



ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ У ДОШКОЛЬНИКОВ: ИГРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И ПРАКТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Учебно-методическое пособие для
педагогов дошкольных образовательных
организаций и родителей

АННОТАЦИЯ

Учебно-методическое пособие
посвящено проблеме
формирования культуры
поведения за столом у детей
дошкольного возраста

Авторы-составители:
воспитатель Жижина Любовь Ивановна,
педагог-психолог Сидорова Алёна Александровна

АННОТАЦИЯ

Данное учебно-методическое пособие посвящено актуальной проблеме формирования культуры поведения за столом у детей дошкольного возраста в условиях реализации Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и Федеральной образовательной программы дошкольного образования.

В пособии представлена целостная система работы с детьми 3–7 лет, включающая теоретическое обоснование, возрастную периодизацию освоения навыков столового этикета, диагностический инструментарий, подробную картотеку игр и упражнений, рабочую тетрадь для детей, а также готовые формы взаимодействия с родителями.

Особенностью данного пособия является комплексный подход: оно объединяет методические рекомендации для педагогов, практический материал для непосредственной работы с детьми и инструменты просвещения родителей. Все материалы разработаны с учетом возрастных психофизиологических особенностей дошкольников, принципов игрового обучения и требований современных нормативных документов.

Пособие адресовано воспитателям дошкольных образовательных организаций, методистам, студентам педагогических колледжей и вузов, а также родителям, заинтересованным в формировании у детей устойчивых навыков культурного поведения за столом.

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	4
ЧАСТЬ 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ У ДОШКОЛЬНИКОВ	7
1.1. Культура поведения за столом как педагогическая категория: сущность, структура, содержание.....	7
1.2. Возрастные особенности дошкольников, влияющие на процесс освоения столового этикета.....	8
1.3. Нормативно-правовая база формирования культуры поведения за столом в контексте ФГОС ДО, ФОП ДО и СанПиН.....	12
1.4. Педагогические условия эффективного формирования культуры поведения за столом у дошкольников.....	15
ЧАСТЬ 2. ДИАГНОСТИКА СФОРМИРОВАННОСТИ НАВЫКОВ КУЛЬТУРЫ ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ.....	19
2.1. Критерии и показатели оценки сформированности навыков культуры поведения за столом.....	19
2.2. Диагностический инструментарий	20
2.3. Обработка и интерпретация результатов диагностики	24
2.4. Пример оформления диагностической карты (готовый бланк).....	26
ЧАСТЬ 3. КАРТОТЕКА ИГР И ПРАКТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ.....	29
3.1. Игры и упражнения для детей 3–4 лет (младшая группа).....	29
3.2. Игры и упражнения для детей 4–5 лет (средняя группа)	31
3.3. Игры и упражнения для детей 5–6 лет (старшая группа).....	35
3.4. Игры и упражнения для детей 6–7 лет (подготовительная группа).....	37
3.5. Игровые тренажеры и дидактические пособия своими руками	39
ЧАСТЬ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С СЕМЬЕЙ.....	41
4.1. Теоретическое обоснование: почему без семьи нельзя?	41
4.2. Диагностический этап: изучаем семейную ситуацию	41
4.3. Информационные материалы для родителей.....	43
4.4. Активные формы взаимодействия с семьей.....	47
4.5. Индивидуальная работа с родителями	50
4.6. Организация питания дома: рекомендации родителям	51
4.7. Мониторинг эффективности взаимодействия с семьей.....	51
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	53
ИСТОЧНИКИ ЛИТЕРАТУРЫ.....	56

ПРИЛОЖЕНИЯ	58
Приложение 1. Мнемосхемы и алгоритмы (наглядный материал)	58
Приложение 2. Стихи, загадки, пословицы о культуре поведения за столом	59
Приложение 3. Картотека художественной литературы по теме	60
Приложение 4.	61
РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ ДЛЯ ДЕТЕЙ «Я ЗА СТОЛОМ: УЧУСЬ БЫТЬ КУЛЬТУРНЫМ» для детей 4–7 лет	61

ВВЕДЕНИЕ

Формирование культуры поведения за столом у детей дошкольного возраста является не просто частью воспитательного процесса, а важнейшим условием успешной социализации ребенка, становления его как члена общества, владеющего принятыми нормами и правилами. Умение вести себя за столом, правильно пользоваться столовыми приборами, соблюдать гигиену, выражать благодарность – все это составляющие общей культуры личности, которая закладывается именно в дошкольном детстве.

Актуальность разработки данного учебно-методического пособия обусловлена несколькими факторами.

Во-первых, современные нормативные документы – Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) и Федеральная образовательная программа дошкольного образования (ФОП ДО) – определяют формирование культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания как одну из ключевых задач образовательной области «Социально-коммуникативное развитие». При этом стандарт задает лишь общие ориентиры, не предлагая готовых методических решений. Педагоги испытывают потребность в систематизированном, практико-ориентированном материале, который можно непосредственно использовать в работе.

Во-вторых, анализ реальной педагогической практики показывает наличие противоречия между декларируемой важностью формирования культуры поведения за столом и недостаточной разработанностью конкретных методов, приемов и форм работы, учитывающих возрастные особенности детей. Часто обучение сводится к механическим напоминаниям, нотации, либо вовсе пускается на самотек. Игровые технологии, являющиеся ведущими в дошкольном возрасте, используются фрагментарно, бессистемно.

В-третьих, остро стоит проблема разобщенности требований семьи и дошкольного образовательного учреждения. То, что поощряется или, напротив, запрещается в детском саду, может иметь противоположную оценку дома. Ребенок оказывается в ситуации двойных стандартов, что существенно затрудняет формирование устойчивого навыка. Необходимы инструменты, позволяющие выстраивать партнерское взаимодействие с родителями, согласовывать позиции, вырабатывать единую стратегию воспитания.

В-четвертых, существует запрос со стороны самих педагогов и родителей на конкретный, «работающий» инструментарий. Воспитатели нуждаются в картотеках игр, готовых диагностических картах, наглядных пособиях. Родители – в четких, понятных рекомендациях, памятках, чек-листах, которые помогут им выстроить систему требований дома. Детям, в

свою очередь, необходима увлекательная, эмоционально привлекательная форма освоения порой сложных и «скучных» правил.

Таким образом, **проблема**, на решение которой направлено данное пособие, заключается в необходимости создания целостной, научно обоснованной и практико-ориентированной системы формирования культуры поведения за столом у дошкольников, интегрирующей усилия педагогов и родителей и базирующейся на игровых технологиях.

Цель пособия – систематизация и методическое обеспечение процесса формирования культуры поведения за столом у детей 3–7 лет в условиях дошкольной образовательной организации и семьи.

Задачи пособия:

1. Раскрыть теоретические основы формирования культуры поведения за столом у дошкольников в контексте современных требований ФГОС ДО и ФОП ДО.
2. Представить диагностический инструментарий для выявления уровня сформированности навыков столового этикета у детей разных возрастных групп.
3. Разработать и систематизировать картотеку игр и практических упражнений с учетом возрастных особенностей детей 3–7 лет.
4. Создать рабочую тетрадь для детей, обеспечивающую занимательную форму закрепления знаний и умений.
5. Предложить эффективные формы взаимодействия с родителями, направленные на выработку единых требований к поведению ребенка за столом.

Принципы, положенные в основу пособия:

- **Принцип возрастной адекватности** – все предлагаемые игры и упражнения строго дифференцированы по возрастам, соответствуют психофизиологическим возможностям детей.
- **Принцип игрового обучения** – ведущая роль отводится игровым методам как наиболее естественным для дошкольника.
- **Принцип системности** – материал выстроен от простого к сложному, обеспечивает преемственность между возрастными группами.
- **Принцип наглядности** – широко используются схемы, алгоритмы, картинки, мнемотаблицы.
- **Принцип сотрудничества** – семья рассматривается как равноправный участник образовательного процесса.

Новизна пособия заключается в комплексном характере представленных материалов. В отличие от существующих разработок, которые чаще всего касаются либо только методики работы в детском саду,

либо только рекомендаций для родителей, данное пособие объединяет все компоненты в единую систему. Впервые в рамках одного издания представлены: подробная теоретическая база со ссылками на актуальные нормативные документы, полный диагностический пакет, обширная картотека игр (более 30), авторская рабочая тетрадь для детей и готовые сценарии взаимодействия с семьей.

Структура пособия подчинена логике педагогического процесса: от диагностики – к обучению и закреплению навыков, затем – к взаимодействию с семьей и мониторингу результатов. Пособие состоит из четырех частей, заключения, списка литературы и четырех приложений. Каждая часть имеет внутреннюю рубрикацию, что облегчает поиск необходимого материала.

Пособие может быть использовано как для планирования работы в группе детского сада, так и для индивидуальных занятий с ребенком в домашних условиях. Материалы, представленные в рабочей тетради, рассчитаны на непосредственное взаимодействие взрослого и ребенка.

ЧАСТЬ 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ У ДОШКОЛЬНИКОВ

1.1. Культура поведения за столом как педагогическая категория: сущность, структура, содержание

Проблема формирования культуры поведения у подрастающего поколения на протяжении многих десятилетий остается в центре внимания отечественной педагогики и психологии. В широком смысле культура поведения трактуется как совокупность устойчивых форм повседневного поведения человека в быту, в общении, в различных видах деятельности, сформированных на основе усвоения социальных норм и ценностей [7, с. 12].

Культура поведения за столом представляет собой частный, но чрезвычайно важный компонент общей культуры поведения. Ее значимость обусловлена тем, что процесс приема пищи является ежедневно повторяющимся, ритуализированным действием, в котором переплетаются гигиенические, этические, эстетические и социальные аспекты.

Анализ психолого-педагогической литературы позволяет выделить **три основных подхода** к определению понятия «культура поведения за столом» применительно к дошкольному возрасту.

Первый подход – гигиенический. В рамках данного подхода акцент делается на формировании культурно-гигиенических навыков: мытье рук перед едой, правильное использование столовых приборов, соблюдение чистоты во время приема пищи, полоскание рта после еды и т.п. Сторонники этого подхода (Н.Н. Авдеева, Р.Б. Стеркина, О.Л. Князева) рассматривают культуру питания прежде всего как условие сохранения и укрепления здоровья ребенка [1, с. 45–47]. Действительно, автоматизация гигиенических процедур, связанных с приемом пищи, позволяет снизить риск инфекционных заболеваний, сформировать основы здорового образа жизни.

Второй подход – этикетный. Здесь культура поведения за столом понимается как освоение ребенком норм столового этикета: умение правильно сидеть за столом, пользоваться приборами, салфеткой, соблюдать речевой этикет (слова приветствия, благодарности, просьбы). Как справедливо отмечает С.А. Козлова, «этикетные нормы не являются самоцелью, они выполняют важнейшую социальную функцию – обеспечивают комфортное и уважительное взаимодействие людей в процессе совместной трапезы» [7, с. 216]. Освоение этикета дает ребенку ощущение принадлежности к культурному сообществу, формирует чувство уверенности в себе.

Третий подход – социально-личностный. В рамках данного подхода культура поведения за столом рассматривается как часть общего процесса социализации ребенка, становления его как субъекта деятельности и общения

(Г.А. Урунтаева, Е.О. Смирнова). Здесь акцентируется внимание на таких аспектах, как: умение учитывать интересы других людей за столом (не тянуться через весь стол, не выбирать лучший кусок), способность к саморегуляции (не начинать есть, пока все не сели), формирование положительного эмоционального отношения к процессу совместной трапезы [12, 13].

В данном пособии мы исходим из **интегративного понимания** культуры поведения за столом как сложного личностного образования, включающего **три взаимосвязанных компонента**:

1. **Когнитивный компонент** – знания и представления ребенка о правилах поведения за столом, о назначении столовых приборов, о последовательности действий, о нормах речевого этикета.

2. **Эмоционально-ценностный компонент** – положительное отношение к процессу приема пищи и соблюдению правил, понимание их значимости, эмоциональный комфорт во время еды, отсутствие страхов и тревожности, связанных с процессом питания.

3. **Поведенческий компонент** – реальные умения и навыки, устойчивые способы действий, автоматизированные навыки гигиены и самообслуживания, способность соблюдать правила в различных ситуациях (в детском саду, дома, в гостях).

Данная трехкомпонентная структура является принципиально важной для организации педагогической работы. Традиционно в практике дошкольного образования основной акцент делается на поведенческом компоненте (научить держать ложку, пользоваться салфеткой). Однако, как показывают исследования Г.А. Урунтаевой, без опоры на когнитивный и эмоционально-ценностный компоненты навык остается механическим, неустойчивым, легко разрушается при изменении ситуации или ослаблении контроля со стороны взрослого [12, с. 89].

Таким образом, **культуру поведения за столом у дошкольника** мы определяем как **интегративное качество личности**, характеризующееся наличием у ребенка системы знаний о нормах и правилах поведения в процессе приема пищи, положительным эмоциональным отношением к их соблюдению и сформированностью устойчивых навыков гигиены, самообслуживания и этикета, позволяющих ему действовать целесообразно, аккуратно и уважительно по отношению к окружающим в ситуациях, связанных с питанием.

1.2. Возрастные особенности дошкольников, влияющие на процесс освоения столового этикета

Эффективность формирования культуры поведения за столом напрямую зависит от того, насколько педагогический процесс учитывает возрастные психофизиологические особенности детей. Дошкольный возраст охватывает период от 3 до 7 лет, и на протяжении этого отрезка происходят колоссальные изменения в физическом, когнитивном и личностном развитии ребенка. Рассмотрим эти изменения подробно применительно к интересующей нас проблеме.

1.2.1. Младший дошкольный возраст (3–4 года)

Младший дошкольный возраст является сензитивным периодом для формирования культурно-гигиенических навыков. Именно в этот период закладываются основы тех действий, которые в дальнейшем станут привычками [12, с. 102].

Физическое развитие. У детей 3–4 лет продолжается развитие мелкой моторики, однако координация движений руки и глаза еще несовершенна. Это проявляется в том, что ребенку сложно точно донести ложку до рта, не пролив содержимое, сложно удержать прибор под правильным углом. Исследования Т.И. Бабаевой показывают, что в возрасте 3 лет только 30% детей способны есть достаточно аккуратно без помощи взрослого [9, с. 23].

Психологические особенности. Ведущей деятельностью становится предметно-манипулятивная, которая постепенно перерастает в сюжетно-ролевую игру. Мышление носит наглядно-действенный характер: ребенок усваивает только то, что может потрогать, подержать в руках, воспроизвести в действии. Словесные инструкции без опоры на наглядность и практическое действие малоэффективны.

Важнейшей особенностью данного возраста является **эгоцентризм мышления**. Ребенок еще не способен в полной мере встать на позицию другого человека, понять, почему его действия (например, размахивание ложкой, громкие комментарии) могут мешать окружающим. Это не проявление невоспитанности, а возрастная норма.

Кризис 3 лет, сопровождающийся негативизмом, упрямством, строптивостью, может создавать дополнительные трудности в освоении столового этикета. Г.А. Урунтаева подчеркивает: «В период кризиса привычные требования взрослого могут вызывать у ребенка активное сопротивление. Это не означает, что от формирования навыков нужно отказаться, – необходимо менять тактику, шире использовать игровые приемы, предоставлять ребенку право выбора (Ты будешь есть из красной тарелки или из синей?)» [12, с. 115].

