кашку,  Нужно съесть её скорей!   \*\*\* Ай, ту-ту, ай, ту-ту,  Вари кашку круту,  Подливай молочка,  Накорми казачка.  \*\*\* А тпру, тпру, тпру! А тпру, тпру, тпру! Не вари кашу круту, Вари жиденькую, Вари мяконькую, Да молошненькую!  \*\*\*  Кашка из гречки, Где варилась? В печке! Сварилась, упрела, Чтоб Мишенька ел, Кашу хвалил, На всех разделил!  \*\*\* Ой лю-ли, лю-ли, лю-ли, В море плыли корабли, Жене кашку привезли. Кашка молочная Для нашего сыночка. Женя, ротик открывай, Кашку сладкую глотай. А кто кашку кушает, Маму с папой слушает, Вырастает сильным, Здоровым и красивым.  \*\*\*  Кастрюля-хитруля Диме кашку сварила, Платочком накрыла. И ждет, пождет, Когда Димочка придет.  \*\*\* Кастрюля-хитрюля нам кашки сварила.  Нам кашки сварила, платочком накрыла.  Платочком накрыла и ждет нас, пождет,  И ждет, кто же первым придет?  \*\*\* Ну-ка, ну-ка, ну-ка, ну-ли! Не ворчите вы, кастрюли, Не ворчите, не шипите, Кашу сладкую варите. Кашу сладкую варите, Нашу деточку кормите.  \*\*\*  Варись, варись, кашка, В голубенькой чашке, Варись поскорее, Булькай веселее. Варись, кашка, сладка, Из густого молока, Из густого молока, Да из манной крупки. У того, кто кашку съест, Вырастут все зубки!  \*\*\* Каша из гречки Где варилась? - В печке. Сварилась, упрела Чтоб Оленька ела, Кашу хвалила, На всех разделила... Досталось по ложке Гусям на дорожке. Цыплатам в лукошке, Синицам в окошке. Хватило по ложке Собаке и кошке, И Оля доела Последние крошки!  \*\*\* Каша вкусная дымится,  Надя кашу есть садится,  Очень каша хороша,  Ели кашу неспеша. Ложка за ложкой, Ели по немножку.  \*\*\* Сорочка, сорочка, Бело-белобочка, На порог скакала, Гостей созывала. Гости, на двор - Кашка, на стол, Гости со двора - Кашка со стола.  \*\*\* Варись-варись кашка В голубенькой чашке Варись поскорее Булькай веселее Варись, кашка, сладка Из густого молока Да из манной крупки. У того, кто кашу ест Вырастут все зубки!  \*\*\* Ай, ту-ту, ай, ту-ту, Вари кашку круту, Подливай молочка, Накорми казачка.  \*\*\* Умница, Маришка, Ешь кашку сладеньку, Вкусную, пушистую, Мягкую, душистую  \*\*\*  Ну и каша!  Так в рот и просится!  Нос и щеки  Наелись досыта.  Подбородку тоже досталось.  И мизинчик  Попробовал малость.  Чуточку съели  Лобик с макушкою,  Остальное ушки  Докушали!  \*\*\*  Эй, вечерняя звезда! Поскорей лети сюда И за стол со мной садильсь, Нашей кашей угостись. Кашкой Толокняной Из чашки Деревянной!  \*\*\*  Разложили кашку Каждому в чашку. Маленькому Яшке Не хватило кашки. Дайте Яшке кашки Из маминой чашки! | Утка - утенка, Кошка - котенка, Мышка - мышонка Зовут на обед. Утки поели, Кошки поели, Мышки поели, А ты? Еще нет? Где твоя ложка? Ешь на здоровьице!  \*\*\* Глубоко - не мелко, Корабли в тарелках. Луку головка, Красная морковка, Петрушка, картошка, Крупки немножко. Вот кораблик плывет, Заплывает прямо в рот!  \*\*\* Наш Володя - непоседа, Не доест никак обеда. Сели, встали, снова сели, А потом всю кашу съели.  \*\*\* Тили-тили-тили-час, Подоспел обед у нас. Скушаем за маму ложку, Скушаем за папу ложку. За собачку и за кошку Поедим мы понемножку. За бабушку и дедушку Отведаем мы хлебушка. Воробей стучит в окошко: "Дайте хлебушка и мне!" Мы дадим ему немножко, Вот и кончился обед!  \*\*\* Я обед съедаю сам. Открываю рот – и АМ! Чтобы силы были Супчик мы сварили. Мой хороший аппетит В животе один сидит. Ножками топочет, Он обедать хочет! Вот несёт мне ложка Супчик из горошка. И котлету прямо в рот Вилка шустрая несёт. Шепчет тихо аппетит: Сыт-сыт-сыт-сыт.   \*\*\* Ложка за ложкой,  Ели по немножку. Кто у нас любимый самый?  - Ложку первую за маму,  А вторую за кого?  - Да за папу твоего,  За кого же третью ложку?  - За веселую матрешку,  Съешь за бабу,  Съешь за деду,  За мальчишку - за соседа,  За подружек и друзей,  Съешь побольше не жалей!  Съешь за праздник, шумный, яркий,  За гостей и за подарки,  За котёнка, за Тимошку  Эту маленькую ложку  И за рыжего кота,  Вот тарелка и пуста!  \*\*\* Супик жиденький, Но питательный! Будешь худенький, Но пузатенький!  \*\*\* Овощи мама в кастрюле варила. Самое вкусное туда положила. Мясо, яички, картошка, укроп Очень хотят попасть к Насте в рот. Давай-ка не станем их обижать И все что в тарелке будем съедать.  \*\*\* Здесь водичка холодненька, Здесь - тепленька, Здесь - горяченька, А здесь - кипяток, кипяток!  \*\*\* Пришёл кисель, На лавочке присел, На залавочке присел, Поесть Олечке велел.  \*\*\* Была репа важная, Дивилась старуха каждая: Одним днём Не обойдёшь кругом. Всей деревней ели Целую неделю. Одну корку наложили, Так телегу обломили!  \*\*\*  Каждому свое: Печке - полено, Корове - сено, Трава - теленку, Вода - ягненку,  А тебе, сыночек, Сахару кусочек.  \*\*\*  Дедушка Рох Посеял горох. Землю пахал - Тяжко вздыхал. Когда убирал - Пот утирал. Когда молотил - По пальцу хватил. Зато, когда ел, Язык проглотил - До чего же было вкусно!  \*\*\* Мышка в кружечке зеленой  Наварила каши пшенной. Ребятишек дюжина Ожидает ужина. Всем по ложечке досталось - Ни крупинки не осталось!  \*\*\* Ванечка, Ванюша, Кашку всю ты скушай. Стукни ложкой, Топни ножкой. Хлопни ты в ладоши, И погладь ты кошку.  \*\*\*  Вот это – хорошая девочка. Зовут эту девочку Маша. А это её тарелочка. А в этой тарелочке... Нет, не каша Нет, не каша И не угадали: Села Маша, Съела кашу – Всю, Сколько дали!  \*\*\*  Люли, люли, люли, Прилетели гули, Стали гули ворковать, Стали гули хлопотать: Залетели в уголок, Зажигали огонек, Стали кашку варить, Стали Машу кормить.  \*\*\*  Ой ду-ду, ду-ду, ду-ду Потерял пастух дуду. А я дудочку нашла, Пастушку я отдала. - На-ка, милый пастушок, Ты спеши - ка на лужок. Там Буренка лежит, На теляток глядит, А домой не идет, Молочка не несет. Надо кашку варить, Юру кашкой кормить. | Люли, люли, люленьки,  Прилетели гуленьки,  Стали гули говорить:  "Чем нам Машеньку кормить?"  Один скажет: "кашкою",  Другой - "простоквашкою",  Третий скажет - "молочком,  И румяным пирожком".  \*\*\* Травка-муравка со сна поднялась, Птица-синица за зерно взялась, Зайки – за капустку, Мышки – за корку, Ребятки – за молоко.  \*\*\* Мама чашку молока Маше налила. "Мяу, - киска говорит. - Вот и я пришла!" Киске в миску отольём - Веселее пить вдвоём. Ну-ка, кто скорей допьёт? Кто ни капли не прольёт?  \*\*\* Стучит, бренчит по улице: Фома едет на курице, Тимошка на кошке По кривой дорожке. - Куда, Фома, едешь? - Куда погоняешь? - Сено косить. - На что тебе сено? - Коров кормить. - На что тебе коровы? - Молоко доить. -На что тебе молоко? -Ребяток поить!  \*\*\* Раным-рано поутру Пастушок: "Ту-ру-ру-ру!". А коровки в лад ему зарядили: "Му-му-му!" Ты, Буренушка, ступай, В чисто поле погуляй, А вернешся вечерком Нас напоишь молочком.  \*\*\* Идет коза рогатая За малыми ребятами, Ножками топ-топ, Глазками хлоп-хлоп, Кто каши не ест, Кто молока не пьет - Забодает, Забодает, Забодает!  \*\*\* Гу-гу-гу, гу-гу-гу, На зеленом на лугу, На зеленом на лугу Стоит чашка творогу. Прилетели две тетери, Поклевали, улетели. Как они летели, Мы на них глядели. Ам!  \*\*\* Тушки, тутушки, Пекла мама витушки, Пекла мама витушки Для любимого Илюшки.  \*\*\* На столе витушки, А в печи ватрушки. Витушки, ватрушки Нашему Андрюшке.   \*\*\* Тушки-татушки, испекли ватрушки  На окно поставили  Остывать оставили  А пшеничный пирожок — Он на опарышке взмешён  Так высо-о-оконъко-высок!   \*\*\* В печи калачи,  Как огонь горячи. Для кого калачи? Для Эллочки калачи, Для Эллочки горячи.  \*\*\* Якова жена Калачи пекла: Калачи горячи, За окошко мечи. Прилетели грачи, Похвалили калачи.  \*\*\* Ай, тата, тата, тата, Пожалуйте решета – Мучки посеять, Пирожки затеять. А для нашей лапушки Затеем оладушки, Испечем блинка – Покормить сынка!  \*\*\*  Ладушки, ладушки! Пекла бабка оладушки, Маслом поливала, Детушкам давала. Даше - два, Паше - два, Ване - два, Тане - два, Саше - два, Маше - два, Хороши оладушки У нашей доброй бабушки!   \*\*\*  Трушки ту-тушки! Пекла бабка ватрушки. Всем по ватрушки Да молока по кружке. Ладушки, ладушки! Пекла бабка оладушки. Маслом поливала, Всех угощала.  \*\*\*  Пышка, лепёшка В печи сидела, На нас глядела, В рот захотела.  \*\*\*  Люли, люли, люленьки, Прилетели гуленьки, Стали гули говорить: «Чем нам Машеньку кормить?» Один скажет: «кашкою», Другой – «простоквашкою», Третий скажет – «молочком, И румяным пирожком».  \*\*\*  Пошёл котик по дорожке, Купил Машеньке сапожки, Пошёл котик на торжок,  Купил котик пирожок, Пошёл котик на улочку, Купил котик булочку. Самому ли есть Или Машеньке снесть? Я и сам укушу, Да и Машеньке снесу.  \*\*\*  Как Марфуша для Петра Наварила, напекла Девяносто два блина, Два корыта киселя, Пятьдесят пирогов – Не нашла и едоков.  \*\*\*  - Кисонька-мурысенька, Где ты была? - На мельнице. - Кисонька-мурысенька, Что там делала? - Муку молола. - Кисонька-мурысенька, Что из муки пекла? - Прянички. - Кисонька-мурысенька, С кем прянички ела? - Одна. - Не ешь одна! Не ешь одна! |