Педагогические выводы. Для детей 3–4 лет ведущими методами обучения являются:

- личный пример взрослого (ребенок учится через подражание);
- совместные действия (метод «рука в руке»);
- игры-имитации («Накорми куклу», «Сварим суп»);
- многократное повторение в естественных режимных моментах.

Неэффективно: чтение длинных нотаций, требование одновременного соблюдения всех правил, наказания за неловкость.

1.2.2. Средний дошкольный возраст (4–5 лет)

Этот возраст характеризуется как период значительного прогресса в освоении навыков самообслуживания, в том числе связанных с приемом пищи.

Физическое развитие. Совершенствуется координация движений, становится более уверенной мелкая моторика. Ребенок способен уверенно пользоваться вилкой, удерживая ее правильным образом (зубцами вниз). Появляются первые попытки пользоваться ножом (для мягких продуктов). Однако точность движений еще недостаточна, поэтому неизбежны падения приборов, проливы, крошки [4, с. 56].

Психологические особенности. Ведущей деятельностью становится сюжетно-ролевая игра. Ребенок активно осваивает социальные роли, моделирует в игре поведение взрослых. Именно в этом возрасте наиболее эффективным методом обучения становятся сюжетно-ролевые игры «в кафе», «в день рождения», «в семью».

Значительно развивается **произвольное внимание**. Ребенок способен сосредоточенно заниматься одним делом (в том числе есть) в течение 10–15 минут. Это позволяет вводить более сложные, многошаговые алгоритмы действий (например, последовательность сервировки стола).

Появляется **социальная мотивация**. Ребенку важно быть «большим», «как мама», «как воспитатель». Этот мотив можно активно использовать: «Ты уже большой, ты умеешь пользоваться салфеткой без напоминания».

Е.О. Смирнова отмечает: «В среднем дошкольном возрасте происходит интенсивное развитие самосознания. Ребенок начинает оценивать себя через призму социальных норм. Ему важно соответствовать требованиям взрослого, быть „хорошим“» [11, с. 203].

Педагогические выводы. Для детей 4–5 лет эффективны:

- сюжетно-ролевые игры с акцентом на этикетную сторону;
- введение элементов дежурства (сервировка стола);
- использование алгоритмов (картинки с последовательностью действий);
- положительная оценка, подчеркивание «взрослости» ребенка.

1.2.3. Старший дошкольный возраст (5–7 лет)

Старший дошкольный возраст – этап осознанного усвоения и закрепления культурных норм.

Физическое развитие. К 6–7 годам мелкая моторика достигает высокого уровня развития. Ребенок способен пользоваться ножом, разрезая достаточно твердые продукты (при соблюдении техники безопасности). Движения становятся точными, уверенными. Согласно данным исследователей, к 6 годам 95% детей способны есть аккуратно, без проливов и падений приборов [9, с. 31].

Психологические особенности. Ведущая деятельность — сюжетно-ролевая игра, однако появляются и элементы учебной деятельности. Мышление становится наглядно-образным, формируются элементы логического. Ребенок способен понимать причинно-следственные связи: «Если я плохо пережевываю пищу, у меня может заболеть живот»; «Если я качаюсь на стуле, я могу упасть».

К 6–7 годам происходит **интериоризация норм** – переход внешних требований во внутренние установки. Ребенок соблюдает правила не потому, что его контролирует взрослый, а потому что он сам считает эти правила правильными и важными. Л.С. Выготский называл этот процесс «вращиванием» культурных норм во внутренний план сознания.

Дети старшего дошкольного возраста способны различать контексты: они понимают, что праздничный стол отличается от повседневного, что в гостях действуют несколько иные правила, чем дома. По данным Л.М. Шипицыной, дети 6–7 лет могут освоить до 20 этикетных норм и соблюдать их в различных ситуациях [8, с. 74].

Педагогические выводы. Для детей 5–7 лет актуальны:

- полное освоение роли дежурного (сервировка, уборка);
- знакомство с праздничным этикетом;
- решение проблемных ситуаций (кейсы);
- самооценка и взаимоконтроль;
- проектная деятельность (например, «Правила нашей группы»).

1.2.4. Учет индивидуальных особенностей

Важно подчеркнуть, что возрастные нормы являются ориентировочными. Каждый ребенок развивается в собственном темпе. Особого внимания требуют:

➤ **Леворукие дети.** Им требуется адаптация приборов, обучение правильному положению руки, иногда – зеркальное расположение приборов на столе. Не следует переучивать ребенка держать ложку в правой руке [4, с. 82].

➤ **Дети с задержкой речевого и психомоторного развития.** Для них освоение тонких моторных действий может представлять значительную

трудность. Требуется больше времени, более детальное членение алгоритмов, больше совместных действий.

➤ **Тревожные дети.** Формирование навыков должно проходить в максимально комфортной, нетравмирующей обстановке. Недопустимы публичные замечания, сравнения с другими детьми.

Таким образом, учет возрастных и индивидуальных особенностей является необходимым условием эффективного формирования культуры поведения за столом. Попытки «перепрыгнуть» этапы, форсировать введение сложных навыков приводят не только к педагогическим неудачам, но и к формированию негативного отношения ребенка к процессу еды в целом.

1.3. Нормативно-правовая база формирования культуры поведения за столом в контексте ФГОС ДО, ФОП ДО и СанПиН

Современный образовательный процесс в дошкольных организациях строится на основе четкой нормативно-правовой базы. Формирование культуры поведения за столом не является частной инициативой отдельного педагога, а выступает обязательным компонентом образовательной программы, регламентированным на федеральном уровне.

1.3.1. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО)

Приказ Министерства образования и науки РФ № 1155 от 17.10.2013 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» определяет основные ориентиры дошкольного образования [2].

В контексте нашей темы наиболее значимы следующие положения ФГОС ДО:

Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие» (п. 2.6). Стандарт определяет, что социально-коммуникативное развитие направлено на:

- усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности;
- развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками;
- становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий;
- формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества;
- формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе [2].

Как мы видим, формирование культуры поведения за столом органично вписывается во все перечисленные направления. Соблюдение столового этикета – это и усвоение норм, и развитие саморегуляции (не начал есть, пока все не сели), и формирование позитивного отношения к труду (дежурство), и основы безопасного поведения (правильное обращение с приборами).

Образовательная область «Физическое развитие» (п. 2.6). Включает, помимо прочего, «становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)» [2].

Формирование культуры поведения за столом напрямую связано с воспитанием здорового образа жизни: соблюдение гигиены до и после еды, режим питания, культура потребления пищи.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования (п. 4.6). Стандарт не требует от дошкольника конкретных образовательных результатов, но задает целевые ориентиры. К 7 годам ребенок:

- овладевает основными культурными способами деятельности;
- способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности;
- обладает начальными знаниями о себе, о социальном мире;
- способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения [2].

Следовательно, выпускник детского сада должен обладать сформированными навыками культуры поведения за столом как частью общей культуры деятельности и социальных норм.

1.3.2. Федеральная образовательная программа дошкольного образования (ФОП ДО)

Приказ Министерства просвещения РФ № 1028 от 25.11.2022 утвердил Федеральную образовательную программу дошкольного образования (ФОП ДО), которая конкретизирует требования ФГОС ДО и определяет единые для всей страны содержание и планируемые результаты [3].

ФОП ДО значительно более детально, чем ФГОС ДО, прописывает задачи и содержание работы по формированию культурно-гигиенических навыков и самообслуживания в каждой возрастной группе.

В группе раннего возраста (2–3 года):

- формировать элементарные навыки поведения во время еды: правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом;
- благодарить после еды [3, с. 45].

В младшей группе (3–4 года):

- совершенствовать умения самостоятельно есть, пользоваться салфеткой;
- учить правильно держать ложку, вилку;
- формировать умение полоскать рот после еды;
- учить замечать непорядок в одежде, с помощью взрослого приводить себя в порядок [3, с. 52].

В средней группе (4–5 лет):

- совершенствовать умение есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом;
- учить пользоваться вилкой, ножом (в возрасте 5–6 лет);
- формировать навыки культуры еды: правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой, не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом;
- самостоятельно выполнять обязанности дежурных по столовой: сервировка стола, уборка посуды [3, с. 61].

В старшей группе (5–6 лет):

- закреплять умение правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом);
- есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом;
- продолжать прививать навыки культуры еды;
- добросовестно выполнять обязанности дежурных по столовой [3, с. 70].

В подготовительной к школе группе (6–7 лет):

- закреплять навыки культуры поведения за столом: прямо сидеть, не класть локти на стол, бесшумно пить и пережевывать пищу;
- правильно пользоваться ножом, вилкой, салфеткой;
- брать пищу понемногу, есть бесшумно;
- самостоятельно и добросовестно выполнять обязанности дежурных [3, с. 79].

Таким образом, ФОП ДО задает четкую траекторию формирования навыков: от элементарных действий в младшей группе до полного овладения всеми приборами и осознанного выполнения обязанностей дежурного к моменту поступления в школу. Данное пособие полностью опирается на эти требования.

1.3.3. Санитарно-эпидемиологические требования (СанПиН)

СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» регламентирует вопросы организации питания с точки зрения безопасности и гигиены [14].

Для нашей темы важны следующие положения:

Пункт 15.12. «Прием пищи воспитанниками осуществляется в групповых помещениях. Сервировка столов должна соответствовать возрасту детей, эстетическим и гигиеническим требованиям» [14].

Пункт 15.13. «Для организации питания детей в группах должны быть созданы условия: обеспечена соответствующая росту детей мебель, промаркированная посуда, столовые приборы» [14].

Важно отметить, что требования СанПиН напрямую влияют на процесс формирования навыков:

- посуда и приборы должны соответствовать возрасту детей (облегченные вилки, ложки с нескользящими ручками);
- сервировка должна быть эстетичной, что формирует положительное отношение к приему пищи;
- мебель по росту позволяет сохранять правильную осанку.

1.3.4. Взаимосвязь нормативных требований и педагогической практики

Таким образом, современная нормативно-правовая база:

1. **Определяет значимость** проблемы формирования культуры поведения за столом, включая ее в содержание обязательной части образовательной программы.

2. **Задаёт возрастные ориентиры** – четкие требования к навыкам в каждой возрастной группе.

3. **Обязывает педагогов** вести системную работу в данном направлении, а не пускать процесс на самотек.

4. **Требует взаимодействия с семьей**, так как целевые ориентиры ФГОС ДО предполагают достижение результатов только при согласованных усилиях детского сада и родителей.

Данное учебно-методическое пособие разработано в полном соответствии с перечисленными нормативными документами и может быть использовано для реализации требований ФГОС ДО и ФОП ДО в части социально-коммуникативного и физического развития дошкольников.

1.4. Педагогические условия эффективного формирования культуры поведения за столом у дошкольников

Анализ психолого-педагогической литературы и передового педагогического опыта позволяет выделить **совокупность педагогических условий**, соблюдение которых обеспечивает успешное формирование у дошкольников культуры поведения за столом.

1.4.1. Единство требований в детском саду и семье

Данное условие является, пожалуй, ключевым. Многочисленные исследования подтверждают: если к поведению ребенка за столом предъявляются разные требования в детском саду и дома, формирование устойчивого навыка существенно затрудняется, а в некоторых случаях становится невозможным [8, 12, 13].

Ребенок дошкольного возраста мыслит конкретно. Если в детском саду требуют есть молча, а дома постоянно включен телевизор, ребенок не может понять, какое же правило является истинным. Он либо выбирает более удобный для себя вариант (есть с телевизором), либо испытывает тревогу и напряжение.

Единство требований предполагает:

- согласование основных правил поведения за столом (перечень не должен быть слишком обширным, 5–7 основных позиций);
- единые формулировки («волшебные слова», названия приборов);
- единую стратегию поощрения и порицания;
- регулярный обмен информацией между педагогами и родителями.

В **Части 4** данного пособия представлены конкретные инструменты для достижения единства требований: анкеты, чек-листы, сценарии совместных мероприятий.

1.4.2. Положительный пример взрослого

Дошкольник усваивает нормы поведения прежде всего через **подражание** значимому взрослому. Исследования А. Бандуры, а позднее и отечественных психологов (Л.Ф. Обухова, Е.О. Смирнова) убедительно доказали: ребенок копирует не то, что ему говорят, а то, что он реально наблюдает в поведении окружающих [11, с. 178].

Если воспитатель требует от детей аккуратно есть салфеткой, но сам ест, не пользуясь ею, его требования не будут эффективными. Если родители за столом пользуются смартфонами, бесполезно требовать от ребенка, чтобы он не отвлекался на гаджеты.

С.А. Козлова подчеркивает: «Личный пример – не просто один из методов воспитания, это его фундаментальная основа. Никакие словесные наказы не компенсируют отрицательного примера» [7, с. 221].

Таким образом, работа по формированию культуры поведения за столом должна начинаться с самоанализа и, при необходимости, коррекции собственного поведения педагогов и родителей.

1.4.3. Системность и последовательность

Формирование навыка требует многократного повторения. Разовые акции («Неделя этикета») могут дать кратковременный эффект, но не формируют устойчивой привычки.

Системность предполагает:

- ежедневное включение задач по формированию культуры поведения за столом в режимные моменты;
- постепенное усложнение требований в соответствии с возрастом;
- повторение и закрепление пройденного на новом уровне.

Последовательность означает, что нельзя требовать от ребенка освоения сложного навыка (например, пользования ножом), если не сформированы более простые (уверенное пользование вилкой). Попытки «перескочить» этапы ведут к неудачам, формированию неправильных стереотипов и негативному отношению к процессу.

1.4.4. Игровая форма обучения

Ведущая деятельность дошкольника – игра. Следовательно, и обучение столовому этикету должно проходить в игровой, ненавязчивой форме. Как справедливо отмечает О.В. Дыбина, «игра для ребенка – не развлечение, а способ освоения мира, моделирования социальных отношений» [6, с. 15].

Игровые методы позволяют:

- снизить напряжение и тревожность (ребенок не боится ошибиться);
- повысить мотивацию (играть интересно, а слушать нотации – нет);
- обеспечить многократное повторение без скуки;
- моделировать различные ситуации (праздничный стол, кафе, гости).

В **Части 3** пособия представлена обширная картотека игр, дифференцированных по возрастам и дидактическим задачам.

1.4.5. Наглядность и доступность

Мышление дошкольника носит наглядно-действенный и наглядно-образный характер. Словесные инструкции усваиваются хуже, чем информация, подкреплённая зрительным образом.

Эффективными средствами наглядности являются:

- алгоритмы (мнемосхемы) последовательности действий;
- картинки с правильными и неправильными образцами поведения;
- маркеры и подсказки (например, цветные наклейки на приборах);
- фотоотчеты, коллажи, стенды.

В **Приложении 1** пособия представлены готовые мнемосхемы для использования в работе.

1.4.6. Индивидуальный и дифференцированный подход

Дети различаются по темпу развития, моторным возможностям, эмоциональным особенностям. То, что легко дается одному ребенку, может вызывать серьезные затруднения у другого.

Индивидуальный подход предполагает:

➤ учет особенностей здоровья и развития (левшество, нарушения моторики, пищевая избирательность);

➤ дозирование помощи (от совместных действий до самостоятельного выполнения);

➤ учет темпа деятельности (нельзя торопить медлительного ребенка);

➤ учет пищевых предпочтений в разумных пределах.

Дифференцированный подход в условиях группы реализуется через:

➤ разные уровни сложности заданий;

➤ индивидуальные карточки-подсказки;

➤ помощь сверстников (пары взаимопомощи).

Таким образом, теоретический анализ проблемы позволяет сделать следующие **выводы**:

1. Культура поведения за столом является сложным интегративным качеством личности, включающим когнитивный, эмоционально-ценностный и поведенческий компоненты.

2. Процесс формирования навыков столового этикета должен строго соответствовать возрастным психофизиологическим возможностям детей: от простейших действий в 3–4 года до осознанного соблюдения норм в 6–7 лет.

3. Современная нормативно-правовая база (ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН) рассматривает формирование культуры поведения за столом как обязательный компонент образовательной программы, определяет четкие целевые ориентиры и содержание работы по возрастным группам.

4. Эффективность педагогической работы обеспечивается соблюдением комплекса условий: единство требований семьи и ДОУ, положительный пример взрослого, системность, игровая форма, наглядность, индивидуальный подход.

ЧАСТЬ 2. ДИАГНОСТИКА СФОРМИРОВАННОСТИ НАВЫКОВ КУЛЬТУРЫ ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ

2.1. Критерии и показатели оценки сформированности навыков культуры поведения за столом

Прежде чем приступать к формированию навыков, необходимо определить **исходный уровень** их сформированности у каждого ребенка. В дальнейшем диагностика проводится для **отслеживания динамики и корректировки педагогической работы**.

В соответствии с трехкомпонентной структурой культуры поведения за столом (когнитивный, эмоционально-ценностный, поведенческий компоненты), мы выделяем **три группы критериев оценки**:

2.1.1. Когнитивный критерий

Отражает наличие у ребенка **знаний и представлений** о правилах поведения за столом.

Показатели:

- знает названия столовых приборов (ложка, вилка, нож, тарелка, чашка, салфетница и др.);
- знает назначение столовых приборов (для чего нужна ложка, вилка, нож);
- знает последовательность действий до, во время и после еды;
- знает правила поведения за столом (сидеть прямо, не разговаривать с полным ртом, пользоваться салфеткой и др.);
- знает вежливые слова, связанные с приемом пищи (приятного аппетита, спасибо, пожалуйста);
- способен оценить правильность/неправильность поведения за столом (на наглядном материале).

2.1.2. Эмоционально-ценностный критерий

Отражает **отношение ребенка** к процессу приема пищи и соблюдению правил.

Показатели:

- проявляет положительное эмоциональное отношение к приему пищи;
- испытывает удовлетворение от самостоятельных действий за столом;
- проявляет желание соблюдать правила поведения за столом;
- испытывает огорчение при нарушении правил (своих или чужих);
- проявляет интерес к сервировке стола, эстетике оформления блюд;
- стремится быть примером для других детей.

2.1.3. Поведенческий критерий

Отражает **реальные умения и навыки**, автоматизированные действия.

Показатели (дифференцируются по возрастам в соответствии с ФОП ДО):

3–4 года:

- моет руки перед едой (самостоятельно или с напоминанием);
- правильно держит ложку;
- пользуется салфеткой с помощью взрослого;
- не крошит хлеб (старается);
- благодарит после еды (с напоминанием).

4–5 лет:

- моет руки перед едой без напоминания;
- правильно держит ложку и вилку;
- пользуется салфеткой без напоминания;
- ест аккуратно, не проливая;
- соблюдает правильную осанку за столом;
- не разговаривает с полным ртом;
- самостоятельно говорит слова благодарности;
- выполняет простые действия по сервировке (раздает ложки, ставит хлебницы).

5–6 лет:

- правильно пользуется вилкой и ножом (режет мягкие продукты);
- полностью соблюдает гигиенические процедуры до и после еды;
- сохраняет правильную осанку в течение всего приема пищи;
- соблюдает тишину за столом;
- самостоятельно сервирует стол (под контролем взрослого);
- убирает за собой посуду.

6–7 лет:

- уверенно пользуется всеми столовыми приборами;
- полностью соблюдает правила столового этикета;
- самостоятельно и добросовестно выполняет обязанности дежурного;
- контролирует свое поведение без напоминаний взрослого;
- способен объяснить правила поведения за столом другим детям;
- проявляет инициативу в поддержании порядка.

2.2. Диагностический инструментарий

Для оценки сформированности навыков культуры поведения за столом мы предлагаем **комплекс диагностических методов**, включающий:

1. **Наблюдение** в естественных условиях (во время приема пищи).
2. **Диагностические беседы** (выявление знаний и представлений).
3. **Диагностические игровые задания** (моделирование ситуаций).
4. **Анализ продуктов деятельности** (фото сервировки, рисунки).
5. **Беседы с родителями** (выявление единых/разных требований).

2.2.1. Наблюдение за поведением детей во время приема пищи

Наблюдение является **ведущим методом диагностики**, поскольку позволяет оценить реальное поведение ребенка в естественной ситуации, а не его представления о том, как «надо» делать.

Условия проведения:

- наблюдение проводится в режимные моменты (завтрак, обед, полдник);
- фиксация результатов осуществляется в карте наблюдения (см. ниже);
- наблюдение не должно нарушать естественный ход процесса;
- рекомендуется проводить наблюдение в разные дни (не менее 3 раз) для получения объективной картины.

Карта наблюдения «Культура поведения за столом»

Возрастная группа: _____

Воспитатель: _____

Дата наблюдения: _____

№ п/п	ФИ ребенка/ показатель								
1	Моет руки перед едой								
2	Правильно держит ложку								
3	Правильно держит вилку								
4	Пользуется ножом								
5	Пользуется салфеткой								
6	Сохраняет осанку								
7	Не разговаривает с полным ртом								
8	Ест аккуратно								
9	Благодарит после еды								
19	Участвует в сервировке/уборке								
Общий балл									

Шкала оценки:

- **0 баллов** – навык отсутствует (ребенок не выполняет действие даже с помощью взрослого);

➤ **1 балл** – навык в стадии формирования (выполняет только с помощью взрослого, требуется многократное напоминание);

➤ **2 балла** – навык сформирован, но неустойчив (выполняет самостоятельно, но иногда требуется напоминание, допускает единичные ошибки);

➤ **3 балла** – навык сформирован, автоматизирован (выполняет самостоятельно, без напоминания, стабильно).

Примечание: не все показатели оцениваются во всех возрастных группах. Например, пользование ножом оценивается только с 5 лет, вилкой – с 4 лет. В карте фиксируются только те показатели, которые соответствуют возрасту детей.

2.2.2. Диагностическая беседа

Беседа позволяет выявить **когнитивный компонент** – знания ребенка о правилах поведения за столом.

Условия проведения:

- беседа проводится индивидуально, в спокойной обстановке;
- время проведения – не более 5–7 минут;
- вопросы формулируются доступно, наглядно подкрепляются картинками;
- ответы фиксируются дословно или ключевыми словами.

Примерные вопросы для беседы:

Для детей 3–4 лет:

1. Покажи, где у нас ложка? А вилка? А тарелка?
2. Что мы делаем перед тем, как сесть за стол?
3. Зачем нам салфетка?
4. Что нужно сказать после еды?

Для детей 4–5 лет:

1. Какие столовые приборы ты знаешь? Для чего они нужны?
2. Расскажи, что нужно сделать сначала, что потом, когда мы собираемся есть?
3. Как нужно сидеть за столом? Почему?
4. Можно ли разговаривать, когда во рту еда? Почему?
5. Какие вежливые слова мы говорим за столом?

Для детей 5–6 лет:

1. Для чего нужен нож? Когда им пользуются?
2. Что такое сервировка стола? Кто это делает?
3. Чем отличается праздничный стол от обычного?
4. Что ты делаешь, если случайно пролил компот?
5. Почему важно соблюдать правила поведения за столом?

Для детей 6–7 лет:

1. Представь, что ты пришел в гости. Как ты будешь вести себя за столом?
2. Твой друг ест руками, чавкает. Что ты ему скажешь?
3. Зачем люди придумали правила этикета?
4. Расскажи, как правильно сервировать стол к обеду.
5. Какие правила поведения за столом ты считаешь самыми важными?

Почему?

Оценка результатов беседы:

➤ **Высокий уровень** – ребенок дает полные, развернутые ответы, аргументирует, приводит примеры.

➤ **Средний уровень** – ответы правильные, но краткие, с помощью наводящих вопросов.

➤ **Низкий уровень** – ребенок затрудняется с ответами, отвечает односложно или не по существу.

2.2.3. Диагностические игровые задания

Игровые задания позволяют в **естественной, ненапряженной форме** оценить как знания ребенка, так и его реальные умения в смоделированной ситуации.

Задание 1. «Сервируем стол для куклы» (все возрастные группы)

Материалы: кукольная посуда (тарелки, чашки, ложки, вилки, ножи), скатерть, салфетки, хлебница.

Инструкция: «К нам в гости пришла кукла Катя. Она хочет пообедать. Давай накроем для нее стол красиво и правильно».

Фиксируется:

- последовательность действий;
- правильность расположения приборов;
- использование салфеток, скатерти;
- речевое сопровождение.

Задание 2. «Найди ошибку» (с 4 лет)

Материалы: карточки с изображением ситуаций правильного и неправильного поведения за столом.

Инструкция: «Посмотри на картинки. Какие дети ведут себя за столом правильно? А какие – неправильно? Почему ты так думаешь?»

Фиксируется:

- количество правильно идентифицированных ситуаций;
- аргументация (почему правильно/неправильно);
- эмоциональная реакция.

Задание 3. «Проблемная ситуация» (с 5 лет)

Инструкция: «Представь, что ты сидишь за столом и случайно толкнул чашку. Компот пролился на скатерть. Что ты будешь делать?»

Варианты ситуаций:

- ты опоздал к обеду, все уже сели за стол;
- тебе нужно передать соль, а она стоит далеко;
- у тебя упала вилка на пол;
- тебе положили блюдо, которое ты не любишь.

Фиксируется: способ решения ситуации, использование вежливых слов, эмоциональные реакции.

2.2.4. Анализ продуктов деятельности

Данный метод особенно информативен в работе со старшими дошкольниками.

Что анализируется:

- рисунки детей на тему «Мы за столом», «Праздничный обед», «Моя семья ужинает»;
- фотографии сервировки стола (дежурство);
- записи в «Дневнике успехов» находится в рабочей тетради (Приложение 4).

Критерии анализа рисунков:

- наличие всех необходимых предметов на столе;
- правильное расположение приборов (вилка слева, ложка/нож справа);
- позы персонажей (сидят прямо, не раскачиваются);
- эмоциональная окраска рисунка.

2.2.5. Беседа с родителями и анкетирование

Поскольку формирование культуры поведения за столом требует **единства требований семьи и ДОУ**, диагностика включает и изучение позиции родителей.

Примерные вопросы для беседы с родителями:

1. Ест ли ребенок за общим семейным столом?
2. Какие столовые приборы ребенок использует дома?
3. Кто напоминает ребенку о правилах поведения за столом?
4. Есть ли в семье единые требования к поведению ребенка за столом?
5. Смотрит ли ребенок телевизор во время еды?
6. Благодарит ли ребенок после еды?
7. Привлекаете ли вы ребенка к сервировке стола, уборке посуды?

Анкета для родителей представлена в **Части 4** данного пособия.

2.3. Обработка и интерпретация результатов диагностики

2.3.1. Определение уровней сформированности навыков

На основе суммарной оценки по всем показателям (наблюдение, беседа, игровые задания) определяется **уровень сформированности культуры поведения за столом** у каждого ребенка.

Высокий уровень (24–30 баллов для 5–7 лет, соотносительно для других возрастов):

Ребенок обладает полными, системными знаниями о правилах поведения за столом, понимает их социальную значимость. Уверенно, самостоятельно, без напоминаний соблюдает все гигиенические требования и этикетные нормы, соответствующие возрасту. Владеет всеми столовыми приборами, сохраняет правильную осанку, аккуратен. Проявляет положительное эмоциональное отношение к процессу еды и соблюдению правил. Способен оценить свое поведение и поведение сверстников, аргументирует оценку. Добросовестно выполняет обязанности дежурного, проявляет инициативу.

Средний уровень (16–23 баллов для 5–7 лет, соотносительно для других возрастов):

Ребенок знает основные правила поведения за столом, но не всегда может их объяснить. Навыки в целом сформированы, но носят неустойчивый характер: при контроле взрослого действует правильно, без контроля может допускать ошибки (отвлекается, забывает пользоваться салфеткой, принимает неправильную позу). Столовыми приборами владеет, но допускает отдельные неточности. Эмоциональное отношение к процессу еды положительное, но мотивация соблюдать правила преимущественно внешняя (похвала взрослого). Обязанности дежурного выполняет, но не всегда качественно.

Низкий уровень (менее 16 баллов для 5–7 лет, соотносительно для других возрастов):

Знания ребенка о правилах поведения за столом отрывочны, бессистемны. Навыки находятся на стадии формирования либо отсутствуют. Ребенок нуждается в постоянной помощи и контроле взрослого. Может проявлять негативное отношение к процессу еды или к соблюдению правил. Допускает грубые нарушения этикета (ест руками, разговаривает с полным ртом, качается на стуле). Навыки дежурства не сформированы.

Важно: низкий уровень не является «приговором» или оценкой ребенка. Это сигнал для педагога о необходимости усилить индивидуальную работу, скорректировать методы, активизировать взаимодействие с семьей.

2.3.2. Сводная таблица результатов диагностики по группе

Для общего анализа эффективности педагогической работы рекомендуется составлять **сводную таблицу** по группе.

Сводная таблица результатов диагностики

Группа: _____ Дата: _____

№ п/п	Ф.И. ребенка	Когнитивный компонент (0–10)	Эмоционально- ценностный компонент (0– 10)	Поведенческий компонент (0– 10)	Общий балл (0–30)	Уровень
Средний по группе						

Анализ результатов:

- какой компонент сформирован лучше всего? (обычно это поведенческий в младшем возрасте и когнитивный в старшем);
- какой компонент «западает»? (чаще всего эмоционально-ценностный — ребенок знает, как надо, умеет, но не хочет соблюдать правила);
- есть ли дети с низким уровнем? сколько их? каковы возможные причины (индивидуальные особенности, несогласованность требований семьи и ДОУ, педагогическая запущенность)?

2.3.3. Диагностика как основа планирования

Важнейший принцип педагогической диагностики: **диагностика не ради диагноза, а ради коррекции.**

На основе полученных результатов:

1. **Планируется индивидуальная работа** с детьми, имеющими низкий уровень и отдельные трудности.
2. **Корректируются методы и приемы работы** со всей группой (например, если у многих детей недостаточно сформированы навыки пользования вилкой, планируется серия игр-тренажеров).
3. **Определяются направления работы с родителями** (например, если диагностика показывает, что дети дома едят перед телевизором, проводится родительское собрание, посвященное единству требований).
4. **Отслеживается динамика** (диагностика проводится 2–3 раза в год: стартовая – сентябрь, промежуточная – январь, итоговая – май).

2.4. Пример оформления диагностической карты (готовый бланк)

Ниже представлен **готовый бланк диагностической карты**, который можно непосредственно использовать в работе.

ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА

«Формирование культуры поведения за столом»

Ф.И. ребенка: _____

Возрастная группа: _____

Дата заполнения: _____

Компонент / Показатель	Сентябрь	Январь	Май	Примечания
1. Когнитивный компонент				
Знает названия столовых приборов				
Знает назначение приборов				
Знает последовательность действий				
Знает правила поведения				
Знает вежливые слова				
Умеет оценивать поведение				
Средний балл по компоненту				
2. Эмоционально-ценностный компонент				
Положительное отношение к еде				
Удовольствие от самостоятельности				
Желание соблюдать правила				
Огорчение при нарушении правил				
Интерес к сервировке				
Стремление быть примером				
Средний балл по компоненту				
3. Поведенческий компонент				
Моет руки перед едой				
Правильно держит ложку				
Правильно держит вилку				
Пользуется ножом				
Пользуется салфеткой				
Сохраняет осанку				
Не разговаривает с полным ртом				
Ест аккуратно				
Благодарит после еды				
Сервирует/убирает				
Средний балл по компоненту				
ИТОГОВЫЙ БАЛЛ				
УРОВЕНЬ				

Шкала оценки: 0 – навык отсутствует, 1 – с помощью взрослого, 2 – самостоятельно с напоминанием, 3 – автоматизировано.

Уровни: высокий (2,5–3), средний (1,8–2,4), низкий (менее 1,8).

Представленный диагностический инструментарий:

1. **Соответствует требованиям ФГОС ДО** – не оценивает ребенка, а выявляет его индивидуальные особенности и образовательные потребности.
2. **Учитывает возрастную специфику** – показатели дифференцированы по возрастам в соответствии с ФОП ДО.
3. **Охватывает все компоненты** культуры поведения за столом: когнитивный, эмоционально-ценностный, поведенческий.
4. **Использует адекватные возрасту методы** – наблюдение, беседу, игровые задания, анализ продуктов деятельности.
5. **Позволяет отслеживать динамику** – карта заполняется 2–3 раза в год.
6. **Служит основой для планирования** индивидуальной и групповой работы, взаимодействия с семьей.

ЧАСТЬ 3. КАРТОТЕКА ИГР И ПРАКТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

3.1. Игры и упражнения для детей 3–4 лет (младшая группа)

В младшем дошкольном возрасте ведущей является **предметно-манипулятивная деятельность**, которая постепенно перерастает в сюжетно-ролевую игру. Дети этого возраста осваивают **базовые действия**: правильный захват ложки, пользование салфеткой, мытье рук. Обучение строится на **подражании взрослому и совместных действиях**.

БЛОК 1. ГИГИЕНИЧЕСКИЕ НАВЫКИ

1. «Где живёт чистота?»

	Формировать навык мытья рук перед едой, закреплять последовательность действий
	Алгоритм мытья рук (мнемосхема), мыло, полотенце
	Педагог читает потешку: «Водичка-водичка, умой моё личико...». Дети вместе с педагогом выполняют действия: закатать рукава, открыть кран, намылить руки, смыть, закрыть кран, вытереть полотенцем. Каждое действие сопровождается показом на мнемосхеме
	Игра-соревнование «Кто чище вымоет руки» (оценивается не скорость, а качество)
	«Моем руки чисто-чисто, чтобы не болел животик!»

2. «Где живёт салфетка?»

	Приучать детей пользоваться салфеткой после еды
	Яркие тканевые или бумажные салфетки в подстаканниках, игрушка Зайка
	В гости приходит Зайка, у которого испачканы лапки и мордочка. Дети объясняют Зайке, что нужно пользоваться салфеткой, показывают, как это делается. Затем каждый ребенок берет свою салфетку и промокает рот
	У каждого ребенка салфетка «поселяется» в свой домик-подстаканник. Перед едой педагог напоминает: «Салфетка ждет тебя!»
	«Салфетка – наш друг, она вытирает рот и руки»

3. «Каждый пальчик знает свое место»

	Формировать правильный захват ложки
	Ложки по количеству детей, мелкие предметы (фасоль, горох, пуговицы), тарелки
	Педагог показывает, как правильно держать ложку: пальчики обнимают ручку, большой пальчик сверху. Дети тренируются перекладывать фасоль из одной тарелки в другую, правильно удерживая ложку
	Игра «Накорми мишку» – дети кормят игрушку пластилиновыми «котлетками»
	«Ложку держим крепко, не убегай, ложка!»

БЛОК 2. НАВЫКИ САМООБСЛУЖИВАНИЯ

4. «Накорми куклу Катю»

	Закреплять навык пользования ложкой, формировать аккуратность
	Кукла, кукольная посуда (тарелка, ложка, чашка), муляжи продуктов

	Кукла Катя пришла с прогулки и проголодалась. Дети должны накормить ее обедом. Воспитатель обращает внимание на то, что кормить нужно аккуратно, не проливая суп, вытирать кукле рот салфеткой
	Дети меняются ролями: один кормит, другой – кукла
	«Кушай, Катя, суп вкусный! Не обожгись!»

5. «Мишка-нерея»

	Формировать отрицательное отношение к неаккуратной еде
	Игрушечный медведь, испачканный пластилином (имитация еды), салфетки
	Педагог обращает внимание детей на медведя: «Посмотрите, как Мишка испачкался! Он ел неаккуратно, не пользовался салфеткой. Давайте поможем ему стать чистым!» Дети вытирают медведя салфетками, проговаривая: «Надо есть аккуратно!»
	Создание проблемной ситуации: медведь снова испачкался – почему?
	«Мишка, ешь аккуратно, пользуйся салфеткой!»

6. «Покажи Петрушке»

	Закреплять правильную позу за столом
	Кукла Петрушка, детские стульчики
	Петрушка приходит к детям и показывает, как он сидит за столом (горбится, кладет локти на стол, качается). Дети объясняют Петрушке, что так сидеть нельзя, и показывают, как нужно: спина прямая, ноги вместе, локти не на столе, не раскачиваться
	Петрушка «запоминает» и пробует сесть правильно, дети оценивают
	«Спинка прямая, ножки дружат, локти отдыхают»

БЛОК 3. ЭТИКЕТНЫЕ НОРМЫ

7. «Волшебные слова»

	Формировать навыки речевого этикета за столом
	Кукла, игрушечная посуда
	Кукла приходит в гости. Дети угощают ее чаем. Воспитатель акцентирует внимание на словах: «Что нужно сказать кукле, когда она пришла? (Здравствуйте). А когда угощаем? (Угощайся, пожалуйста). А после еды? (Спасибо)». Дети проговаривают слова в игровой ситуации
	Игра-цепочка: дети передают друг другу угощение со словами «Пожалуйста» и «Спасибо»
	«Спасибо» и «пожалуйста» – наши волшебные слова за столом»

8. «Сказка о том, как ложка убежала»

	Формировать бережное отношение к столовым приборам
	Настольный театр, ложка-перчатка
	Педагог разыгрывает мини-спектакль: жила-была ложка. Она очень любила кормить детей, но однажды мальчик Петя начал стучать ложкой по столу, размахивать ею, бросать на пол. Ложка обиделась и убежала. Петя остался без ложки и не мог есть суп. Петя понял свою ошибку, попросил у ложки прощения и обещал больше ее не обижать. Ложка вернулась
	Обсуждение: почему ложка убежала? Как нужно обращаться с приборами?
	«Ложка – наша помощница, ее нельзя обижать»

БЛОК 4. СЕРВИРОВКА СТОЛА (ЭЛЕМЕНТЫ)

9. «У куклы Кати день рождения»

	Формировать первичные представления о сервировке стола
---	--

	Кукольная посуда, скатерть, салфетки, угощение (муляжи)
	У куклы Кати день рождения. Нужно накрыть праздничный стол. Дети под руководством педагога расставляют посуду: тарелки, чашки, раскладывают ложки, ставят угощение. Воспитатель комментирует: «Тарелка стоит посередине, ложка — справа»
	Вариация «Угостим зверят» — сервировка стола для разных игрушек
	«У тарелки есть соседи: ложка справа — помни, дети!»

10. «Разложи правильно»

	Учить различать столовые приборы и раскладывать их по местам
	Контурные карточки с изображением тарелки, отдельные карточки с ложками, вилками
	Детям предлагаются карточки-основы (тарелка) и отдельные приборы. Нужно положить ложку справа от тарелки. Для детей 3–4 лет используется только ложка, вилка вводится в конце учебного года
	Игра «Найди пару» — подобрать ложку к тарелке такого же цвета
	«Ложка — правая рука, она живет справа»

ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (3–4 ГОДА)

Период	Задачи	Игры
Сентябрь–октябрь	Формировать навык мытья рук, правильный захват ложки	«Где живёт чистота?», «Каждый пальчик знает свое место»
Ноябрь–декабрь	Учить пользоваться салфеткой, формировать аккуратность	«Где живёт салфетка?», «Накорми куклу Катю»
Январь–февраль	Формировать правильную осанку, знакомить с речевым этикетом	«Покажи Петрушке», «Волшебные слова»
Март–апрель	Воспитывать бережное отношение к приборам, знакомить с сервировкой	«Сказка о ложке», «У куклы Кати день рождения»
Май	Закрепление пройденного	Все игры по выбору

3.2. Игры и упражнения для детей 4–5 лет (средняя группа)

В среднем дошкольном возрасте ведущей становится **сюжетно-ролевая игра**. Дети активно осваивают социальные роли, моделируют в игре поведение взрослых. Это создает благоприятные возможности для обучения столовому этикету через игры «в кафе», «в гости», «в день рождения». В этом возрасте вводится **вилка**, начинается обучение **дежурству**.

БЛОК 1. ГИГИЕНИЧЕСКИЕ НАВЫКИ

11. «Школа Мойдодыра»

	Закреплять навык мытья рук, формировать осознанное отношение к гигиене
	Алгоритм мытья рук, мыло, полотенца, иллюстрации к сказке «Мойдодыр»

	Педагог читает отрывок из «Мойдодыра» К. Чуковского. Обсуждает с детьми: почему от мальчика убежали вещи? Что нужно делать, чтобы быть чистым? Дети по очереди рассказывают алгоритм мытья рук, показывают движения
	Игра-соревнование «Кто правильно вымоет руки» (оценивается правильность, а не скорость)
	«Надо, надо умываться по утрам и вечерам!»

12. «Чистюльки и грязнульки»

	Формировать положительное отношение к чистоте, отрицательное – к неопрятности
	Картинки с изображением аккуратных и неаккуратных детей за столом, два домика (зеленый и красный)
	Детям предлагаются картинки с разными ситуациями поведения за столом. Нужно определить, кто «чистюлька» (аккуратно ест, пользуется салфеткой) – поселить в зеленый домик, а кто «грязнулька» – в красный. Объяснить свой выбор
	Дети придумывают истории про жителей домиков
	«Чистюлька – молодец, у него всегда чистое лицо и руки!»

БЛОК 2. НАВЫКИ САМООБСЛУЖИВАНИЯ

13. «Научим куклу пользоваться вилок»

	Формировать навык пользования вилок
	Кукла, детские вилки (с затупленными зубцами), муляжи овощей, котлет
	Кукла Катя не умеет пользоваться вилок, ест все руками. Дети должны научить Катю правильно держать вилку: зубчики смотрят вниз, ручка лежит в ладонке, указательный пальчик выпрямлен сверху на ручке. Дети показывают на муляжах, как накалывать кусочки
	Игра-тренажер «Наколи шарик» – накалывание поролоновых шариков на вилку
	«Вилка – не лопатка, ей не набирают суп. Вилка – для кусочков!»

14. «Аккуратные пальчики»

	Развивать мелкую моторику, готовить руку к пользованию ножом (в перспективе)
	Пластелин, стеки, доски для лепки
	Дети лепят «овощи» и «фрукты» из пластилина, затем учатся разрезать их стекой (пластиковым ножиком). Педагог показывает правильный захват: нож в правой руке, левая придерживает продукт. Важно соблюдать технику безопасности: режем от себя, пальчики левой руки согнуты
	Игра «Поварята» – приготовление салата для кукол
	«Ножик острый, береги пальчики!»

15. «Королевская осанка»

	Закреплять навык сохранения правильной позы за столом
	Корона (бутафорская)
	Педагог объясняет, что короли и королевы всегда сидят с прямой спиной, не горбятся. Сегодня мы будем учиться сидеть как короли. Тот, кто правильно сидит за столом (спина прямая, локти не на столе), получает корону на время обеда
	Игра-соревнование «Кто дольше продержит корону» (корону можно сделать из бумаги и надевать на голову)
	«Спинка прямая – ты как король!»

БЛОК 3. ЭТИКЕТНЫЕ НОРМЫ

16. «Кафе "Сказка"»

	Закреплять навыки поведения в общественном месте, речевой этикет
	Атрибуты для кафе: фартуки, меню с картинками, посуда, подносы, салфетки
	Дети распределяют роли: посетители, официант, повар. Официант приветствует посетителей, подает меню, принимает заказ, приносит еду, желает приятного аппетита. Посетители пользуются приборами, едят аккуратно, благодарят официанта, платят (игрушечными деньгами)
	Введение новых правил: нельзя стучать приборами, громко разговаривать, бегать
	«Приятного аппетита!» – «Спасибо!» – «Пожалуйста, приходите еще!»

17. «День рождения Совёнка»

	Формировать представления о праздничном этикете
	Игрушка Совёнок, праздничная скатерть, салфетки, угощение, подарки
	У Совёнка день рождения. Дети готовятся к приему гостей: накрывают стол красиво, раскладывают салфетки, ставят угощение. Затем приходят гости, поздравляют именинника, дарят подарки. Во время чаепития дети упражняются в вежливом общении: «Угощайся, пожалуйста», «Спасибо, очень вкусно», «Поздравляю!»
	Введение традиции: именинник сидит во главе стола
	«С днём рождения! Желаю здоровья и счастья!»

18. «Вежливый ручеек»

	Автоматизировать использование вежливых слов за столом
	Мяч
	Дети стоят в кругу. Педагог бросает мяч и называет ситуацию за столом. Ребенок должен вернуть мяч и сказать нужное вежливое слово. Ситуации: «Тебе положили еду...» (спасибо), «Ты просишь передать хлеб...» (пожалуйста), «Ты пришел к столу...» (приятного аппетита) и т.д.
	Дети сами придумывают ситуации и бросают мяч друг другу
	«Волшебные слова делают обед вкуснее!»

19. «Что такое хорошо и что такое плохо» (по В. Маяковскому)

	Формировать осознанное отношение к правилам поведения за столом
	Набор парных картинок: правильно/неправильно
	Педагог показывает картинки и просит оценить поведение детей за столом. Нужно объяснить, почему это хорошо или плохо. Например: «Мальчик ест руками — это плохо, потому что руки грязные, можно заболеть»; «Девочка пользуется салфеткой — это хорошо, она аккуратная»
	Дети придумывают продолжение истории: что было дальше с героями картинок
	«Крошки хлеба не бросай – уважение проявляй!»

БЛОК 4. СЕРВИРОВКА СТОЛА И ДЕЖУРСТВО

20. «Мы дежурные»

	Формировать навыки сервировки стола, воспитывать ответственность
	Фартуки, косынки/колпачки для дежурных, посуда, столовые приборы, салфетницы, хлебницы
	Педагог знакомит детей с обязанностями дежурных. Дежурные надевают форму, моют руки, раскладывают ложки и вилки (справа от тарелки), ставят салфетницы, хлебницы. Воспитатель контролирует, помогает, хвалит за аккуратность
	Введение графика дежурств с картинками
	«Дежурный – помощник воспитателя, он заботится о всех»

21. «Сервируем стол по схеме»

	Учить действовать по алгоритму, закреплять правила сервировки
	Карточки-схемы сервировки стола, посуда
	На стол выставляется карточка-алгоритм сервировки. Дежурные должны разложить посуду и приборы в точном соответствии со схемой. Остальные дети проверяют правильность выполнения
	Игра «Исправь ошибку» – педагог специально раскладывает приборы неправильно, дежурные находят и исправляют
	«Схема подсказывает – мы выполняем»

22. «Подбери пару»

	Закреплять знание столовых приборов, развивать внимание
	Разрезные карточки: тарелки, ложки, вилки, ножи, чашки, блюдца
	Каждый ребенок получает карточку с изображением одного предмета. Нужно найти того, у кого парный предмет (тарелка – ложка, чашка – блюдце). Затем объяснить, почему эти предметы «дружат»
	Усложнение: подобрать приборы для обеда, завтрака, полдника
	«Ложка дружит с тарелкой, а чашка – с блюдцем»

БЛОК 5. ПРОБЛЕМНЫЕ СИТУАЦИИ

23. «Что делать, если...»

	Учить находить выход из проблемных ситуаций за столом
	Сюжетные картинки или устное описание ситуаций
	Педагог описывает ситуацию: «Ты сидишь за столом и случайно толкнул чашку. Компот пролился на скатерть. Что ты будешь делать?» Дети предлагают варианты: извиниться, промокнуть салфеткой, позвать взрослого, помочь убрать. Обсуждается, какой вариант самый правильный
	Разыгрывание ситуаций по ролям
	«Не страшно ошибиться, страшно не исправить ошибку»

Другие ситуации для обсуждения:

- Ты опоздал к обеду, все уже сели за стол.
- Тебе нужно передать соль, а она стоит далеко.
- У тебя упала вилка на пол.
- Тебе положили блюдо, которое ты не любишь.
- Сосед за столом ест руками и чавкает.

ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (4–5 ЛЕТ)

Период	Задачи	Игры
Сентябрь–октябрь	Закреплять гигиенические навыки, вводить вилку	«Школа Мойдодыра», «Научим куклу пользоваться вилок»
Ноябрь–декабрь	Формировать навыки этикета, речевой вежливости	«Кафе "Сказка"», «Вежливый ручеек»
Январь–февраль	Обучать сервировке стола, вводить дежурство	«Мы дежурные», «Сервируем стол по схеме»
Март–апрель	Формировать навыки решения проблемных ситуаций	«Что делать, если...», «День рождения Совёнка»
Май	Закрепление пройденного	Итоговая игра-квест «Школа этикета»

3.3. Игры и упражнения для детей 5–6 лет (старшая группа)

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться сюжетно-ролевая игра, но появляются и **элементы учебной деятельности**. Дети способны к **более длительному сосредоточению**, могут выполнять **сложные алгоритмы действий**. В этом возрасте вводится **нож**, усложняются **обязанности дежурных**, формируется **осознанное отношение к этикету**.

БЛОК 1. НАВЫКИ САМООБСЛУЖИВАНИЯ

24. «Школа юных поварят»

	Формировать навык безопасного пользования ножом
	Пластиковые ножи, мягкие продукты (вареные овощи, бананы, яблоки), разделочные доски, тарелки, вилки
	Дети надевают фартуки, моют руки. Педагог показывает правильный захват ножа: нож в правой руке, левая придерживает продукт, пальцы согнуты «домиком». Дети тренируются резать мягкие овощи и фрукты. Важно: режем только на доске, нож передаем ручкой вперед
	Приготовление фруктового салата для угощения кукол
	«Нож – не игрушка, но если знать правила, он – помощник»

25. «Умелые ручки»

	Закреплять навык уверенного пользования вилкой и ножом одновременно
	Тарелки с условным блюдом (кусочек пластилина на тарелке), вилки, ножи
	Перед детьми задача: нужно съесть «котлету». Показывается правильный алгоритм: вилка в левой руке (для правшей), нож в правой. Вилкой придерживаем продукт, ножом отрезаем небольшой кусочек. Отрезанный кусочек подцепляем вилкой и отправляем в рот
	Игра-соревнование «Кто аккуратнее» (оценивается техника, а не скорость)
	«Вилка держит, нож режет – вместе они сила!»

БЛОК 2. ЭТИКЕТНЫЕ НОРМЫ

26. «Путешествие в страну Этикета»

	Систематизировать знания о правилах поведения за столом
	Карта страны Этикета, фишки, кубик, карточки-задания
	Игра-путешествие. Дети бросают кубик, перемещают фишку по карте. На каждой остановке их ждет задание: ответить на вопрос, выполнить действие, оценить ситуацию. Кто первым доберется до дворца Этикета — тот главный знаток
	Дети сами придумывают задания для других игроков
	«В стране Этикета все жители вежливые и аккуратные!»

27. «Праздничный стол - Повседневный стол»

	Учить различать повседневную и праздничную сервировку, поведение
	Два набора посуды (обычный и праздничный), скатерти, салфетки
	Дети делятся на две команды. Одна команда сервирует повседневный стол для завтрака в детском саду, вторая — праздничный стол для дня рождения. Затем

	команды объясняют, почему они выбрали те или иные предметы, чем отличается поведение за разными столами
	Обсуждение: как мы ведем себя в гостях на празднике и как дома
	«Праздник – это красиво, но правила этикета одинаковы везде»

28. «Этикет-дуэль»

	Закреплять знания этикетных норм, развивать быстроту реакции
	Два колокольчика, карточки с вопросами
	Дети делятся на две команды. Ведущий задает вопрос по правилам поведения за столом. Кто быстрее нажмет на колокольчик – тот отвечает. За правильный ответ – очко. Вопросы: «Когда нужно говорить: "Приятного аппетита"», «Куда кладут салфетку после еды?», «Как правильно передавать нож?» и т.д.
	Дети сами выступают в роли ведущих
	«Кто этикет знает – тот дуэль выигрывает!»

БЛОК 3. СЕРВИРОВКА СТОЛА И ДЕЖУРСТВО

29. «Дизайнеры стола»

	Развивать эстетический вкус, творческий подход к сервировке
	Скатерти, салфетки (бумажные и тканевые), салфетницы, посуда, элементы декора (цветы, свечи-муляжи)
	Детям предлагается стать дизайнерами и придумать красивое оформление стола к празднику. Можно использовать разные способы складывания салфеток (конвертиком, веером, свечой), украшать стол цветами. В конце каждый «дизайнер» презентует свой проект
	Конкурс на самую красивую сервировку
	«Красивый стол поднимает настроение!»

30. «Ресторанный критик»

	Учить анализировать и оценивать сервировку стола, поведение за столом
	Блокноты, карандаши, очки (бутафорские)
	Выбирается «ресторанный критик» (или несколько). Остальные дети сервируют столы и садятся обедать. Критик наблюдает и оценивает: правильно ли сервирован стол, аккуратно ли едят дети, вежливо ли общаются. Затем критик дает рекомендации
	Смена ролей: каждый может побыть критиком
	«Ресторанный критик знает все секреты этикета!»

31. «Столловый этикет для малышей»

	Формировать ответственность, учить передавать знания младшим
	Куклы, игрушечная посуда, книги, картинки
	Дети старшей группы готовят «урок этикета» для малышей (3–4 года). Они показывают кукольный спектакль, учат малышей правильно держать ложку, пользоваться салфеткой. Это не только закрепляет навыки у старших, но и формирует чувство ответственности
	Совместное чаепитие старших и младших
	«Мы уже большие и можем научить малышей»

БЛОК 4. ПРОБЛЕМНЫЕ СИТУАЦИИ И ОСОЗНАННОЕ ПОВЕДЕНИЕ

32. «Азбука безопасности за столом»

	Формировать осознанное отношение к безопасному поведению за столом
	Карточки с изображением опасных ситуаций (качается на стуле – упадет, размахивает вилкой – уколется сосед, ест большими кусками – подавится)

	Педагог показывает карточки, дети анализируют ситуацию и объясняют, почему так делать нельзя. Важно не просто сказать «нельзя», а объяснить последствия
	Составление книги «Правила безопасности за столом» с рисунками детей
	«Стул – не качели, вилка – не шпага!»

33. «Как поступить?» (кейс-метод)

	Формировать социальную компетентность, умение принимать решения
	Карточки с описанием сложных ситуаций
	Детям предлагаются кейсы – реальные жизненные ситуации, требующие выбора поведения. Задача: предложить вариант действий и обосновать его Примеры кейсов: <i>Ситуация 1.</i> Ты в гостях. Бабушка положила тебе огромную порцию, которую ты не можешь съесть. Как поступить, чтобы не обидеть бабушку? <i>Ситуация 2.</i> Ты очень хочешь пить, а компот в кувшине стоит далеко. Тянуться через весь стол нельзя. Что делать? <i>Ситуация 3.</i> Твой друг за столом громко чавкает. Другие дети смеются. Как ему помочь, не обидев?
	Разыгрывание кейсов по ролям
	«В трудной ситуации главное – не молчать и не обижать других»

ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (5–6 ЛЕТ)

Период	Задачи	Игры
Сентябрь–октябрь	Освоение ножа, техника безопасности	«Школа юных поварят», «Азбука безопасности за столом»
Ноябрь–декабрь	Закрепление полного набора приборов	«Умелые ручки», «Путешествие в страну Этикета»
Январь–февраль	Праздничный этикет, эстетика сервировки	«Праздничный стол vs Повседневный стол», «Дизайнеры стола»
Март–апрель	Социальные навыки, наставничество	«Столовый этикет для малышей», решение кейсов
Май	Итоговая диагностика в игровой форме	«Ресторанный критик», «Этикет-дуэль»

3.4. Игры и упражнения для детей 6–7 лет (подготовительная группа)

В подготовительной к школе группе навыки культуры поведения за столом должны быть **полностью автоматизированы**. Основная задача этого возраста – **осознанное, самостоятельное соблюдение правил** в различных ситуациях (дома, в гостях, в детском саду, в школе). Дети способны к **рефлексии** и **самооценке**, поэтому вводятся игры с элементами контроля и дневники успехов.

БЛОК 1. ОСОЗНАННЫЙ ЭТИКЕТ

34. «Школа этикета» (итоговая игра-проект)

	Систематизировать и обобщить знания о культуре поведения за столом
	Дипломы, эмблемы, игровые станции
	Дети проходят «курс обучения» в Школе этикета. Организуются станции: «Теоретическая» (вопросы), «Практическая» (сервировка), «Этикетная» (решение проблемных ситуаций), «Творческая» (оформление правил для первоклассников). После прохождения всех станций дети получают диплом «Юный знаток этикета»
	Дети сами придумывают задания для станций
	«Теперь мы готовы к школе – мы знаем правила этикета!»

35. «Этикет разных стран»

	Расширять кругозор, формировать уважение к культурным традициям разных народов
	Глобус или карта мира, презентация/картинки с традициями еды в разных странах
	Педагог рассказывает, что правила поведения за столом есть у всех народов, но они могут различаться. Например, в Японии едят палочками, в Индии часто едят руками, в Корее нельзя оставлять палочки воткнутыми в рис. Важно подчеркнуть: разные традиции – это не «правильно/неправильно», это культурные особенности. Дети пробуют пользоваться палочками для еды (игровыми)
	Дети приносят из дома рассказы о традициях своей семьи
	«В каждой стране свои обычаи, но везде ценят уважение к другим»

БЛОК 2. САМОКОНТРОЛЬ И САМООЦЕНКА

36. «Дневник моих успехов»

	Формировать навыки самооценки и самоконтроля
	Индивидуальные дневники успехов (бланки), цветные карандаши, смайлики
	Каждый ребенок ведет свой дневник успехов. В нем есть таблица на неделю с навыками: «Я помыл руки перед едой», «Я аккуратно ел», «Я пользовался салфеткой», «Я сказал спасибо». После каждого приема пищи ребенок оценивает себя: закрашивает кружок зеленым (получилось самому), желтым (с напоминанием), красным (не получилось). В конце недели – подсчет успехов
	Ведение дневника вместе с родителями дома
	«Я сам слежу за своими успехами!»

37. «Светофор этикета»

	Развивать навыки взаимоконтроля и самооценки
	Карточки трех цветов: зеленый, желтый, красный
	После еды дети оценивают свое поведение за столом с помощью карточек-«светофоров»: зеленый – я сегодня молодец, соблюдал все правила; желтый – старался, но иногда забывал; красный – я недоволен собой, много раз нарушал правила. Можно оценивать и поведение товарищей (по желанию, без обидных сравнений)
	Обсуждение: что помогло быть зеленым, что мешало
	«Светофор показывает, над чем нам еще нужно поработать»

БЛОК 3. ПОДГОТОВКА К ШКОЛЕ

38. «Как я буду обедать в школе»

	Формировать готовность к самостоятельному поведению в школьной столовой
	Фото или презентация школьной столовой, подносы, посуда

	Педагог рассказывает, как организовано питание в школе: дети сами берут подносы, выбирают блюда (в некоторых школах), убирают за собой посуду. Важно, что в столовой нет воспитателя, который будет постоянно напоминать правила. Дети моделируют ситуацию «школьная столовая»: берут подносы, ставят тарелки, выбирают приборы, после еды относят посуду
	Экскурсия в школьную столовую (ближайшая школа)
	«В школе я буду сам следить за своим поведением за столом»

39. «Столовый этикет в художественной литературе»

	Формировать осознанное отношение к этикету через анализ литературных произведений
	Книги: Н. Носов «Мишкина каша», В. Драгунский «Денискины рассказы» (отрывки), А. Толстой «Золотой ключик» (сцена в харчевне)
	Педагог читает отрывок из произведения, где описывается поведение героев за столом. Дети анализируют: правильно ли вели себя герои? Какие правила нарушили? К каким последствиям это привело? Что бы вы посоветовали героям?
	Дети придумывают свои истории про нарушение правил этикета
	«Книги тоже учат нас этикету»

ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (6–7 ЛЕТ)

Период	Задачи	Игры
Сентябрь–октябрь	Диагностика, актуализация навыков	«Светофор этикета», «Дневник моих успехов»
Ноябрь–декабрь	Расширение представлений об этикете	«Этикет разных стран», анализ литературных произведений
Январь–февраль	Формирование готовности к школе	«Как я буду обедать в школе»
Март–апрель	Систематизация знаний	«Школа этикета» (проект)
Май	Итоговый мониторинг	Итоговая диагностика, вручение дипломов

3.5. Игровые тренажеры и дидактические пособия своими руками

В этом разделе представлены **простые в изготовлении, но эффективные пособия**, которые педагог может сделать самостоятельно или вместе с детьми.

40. «Веселые прищепки» (тренажер для захвата)

	Тренировать щипковый захват (подготовка к правильному удержанию вилки)
	Бельевые прищепки, картонные круги-«солнышки»
	Дети прикрепляют прищепки-«лучики» к солнышку. Движение пальцев при нажатии на прищепку аналогично движению при удержании вилки
	Соревнование «Кто быстрее прицепит лучики»

41. «Сенсорные ложки»

	Формировать правильный захват ложки
	Пластиковые ложки, поролон, клей, тесьма

	На ручку ложки приклеивается поролоновая накладка с углублениями для пальцев. Это помогает ребенку запомнить правильное положение пальцев на ложке
	Постепенный отказ от накладки по мере автоматизации навыка

42. «Алгоритмы-паутинки»

	Наглядно закреплять последовательность действий
	Карточки с изображением этапов, ленты/веревки
	На стене или на коврографе выкладываются карточки в правильной последовательности и соединяются «паутинкой» (лентами). Дети «ходят» по паутинке пальчиками, проговаривая алгоритм
	Дети сами восстанавливают перепутанные алгоритмы

43. «Салфеточная фантазия»

	Учить красиво складывать салфетки, развивать эстетический вкус
	Бумажные и тканевые салфетки, схемы складывания
	Дети учатся складывать салфетки разными способами: «конвертик», «веер», «свеча», «лилия». Это можно использовать в дежурстве и для оформления праздничного стола
	Конкурс на самую красивую салфетку

Представленная картотека:

1. **Охватывает все возрастные группы** от 3 до 7 лет.
2. **Дифференцирована по сложности** – от элементарных действий до осознанного этикета.
3. **Группирована по задачам** – гигиена, самообслуживание, этикет, сервировка, проблемные ситуации.
4. **Содержит подробное описание** каждой игры, что позволяет использовать ее «с листа».
5. **Включает вариации и речевое сопровождение** для обогащения игры.
6. **Снабжена примерным перспективным планированием** для каждой возрастной группы.
7. **Предлагает простые игровые тренажеры**, которые можно сделать своими руками.

ЧАСТЬ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С СЕМЬЕЙ

4.1. Теоретическое обоснование: почему без семьи нельзя?

Формирование культуры поведения за столом – это процесс, который **не может быть ограничен территорией детского сада**. Ребенок проводит дома значительную часть времени, и именно в семье закрепляются (или не закрепляются) те навыки, которые формируются в ДОУ.

Основные проблемы семейного воспитания в контексте столового этикета:

1. **Отсутствие единых требований.** В детском саду ребенок ест ложкой и вилкой, пользуется салфеткой, благодарит. Дома ему могут разрешать есть руками, смотреть телевизор во время еды, не убирать за собой посуду. Возникает **конфликт норм**, который ребенок разрешает не в пользу более трудного варианта.

2. **Дефицит совместных трапез.** Современные исследования констатируют: традиция семейных обедов и ужинов уходит из практики. Родители едят отдельно, в разное время, часто перед телевизором или с гаджетами. Ребенок не видит **образца культурного поведения** [1, с. 89].

3. **Использование еды как инструмента манипуляции.** «Не доешь суп – не получишь конфету», «Если будешь хорошо себя вести, куплю шоколадку». Такие стратегии формируют у ребенка **неправильное отношение к еде** как к средству поощрения и наказания, а не как к процессу удовлетворения физиологической потребности и культурному ритуалу.

4. **Педагогическая некомпетентность.** Многие родители просто **не знают**, какие навыки и в каком возрасте должны быть сформированы. Они могут требовать от 3-летнего ребенка идеального владения вилкой или, наоборот, до 7 лет кормить его с ложки.

Как отмечает С.А. Козлова, «работа с родителями не должна сводиться к монологу педагога о том, что они делают неправильно. Необходимо выстраивать диалог, основанный на уважении, сотрудничестве и общей цели – благополучии ребенка» [7, с. 298].

Данный раздел построен именно на **принципе партнерства**. Мы не обвиняем родителей, а предлагаем им помощь, поддержку, понятные инструменты.

4.2. Диагностический этап: изучаем семейную ситуацию

Прежде чем предлагать родителям какие-либо рекомендации, необходимо понять **реальную картину** семейного воспитания. Для этого используется **анкетирование**.

4.2.1. Анкета для родителей «Культура поведения за столом в нашей семье»

Уважаемые родители!

Детский сад проводит изучение опыта семейного воспитания по формированию культуры поведения за столом. Ваши искренние ответы помогут нам лучше понять потребности детей и организовать эффективное взаимодействие. Анкета анонимна, но вы можете указать свое имя, если хотите получить индивидуальную консультацию.

1. Ест ли ребенок за общим семейным столом?

- ☐ Да, всегда вместе со всеми
- ☐ Иногда, когда получается собраться
- ☐ Нет, ест отдельно
- ☐ Затрудняюсь ответить

2. Какие столовые приборы ребенок использует дома?

- ☐ Только ложку
- ☐ Ложку и вилку
- ☐ Ложку, вилку и нож (безопасный)
- ☐ Затрудняюсь ответить

3. Кто обычно напоминает ребенку о правилах поведения за столом?

- ☐ Мама
- ☐ Папа
- ☐ Бабушка/дедушка
- ☐ Никто, он сам все знает
- ☐ Напоминания неэффективны, приходится заставлять

4. Какие правила поведения за столом соблюдаются дома? (можно выбрать несколько)

- ☐ Моет руки перед едой
- ☐ Пользуется салфеткой
- ☐ Не разговаривает с полным ртом
- ☐ Благодарит после еды
- ☐ Убирает за собой посуду
- ☐ Помогает сервировать стол
- ☐ Другие: _____

5. Разрешаете ли вы ребенку есть перед телевизором или с планшетом/телефоном?

- ☐ Да, часто
- ☐ Иногда, по выходным

- ☐ Нет, никогда
- ☐ Затрудняюсь ответить

6. Используете ли вы еду как поощрение или наказание?

- ☐ Да, часто (например: «Не съешь суп – не получишь сладкое»)
- ☐ Иногда
- ☐ Никогда
- ☐ Затрудняюсь ответить

7. Привлекаете ли вы ребенка к сервировке стола и уборке посуды?

- ☐ Да, регулярно
- ☐ Иногда
- ☐ Нет, он еще маленький/не умеет
- ☐ Нет, мне проще сделать самой

8. Что вызывает у вас наибольшие трудности в воспитании культуры поведения за столом?

- ☐ Ребенок ест медленно
- ☐ Ребенок отказывается от еды
- ☐ Ребенок не хочет пользоваться приборами
- ☐ Ребенок вертится, балуется за столом
- ☐ Другое: _____
- ☐ Затруднений нет

9. Хотели бы вы получить консультацию или рекомендации по формированию культуры поведения за столом?

- ☐ Да, по вопросам: _____
- ☐ Нет, мы справляемся
- ☐ Затрудняюсь ответить

10. Ваши пожелания и предложения педагогам детского сада:

Благодарим за сотрудничество!

4.2.2. Анализ анкетирования

Обработка анкет позволяет выявить:

- **Степень единства/разобщенности** требований семьи и ДООУ;
- **Основные трудности**, с которыми сталкиваются родители;
- **Запрос на педагогическую поддержку**;
- **Семейные традиции** и особенности организации питания дома.

На основе полученных данных планируются **конкретные формы работы** с родителями.

4.3. Информационные материалы для родителей

4.3.1. Памятка «10 правил столового этикета для дошкольника»

Формат: красочный буклет А4 (двусторонний) или листовка. Можно разместить в родительском уголке, раздать на собрании, вложить в дневник успехов.

ЛИЦЕВАЯ СТОРОНА:

10 ПРАВИЛ СТОЛОВОГО ЭТИКЕТА ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКА

1. Чистые руки – залог здоровья!

Перед едой всегда мой руки с мылом. Микробы не любят мыло и чистоту!

2. Сиди прямо, как король!

Спинка прямая, ножки вместе, локти не лежат на столе. Так красиво и безопасно!

3. Салфетка – твой друг!

Положи салфетку на колени или рядом с тарелкой. Вытирай рот и руки после еды.

4. Приборы знают свое место!

Ложка и нож живут справа от тарелки, вилка – слева. После еды они отдыхают на тарелке.

5. Ешь аккуратно, не спеши!

Откусывай маленькие кусочки, тщательно пережевывай. Не кроши хлеб на стол.

6. Рот закрыт – тайна хранится!

Не разговаривай с полным ртом. Сначала проглоти – потом скажи.

7. Не играй с едой!

Еда – не игрушка. Не размазывай по тарелке, не строй башни из котлет.

8. Тянуться через стол – невежливо!

Если нужно что-то достать, попроси передать: «Передайте, пожалуйста...»

9. Волшебные слова делают обед вкуснее!

«Приятного аппетита!», «Спасибо!», «Пожалуйста!» – говори их каждый день.

10. После еды – порядок!

Отнеси за собой тарелку и чашку. Помоги дежурным навести чистоту.

ОБОРОТНАЯ СТОРОНА:

А ЭТО РОДИТЕЛЯМ:

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ ОСВОИТЬ ПРАВИЛА?

✓ **Будьте примером.** Ребенок копирует вас. Если вы едите перед телевизором, он будет делать так же.

✓ **Хвалите за успехи.** «Какой ты молодец, сам вытер рот салфеткой!» – работает лучше, чем «Вечно ты весь измажешься!»

- ✓ **Не торопите.** Дайте ребенку столько времени, сколько ему нужно. Спокойствие важнее скорости.
- ✓ **Единые требования – залог успеха.** Договоритесь с бабушками и дедушками: правила одни для всех.
- ✓ **Играйте, а не заставляйте.** «Сегодня мы в кафе» – интереснее, чем «Сядь прямо!».
- ✓ **Дневник успехов.** Отмечайте вместе с ребенком его достижения. Это мотивирует!

ПОМНИТЕ: Навык формируется не за один день. Терпение, последовательность и любовь – ваши главные помощники!

4.3.2. Чек-лист «Единые требования семьи и детского сада»

Чек-лист – это **инструмент согласования**. Он заполняется совместно педагогом и родителями (или родителями самостоятельно после консультации) и фиксирует **единый перечень правил**, которые действуют и в детском саду, и дома.

ЧЕК-ЛИСТ

«Единые требования к поведению ребенка за столом»

Группа: _____ Ф.И. ребенка: _____

Уважаемые родители! Давайте договоримся о единых правилах. Отметьте ✓, с чем вы согласны (нужное подчеркнуть), и мы будем придерживаться этих правил и в детском саду, и дома.

✓	Правило	Комментарий
	Ребенок моет руки перед каждым приемом пищи	Без напоминания / с напоминанием
	Ребенок ест за общим столом, а не перед телевизором	Телевизор и гаджеты во время еды исключены
	Ребенок пользуется салфеткой	Без напоминания / с напоминанием
	Ребенок правильно держит ложку	Тренируем захват
	Ребенок пользуется вилкой	С __ лет
	Ребенок пользуется ножом	С __ лет, только под присмотром
	Ребенок не разговаривает с полным ртом	Объясняем почему
	Ребенок благодарит после еды («Спасибо»)	Без напоминания / с напоминанием
	Ребенок убирает за собой посуду	Относит тарелку и чашку
	Ребенок участвует в сервировке стола	Раскладывает ложки, ставит хлебницы

ОСОБЫЕ УСЛОВИЯ (индивидуальные особенности, медицинские показания):

Мы согласны соблюдать единые требования!

Родитель: _____ Дата: _____

Воспитатель: _____ Дата: _____

4.3.3. Памятка «Возрастные нормы: что должен уметь ребенок за столом?»

Многие родители либо **завышают требования** (требуют от 3-летки идеального владения ножом), либо **занижают** (кормят с ложки 6-летнего ребенка). Данная памятка помогает родителям сориентироваться в возрастных нормах.

ЧТО ДОЛЖЕН УМЕТЬ РЕБЕНОК ЗА СТОЛОМ?

В 3–4 года:

- Мыть руки перед едой (с напоминанием).
- Правильно держать ложку.
- Пользоваться салфеткой (с помощью взрослого).
- Не крошить хлеб (стараться).
- Говорить «спасибо» (с напоминанием).

В 4–5 лет:

- Мыть руки перед едой без напоминания.
- Уверенно пользоваться вилок.
- Есть аккуратно, не проливая.
- Соблюдать правильную осанку за столом.
- Не разговаривать с полным ртом.
- Самостоятельно говорить слова благодарности.
- Раскладывать ложки и вилки (дежурство).

В 5–6 лет:

- Пользоваться вилок и ножом (резать мягкие продукты).
- Полностью соблюдать гигиенические процедуры до и после еды.
- Сохранять правильную осанку в течение всего приема пищи.
- Самостоятельно сервировать стол.
- Убирать за собой посуду.

В 6–7 лет:

- Уверенно пользоваться всеми столовыми приборами.
- Полностью соблюдать правила столового этикета.

- Самостоятельно и добросовестно выполнять обязанности дежурного.
- Контролировать свое поведение без напоминаний взрослого.

ВАЖНО! Это ориентировочные нормы. Каждый ребенок развивается в своем темпе. Если ваш ребенок не укладывается в эти рамки — не паникуйте. Просто уделите этому больше внимания. Мы всегда готовы помочь вам и вашему ребенку!

4.4. Активные формы взаимодействия с семьей

Информационные материалы (памятки, буклеты) — это **необходимый, но недостаточный** компонент работы с родителями. Наиболее эффективными являются **активные формы** взаимодействия: мастер-классы, тренинги, совместные праздники, проекты.

4.4.1. Сценарий мастер-класса «Учимся вместе: секреты столового этикета»

Формат: совместное мероприятие для родителей и детей.

Продолжительность: 30–40 минут.

Цель: демонстрация методов обучения культуре поведения за столом, согласование требований семьи и ДООУ.

Оборудование:

- Столы, стулья по количеству участников;
- Посуда и столовые приборы (для сервировки);
- Салфетки (бумажные и тканевые);
- Игрушечная посуда для игр;
- Памятки, чек-листы для раздачи;
- Проектор (по возможности) для показа презентации.

ПЛАН МАСТЕР-КЛАССА

1. Вступительная часть (5 минут)

Ведущий (воспитатель):

«Здравствуйте, уважаемые родители и ребята! Сегодня мы собрались, чтобы поговорить о, казалось бы, простых вещах — о том, как мы ведем себя за столом. Но простота эта обманчива. За каждым правилом этикета стоит уважение к себе и окружающим, забота о здоровье, эстетическое удовольствие.

Мы не будем читать скучные лекции. Сегодня мы будем **играть, соревноваться, удивляться**. И главное — учиться друг у друга!»

2. Разминка «Вопрос-ответ» (5 минут)

Ведущий задает вопросы, родители и дети отвечают (можно использовать колокольчик).

- С какой стороны от тарелки кладут вилку? (Слева.)
- Какой прибор держат в правой руке, когда режут котлету? (Нож.)
- Что нужно сказать перед едой? (Приятного аппетита.)
- Куда девают ложку после супа? (Оставляют в тарелке или кладут на тарелку.)
- Что делать, если упала вилка? (Извиниться, попросить новую, поднять старую.)

3. Практикум «Сервируем стол вместе» (10 минут)

Родители и дети работают в парах. Задание: сервировать стол к обеду в соответствии с возрастом ребенка.

Для детей 3–4 лет: поставить тарелку, чашку, положить ложку справа.

Для детей 4–5 лет: добавить вилку слева, салфетку.

Для детей 5–7 лет: полная сервировка с ножом и сложенными салфетками.

Комментарий ведущего:

«Обратите внимание: для детей 3–4 лет вилка – сложный прибор. Мы начинаем знакомить с ней во второй половине года. Нож вводится только в старшей группе, и только под присмотром взрослого. Не торопите события!»

4. Игротека «Играем и учимся» (10 минут)

Ведущий демонстрирует **3 игры** из картотеки:

- Для младших дошкольников – «Накорми мишку» (тренажер захвата ложки).
- Для средних – «Кафе "Сказка"» (элементы сюжетно-ролевой игры).
- Для старших – «Найди ошибку» (работа с карточками).

Родители и дети играют вместе. Ведущий комментирует педагогические задачи каждой игры.

5. Рефлексия и обсуждение (5 минут)

Вопросы к родителям:

- Какие трудности в обучении этикету вы испытываете дома?
- Какая игра показалась вам наиболее полезной?
- Готовы ли вы поддерживать единые требования с детским садом?

6. Заключение (5 минут)

Раздача памяток, чек-листов, индивидуальные консультации.

4.4.2. Сценарий родительского собрания «Культура поведения за столом: от теории к практике»

Форма проведения: круглый стол.

Продолжительность: 40–50 минут.

Примерный план:

1. **Вступительное слово.** Актуальность проблемы, результаты анкетирования родителей (обобщенные, без имен).

2. **Мини-лекция «Возрастные особенности: что нужно знать родителям».**

Почему 3-летка проливает суп?

Когда вводить вилок? Нож?

Кризис 3 лет и отказ от правил — что делать?

3. **Педагогическая мастерская «Учим, играя».**

Показ фрагментов занятий и игр (видео или фото).

Ответы на вопросы родителей.

4. **Работа в группах.**

Родители делятся на группы и решают педагогические кейсы.

КЕЙС 1. «Борьба за тарелку»

Ситуация: 4-летний Дима отказывается есть в детском саду, говорит, что дома бабушка кормит его с ложечки и включает мультики. Воспитатель просит родителей кормить Диму самостоятельно. Бабушка возмущена: «Ребенок голодный! Вы же педагоги, должны найти подход!»

Вопросы для обсуждения:

- В чем причина проблемы?
- Как выстроить диалог с бабушкой?
- Какие аргументы привести?

КЕЙС 2. «Телевизор вместо обеда»

Ситуация: В семье 5-летнего Артема принято есть перед телевизором. Родители считают, что это нормально: «Так ребенок спокойнее ест, не капризничает». В детском саду Артем постоянно отвлекается, ест медленно, не слышит напоминаний воспитателя.

Вопросы для обсуждения:

- Чем вредна еда перед телевизором?
- Как убедить родителей изменить привычку?
- Предложите альтернативу.

5. **Принятие решения.** Согласование единых требований, подписание чек-листов (по желанию).

6. **Раздача материалов.** Памятки, буклеты, рекомендации.

4.4.3. Совместные праздники и развлечения

Эффективной формой закрепления навыков являются **совместные мероприятия**, где дети демонстрируют родителям свои умения.

«Праздник Этикета» (итоговое мероприятие)

Программа:

1. **Театрализованное представление.** Дети показывают кукольный спектакль «Как Мишка этикет учил».
2. **Конкурс «Лучший дежурный».** Дети соревнуются в сервировке стола. Родители – в роли жюри.
3. **Совместное чаепитие.** Дети и родители сидят за празднично накрытыми столами. Дети выступают в роли хозяев: угощают родителей, следят за порядком, напоминают правила.
4. **Награждение.** Вручение дипломов «Юный знаток этикета» (по итогам работы с рабочей тетрадью).

4.5. Индивидуальная работа с родителями

Наряду с групповыми формами необходима **индивидуальная работа с семьями**, имеющими особые трудности или запросы.

4.5.1. Консультации по запросу

Темы индивидуальных консультаций:

- Ребенок отказывается есть в детском саду.
- Ребенок ест слишком медленно.
- Ребенок не хочет пользоваться приборами дома (в саду – пользуется).
- Леворукий ребенок: особенности обучения.
- Пищевая избирательность (ребенок ест очень ограниченный набор продуктов).

4.5.2. Дневник взаимодействия

Для детей, имеющих **стойкие трудности** в формировании навыков, рекомендуется завести **Дневник взаимодействия** (тетрадь, которая ежедневно перемещается между домом и детским садом).

Страница дневника:

Дата	Что отмечаем дома (родители)	Что отмечаем в саду (воспитатель)
ПН	Ел сам, но очень быстро, давился. Телевизор не включали.	За обедом был аккуратен, съел все. После еды сказал «спасибо».
ВТ	Отказался от вилки, просил ложку. Не стали настаивать.	Уверенно пользовался вилкой, резал котлету. Молодец!
.....		
.....		

Итог недели: обсуждение динамики, корректировка стратегии.

4.6. Организация питания дома: рекомендации родителям

В данном подразделе собраны **краткие практические рекомендации**, которые можно включать в памятки, размещать в родительских чатах, использовать на консультациях.

4.6.1. Создаем правильную среду

1. **Общий стол.** Ребенок должен есть за одним столом со взрослыми. Только так он видит образец поведения.

2. **Удобная мебель.** Стул должен соответствовать росту ребенка, ноги должны доставать до пола или подставки. Неудобная поза провоцирует вертлявость.

3. **Красивая посуда.** Яркая, эстетичная посуда повышает аппетит и формирует положительное отношение к еде.

4. **Никаких гаджетов.** Телевизор, планшет, телефон – табу во время еды. Это не «успокоительное», а враг пищеварения и культуры поведения.

4.6.2. Действуем правильно

1. **Не заставляйте.** Еда под давлением формирует негативное отношение к процессу питания.

2. **Не используйте еду как наказание или поощрение.** «Не доешь – не пойдешь гулять» – худшее, что можно придумать.

3. **Хвалите за усилия, а не за результат.** «Ты сегодня сам держал вилку – молодец!» – даже если половина котлеты упала на пол.

4. **Будьте терпеливы.** Навык формируется месяцами. Если сегодня ребенок съел суп ложкой, а завтра просит покормить – это не регресс, а норма.

5. **Единые требования – закон.** Договоритесь со всеми членами семьи. Если мама запрещает есть перед телевизором, а бабушка разрешает – ребенок выберет бабушку.

4.6.3. Играем дома

Рекомендуйте родителям **простые игры**, не требующие специальной подготовки:

➤ **«Ресторан дома».** Ребенок – официант, родители – посетители. Меню составляется из реальных блюд.

➤ **«Чей стол красивее».** Соревнование по сервировке.

➤ **«Салфеточное оригами».** Учимся красиво складывать салфетки.

➤ **«Дневник успехов».** Ведение домашнего дневника с наклейками.

4.7. Мониторинг эффективности взаимодействия с семьей

Для оценки результативности работы с родителями рекомендуется проводить **повторное анкетирование** через 6–12 месяцев.

Критерии эффективности:

1. **Снижение доли родителей, использующих еду как поощрение/наказание.**
2. **Снижение доли детей, регулярно питающихся перед телевизором.**
3. **Увеличение доли родителей, предъявляющих единые требования с ДОУ.**
4. **Рост удовлетворенности родителей взаимодействием с педагогами.**
5. **Положительная динамика в сформированности навыков у детей (по данным педагогической диагностики).**

Представленная система взаимодействия с семьей:

1. **Основана на принципах партнерства и диалога, а не монолога педагога.**
2. **Включает диагностический этап (анкетирование), позволяющий выявить реальные проблемы и запросы.**
3. **Предлагает разнообразные формы работы – от информационных материалов до активных форм (мастер-классы, совместные праздники).**
4. **Содержит готовые практические инструменты – памятки, чек-листы, сценарии, которые не требуют дополнительной разработки.**
5. **Обеспечивает индивидуализацию – через индивидуальные консультации и дневники взаимодействия.**
6. **Позволяет отслеживать эффективность через повторную диагностику.**

Ключевой вывод: семья – не «объект воздействия», а равноправный участник образовательного процесса. Только объединив усилия, педагоги и родители могут сформировать у ребенка устойчивые, осознанные навыки культуры поведения за столом.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенная работа по созданию учебно-методического пособия «Формирование культуры поведения за столом у дошкольников: игровые технологии и практические упражнения» позволяет сформулировать следующие **итоговые положения**.

1. Теоретическая значимость исследования.

В пособии представлен **целостный анализ** проблемы формирования культуры поведения за столом у детей дошкольного возраста. Уточнено содержание данного понятия как интегративного качества личности, включающего когнитивный, эмоционально-ценностный и поведенческий компоненты. Систематизированы возрастные особенности освоения столового этикета (от 3 до 7 лет), выявлены сензитивные периоды и типичные трудности каждого этапа. Показана роль семьи и дошкольного образовательного учреждения как равноправных субъектов воспитательного процесса. Все теоретические положения подкреплены ссылками на актуальные исследования и нормативные документы (ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН).

2. Практическая значимость пособия.

Разработанный методический инструментарий **полностью готов к использованию** в практике дошкольного образования:

➤ **Диагностический блок** (Часть 2) содержит подробные карты наблюдения, критерии оценки, диагностические задания и беседы. Педагог получает готовый, апробированный инструментарий для мониторинга, не требующий дополнительной разработки.

➤ **Картотека игр и упражнений** (Часть 3) включает более 30 игр, строго дифференцированных по возрастам и педагогическим задачам. Каждая игра содержит четкую структуру (цель, материалы, ход, вариации, речевое сопровождение) и может быть использована «с листа».

➤ **Система взаимодействия с семьей** (Часть 4) включает анкеты, памятки, чек-листы, сценарии мастер-классов и родительских собраний. Это позволяет педагогу выстроить партнерские отношения с родителями и обеспечить ключевое условие успешного формирования навыков – единство требований.

➤ **Рабочая тетрадь для детей** (Приложение 4) представляет собой уникальный авторский продукт, объединяющий обучающие, развивающие и диагностические функции. Задания тетради формируют у ребенка осознанное отношение к правилам этикета, развивают мелкую моторику, логическое мышление, навыки самооценки.

3. Соответствие требованиям ФГОС ДО и ФОП ДО.

Пособие полностью соответствует современной нормативно-правовой базе дошкольного образования. Содержание работы охватывает образовательные области «Социально-коммуникативное развитие» и «Физическое развитие», целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования, возрастную периодизацию, предложенную ФОП ДО. Игровые технологии соответствуют ведущему виду деятельности дошкольника.

4. Возможности использования пособия.

Данное пособие может быть использовано в следующих качествах:

- **Методическая разработка** для педагогов ДОУ в рамках реализации образовательной программы.
- **Практическая часть выпускной квалификационной работы** для студентов педагогических колледжей и вузов.
- **Материал для аттестации** педагога (представление системы работы).
- **Инструмент взаимодействия с родителями** (проведение мастер-классов, консультаций).
- **Основа для дальнейших исследований** (адаптация методики для детей с ОВЗ, разработка цифровых образовательных ресурсов по теме).

5. Перспективы дальнейшей работы.

Проблема формирования культуры поведения за столом у дошкольников не исчерпывается содержанием данного пособия. Перспективными направлениями дальнейших исследований и разработок являются:

- Создание **адаптированных версий** методики для детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения зрения, опорно-двигательного аппарата, интеллектуальные нарушения).
- Разработка **цифровых образовательных ресурсов** – интерактивных игр, тренажеров, диагностических программ.
- Изучение **региональных и этнокультурных особенностей** столового этикета и их интеграция в образовательный процесс.
- Создание **программ повышения квалификации** педагогов по данной тематике.

Формирование культуры поведения за столом у дошкольников – это не «обучение правилам хорошего тона» и не «приучение к гигиене». Это **становление базовых человеческих качеств**: уважения к себе и окружающим, способности к саморегуляции, эстетического вкуса, ответственности. Это та фундаментальная основа, на которой впоследствии строится вся культура поведения человека в обществе.

Авторы выражают надежду, что данное пособие станет **надежным помощником** для педагогов и родителей в этом благородном и важном деле. И пусть слова «спасибо», «пожалуйста» и «приятного аппетита» звучат в наших домах и детских садах как можно чаще!

ИСТОЧНИКИ ЛИТЕРАТУРЫ

I. Нормативные правовые акты и официальные документы:

1. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» // Российская газета. — 2013. — № 265.
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении Федеральной образовательной программы дошкольного образования» // Официальный интернет-портал правовой информации. — 2022.
3. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций». — М., 2013.

II. Монографии, учебники, учебные пособия:

4. Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность: Учебно-методическое пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. — СПб.: Детство-Пресс, 2021. — 144 с.
5. Гогоберидзе А.Г., Деркунская В.А. Дошкольная педагогика с основами методик воспитания и обучения: Учебник для вузов. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2024. — 465 с.
6. Дыбина О.В. Игровые технологии ознакомления дошкольников с предметным миром. — М.: Мозаика-Синтез, 2021. — 128 с.
7. Козлова С.А., Куликова Т.А. Дошкольная педагогика: Учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования. — 20-е изд., перераб. и доп. — М.: Академия, Юрайт, 2023. — 416 с.
8. Кудрявцева Е.А., Лыкова И.А. Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей: практический материал для работы в ДОО. — М.: Национальное образование, 2022. — 96 с.
9. Николаева С.В., Катыхева И.Б. Воспитание культуры поведения у дошкольников: методическое пособие. — СПб.: Детство-Пресс, 2022. — 150 с.
10. Петрова В.И. Этическое воспитание дошкольников: учебное пособие для СПО. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2023. — 128 с.
11. Смирнова Е.О. Детская психология: учебник для академического бакалавриата. — 7-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2023. — 583 с.
12. Урунтаева Г.А. Дошкольная психология: Учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования. — 12-е изд., перераб. и доп. — М.: Академия, Юрайт, 2023. — 336 с.

13. Федеральная образовательная программа дошкольного образования: основные положения и методические рекомендации по реализации / Под ред. А.Г. Асмолова. — М.: Просвещение, 2023. — 108 с.

III. Периодические издания (статьи из журналов):

14. Веракса Н.Е., Веракса А.Н. Проектная деятельность дошкольников // Современное дошкольное образование. Теория и практика. — 2023. — № 3. — С. 28-35.

15. Петрова В.И. Игровые технологии в обучении дошкольников столовому этикету // Вопросы дошкольной педагогики. — 2024. — № 2 (65). — С. 56-58.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1. Мнемосхемы и алгоритмы (наглядный материал)

1.1. Алгоритм «Моем руки»
<i>Карточки для печати:</i>
1. Закатать рукава.
2. Открыть кран.
3. Взять мыло.
4. Намылить руки.
5. Смыть мыло.
6. Закрыть кран.
7. Вытереть руки полотенцем.
1.2. Алгоритм «Сервируем стол к обеду»
<i>Карточки для печати:</i>
1. Поставить тарелку.
2. Положить вилку (слева).
3. Положить нож (справа).
4. Положить ложку (справа, рядом с ножом).
5. Поставить салфетницу.
6. Поставить хлебницу.
1.3. Алгоритм «Поведение за столом»
<i>Карточки для печати:</i>
1. Сидеть прямо.
2. Не класть локти на стол.
3. Пользоваться салфеткой.
4. Не разговаривать с полным ртом.
5. Благодарить после еды.

Приложение 2. Стихи, загадки, пословицы о культуре поведения за столом

2.1. Загадки о столовых приборах

Я рукой ее держу,
Суп и кашу в рот вожу. (Ложка)
У меня стальные зубья,
Но не хищница я вовсе.
Чтоб котлетку откусить,
Надо мной потрудиться. (Вилка)
Я остер, как лезвие,
Но не бойся, друг меня.
Я нарежу хлеб и сыр,
Чтоб накрыть обедом мир. (Нож)

2.2. Стихи для запоминания правил

С. Маршак (отрывки), авторские четверостишия

За столом сиди ты прямо,
Как растущая трава.
Ноги вместе, спинка ровно,
Локти спрятал — вот и славно!

Салфетка — верный друг твой,
Вытирай ей руки.
Ни за что не вытирай
Руки о брюки!

«Спасибо» и «пожалуйста»
Не лень нам повторять.
За стол без этих слов
Нельзя нам и шагать!

2.3. Пословицы и поговорки

Когда я ем, я глух и нем.
Хлеб — всему голова.
Без соли, без хлеба — половина обеда.
Не красна изба углами, а красна пирогами.
Умей есть — умей и работать.

Приложение 3. Картотека художественной литературы по теме

Произведение	Автор	Что обсуждаем
«Федорино горе»	К. Чуковский	Бережное отношение к посуде
«Мойдодыр»	К. Чуковский	Гигиена, чистота
«Девочка чумакая»	А. Барто	Аккуратность
«Мишкина каша»	Н. Носов	Самостоятельность, последствия неумения
«Волшебное слово»	В. Осеева	Речевой этикет
«Кошкин дом»	С. Маршак	Гостеприимство, поведение в гостях
«Что такое хорошо и что такое плохо»	В. Маяковский	Оценка поведения
«А что у вас?»	С. Михалков	Семейные традиции

Приложение 4.

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ ДЛЯ ДЕТЕЙ «Я ЗА СТОЛОМ: УЧУСЬ БЫТЬ КУЛЬТУРНЫМ» для детей 4–7 лет

1. Пояснительная записка к рабочей тетради

Рабочая тетрадь «Я за столом: учусь быть культурным» является **практическим приложением** к учебно-методическому пособию «Формирование культуры поведения за столом у дошкольников: игровые технологии и практические упражнения» и предназначена для **индивидуальной и подгрупповой работы** с детьми 4–7 лет.

Цель рабочей тетради – закрепление знаний и представлений детей о правилах поведения за столом, формирование осознанного отношения к соблюдению этикетных норм, развитие навыков самооценки и самоконтроля.

Задачи рабочей тетради:

1. Образовательные:

- систематизировать знания детей о столовых приборах, их назначении и правильном расположении;
- закрепить представления о последовательности гигиенических процедур до и после еды;
- уточнить знания о правилах поведения за столом и нормах речевого этикета.

2. Развивающие:

- развивать мелкую моторику через выполнение графических заданий;
- развивать логическое мышление, внимание, память;
- развивать способность к анализу и оценке поведения (своего и чужого).

3. Воспитательные:

- формировать положительное отношение к соблюдению правил этикета;
- воспитывать самостоятельность и ответственность за свое поведение;
- мотивировать к самосовершенствованию через ведение «Дневника успехов».

Принципы построения рабочей тетради:

Принцип доступности – задания сформулированы простым, понятным языком, сопровождаются наглядными иллюстрациями.

Принцип занимательности – игровая форма заданий (лабиринты, раскраски, загадки) поддерживает интерес ребенка.

Принцип системности – задания выстроены от простого к сложному, охватывают все компоненты культуры поведения за столом.

Принцип деятельностного подхода – ребенок не пассивно усваивает информацию, а активно действует: рисует, соединяет, оценивает.

Принцип рефлексивности – наличие заданий на самооценку формирует у ребенка способность анализировать собственное поведение.

Возрастная адресация:

Тетрадь предназначена для детей **4–7 лет**. В зависимости от возраста и уровня подготовки ребенка задания могут выполняться:

- полностью самостоятельно (6–7 лет);
- с частичной помощью взрослого (4–5 лет);
- выборочно (педагог выбирает задания, соответствующие текущим задачам).

Рекомендации по использованию:

1. Тетрадь не является «одноразовым» материалом. Рекомендуется выполнять по **2–3 задания в неделю** в рамках совместной деятельности педагога с детьми или самостоятельной работы ребенка.

2. Некоторые страницы можно использовать как **диагностический материал** (например, «Правильно – неправильно», «Сервируем стол»).

3. «Дневник успехов» заполняется **ежедневно** в течение 1–2 недель, затем подводятся итоги. Это формирует у ребенка привычку к самонаблюдению.

4. После завершения работы с тетрадью ребенку **торжественно вручается диплом** «Юный знаток этикета» (последняя страница).

2. Комплекс развивающих заданий

Содержание рабочей тетради (12 страниц)

№ страницы	Название	Цель	Возраст
Стр. 1	«Мой портрет за столом»	Мотивация, самоидентификация	4–7
Стр. 2	«Помощники за столом»	Закрепление знаний о столовых приборах	4–5
Стр. 3	«Правильно — неправильно»	Формирование оценки поведения	4–7
Стр. 4	«Алгоритм обеда»	Закрепление последовательности действий	5–7
Стр. 5	«Сервируем стол»	Закрепление правил расположения приборов	5–7
Стр. 6	«Вежливые слова»	Закрепление речевого этикета	4–7
Стр. 7	«Найди лишнее»	Развитие логического мышления	5–7
Стр. 8	«Лабиринт»	Развитие мелкой моторики	4–6
Стр. 9	«Раскраска-этикет»	Эстетическое воспитание	4–7
Стр. 10	«Мой дневник успехов»	Формирование самооценки	5–7
Стр. 11–12	«Диплом юного знатока этикета»	Поощрение, мотивация	5–7

СТРАНИЦА 1. «МОЙ ПОРТРЕТ ЗА СТОЛОМ»

Цель: создать положительную мотивацию к работе с тетрадью, помочь ребенку осознать себя как субъекта деятельности.

Задание:

«Здравствуй, дорогой друг! Эта тетрадь поможет тебе стать настоящим знатоком этикета. А пока нарисуй себя за столом. Как ты сидишь? Что у тебя на тарелке? Какие приборы лежат рядом?»

Место для рисунка:



Вопросы для беседы:

- Кто нарисован на картинке?
- Что ты любишь есть больше всего?
- Ты ешь аккуратно?
- Кто тебя научил правильно вести себя за столом?

Педагогический комментарий:

Рисунок ребенка может служить **диагностическим материалом**.
Обратите внимание на:

- наличие всех необходимых предметов на столе;
- позу персонажа (сидит прямо, не качается);
- эмоциональную окраску рисунка (яркие краски, улыбки – позитивное отношение).

СТРАНИЦА 2. «ПОМОЩНИКИ ЗА СТОЛОМ»

Цель: закрепить знания о столовых приборах, учить различать их по назначению.

Задание:

«На картинке нарисованы разные предметы. Обведи **зеленым карандашом** только те, которые нужны нам за столом во время еды. А **красным карандашом** зачеркни те, которые лишние».

Изображения: ложка, вилка, нож, тарелка, чашка, салфетница, хлебница; *среди них перемешаны: игрушка, книжка, мяч, карандаш, телефон*

Для детей 6–7 лет (усложнение):

«Подпиши названия предметов под картинками» (печатными буквами или с помощью взрослого).

Ссылка на теорию:

Исследования О.В. Дыбиной показывают, что «включение операций сравнения и классификации в игровые задания способствует более прочному усвоению знаний о предметном мире» [6, с. 45].



СТРАНИЦА 3. «ПРАВИЛЬНО – НЕПРАВИЛЬНО»

Цель: формировать умение оценивать поведение за столом, аргументировать свою оценку.

Задание:

«Рассмотри картинки. Покажи **правильное и неправильное поведение за столом**. Объясни, почему ты так думаешь».



Вопросы для беседы:

- Почему нельзя качаться на стуле?
- Чем опасен разговор с полным ртом?
- Почему нужно пользоваться салфеткой?

Ссылка на теорию:

Как отмечает Г.А. Урунтаева, «способность к оценке и самооценке поведения формируется в старшем дошкольном возрасте и является важнейшим показателем готовности к школе» [12, с. 156].

СТРАНИЦА 4. «АЛГОРИТМ ОБЕДА»

Цель: закрепить последовательность действий до, во время и после еды.

Задание (для детей 4–5 лет):

«Рассмотри картинки. Что мальчик делает сначала? Что потом? Что в конце? Расставь цифры 1, 2, 3, 4, 5 в кружках».

Задание (для детей 5–7 лет):

«Картинки перепутались. Вырежи их и наклей в правильном порядке на пустые клеточки».

Картинки:



1. Моет руки.
2. Садится за стол.
3. Кладет салфетку на колени.
4. Ест суп ложкой.
5. Говорит «спасибо» и убирает за собой посуду.

Дополнительно:

Для нечитающих детей картинки сопровождаются простыми значками-символами.

Ссылка на теорию:

ФОП ДО: «Формирование алгоритмических действий является основой становления самостоятельности и саморегуляции» [3, с. 63].

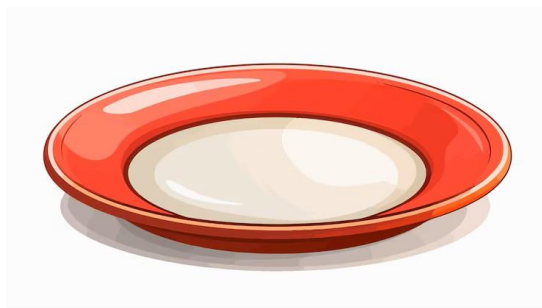
СТРАНИЦА 5. «СЕРВИРУЕМ СТОЛ»

Цель: закрепить правила расположения столовых приборов на столе.



Задание 1 (для детей 4–5 лет):

«На тарелку нужно положить котлету. Дорисуй вилку **слева** от тарелки, а ложку – **справа**».



Задание 2 (для детей 5–6 лет):

«Сервируем стол к обеду. Дорисуй: слева от тарелки – вилку, справа – нож (ближе к тарелке) и ложку (рядом с ножом). Сверху – салфетку».



«На столе не хватает предметов. Дорисуй их правильно. Подпиши названия приборов».

Схема-подсказка: в верхнем углу страницы – мнемосхема правильной сервировки.



Case No. _____	
Date _____	
Patient Name _____	
Room No. _____	
Physician _____	
Nurse _____	
Attending _____	
Resident _____	
Fellow _____	
Intern _____	
Student _____	
Visitor _____	
Other _____	
1. Chief Complaint	_____
2. History of Present Illness	_____
3. Past Medical History	_____
4. Social History	_____
5. Family History	_____
6. Review of Systems	_____
7. Physical Examination	_____
8. Laboratory and Diagnostic Studies	_____
9. Assessment and Plan	_____
10. Discharge Summary	_____
11. Follow-up	_____
12. Other	_____

Ссылка на теорию:

По данным Е.А. Кудрявцевой, «использование графических схем сервировки повышает эффективность обучения дежурству на 40%» [8, с. 56].

СТРАНИЦА 6. «ВЕЖЛИВЫЕ СЛОВА»

Цель: закрепить знание формул речевого этикета, связанных с приемом пищи.

Задание 1 (для детей 4–5 лет):

«Соедини стрелочкой слово и картинку, где это слово говорят».

Слова:

«Пожалуйста!»



«Здравствуйте!»



«Приятного аппетита»



«Спасибо!»



Задание 2 (для детей 5–7 лет):

«Вставь пропущенные слова в предложения» (с опорой на слова для справок).

1. Когда мы садимся за стол, мы говорим друг другу «_____».
2. После еды нужно сказать маме «_____».
3. Если тебе нужно передать соль, скажи «_____».

Слова для справок: спасибо, приятного аппетита, пожалуйста, будьте здоровы.

Ссылка на теорию: С.А. Козлова подчеркивает: «Речевой этикет – не просто формальные слова, а выражение уважения к окружающим» [7, с. 224].

СТРАНИЦА 7. «НАЙДИ ЛИШНЕЕ»

Цель: развивать логическое мышление, учить классифицировать предметы.

Задание:

«В каждом ряду найди **лишний предмет**. Зачеркни его. Объясни, почему он лишний».



Ряды:

1. Тарелка, чашка, блюдце, книга.

(Книга – не посуда.)

2. Ложка, вилка, нож, мяч.

(Мяч – не столовый прибор.)

3. Хлебница, салфетница, кастрюля, конфета.

(Конфета – не посуда, а еда.)

4. Мыло, полотенце, салфетка, молоток.

(Молоток – не предмет гигиены.)

Для детей 6–7 лет (усложнение):

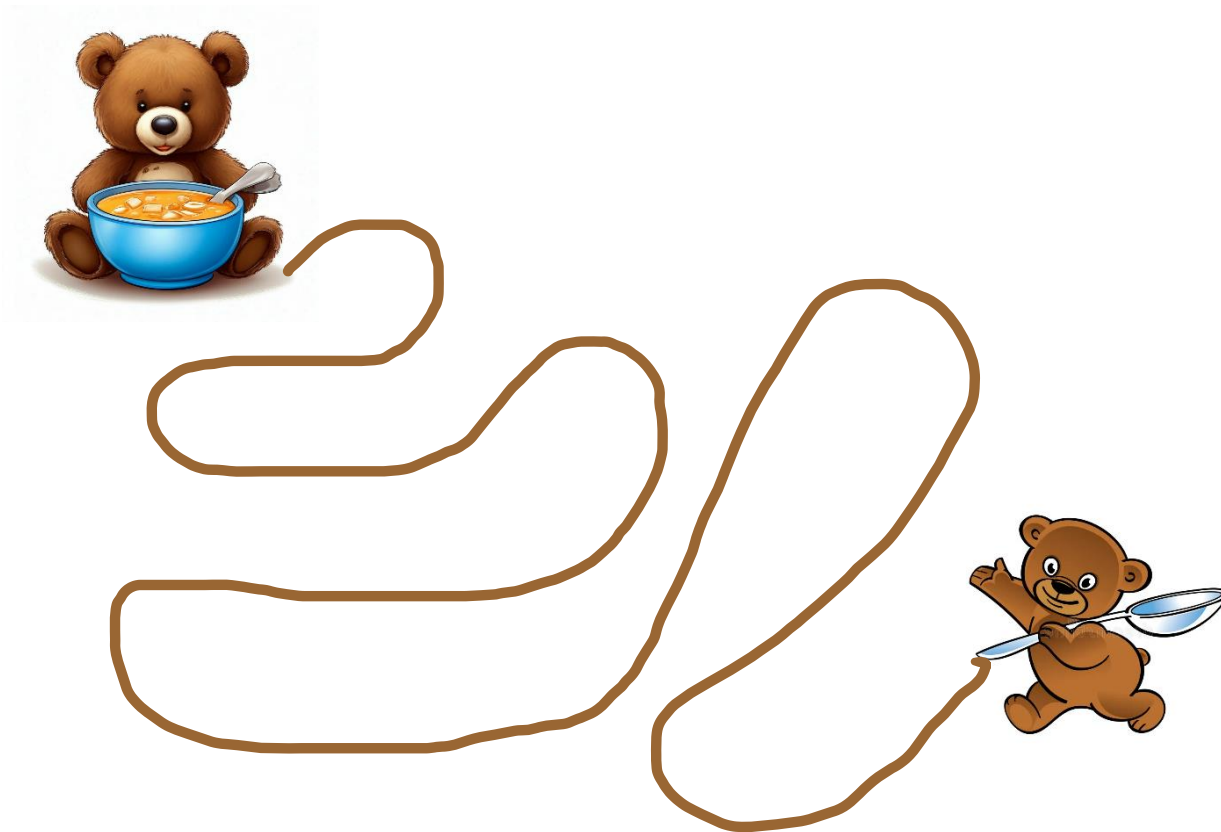
«Придумай свой ряд из 4 предметов, чтобы один был лишним. Попроси друга отгадать».

СТРАНИЦА 8. «ЛАБИРИНТ»

Цель: развивать мелкую моторику, зрительно-моторную координацию.

Задание:

«Помоги Мишке донести ложку с супом до рта, не пролив ни капли. Проведи линию по лабиринту, не отрывая карандаш от бумаги».



Описание лабиринта:

Мишка сидит за столом. Слева – тарелка с супом и ложка. Справа – рот Мишки. Лабиринт средней сложности, без тупиков, с плавными поворотами.

Вариация:

Для детей 4 лет – лабиринт с широкими дорожками, можно проводить пальчиком, затем фломастером.

Для детей 6–7 лет – лабиринт с несколькими вариантами пути, нужно выбрать самый короткий/безопасный.

Ссылка на теорию:

Развитие мелкой моторики напрямую связано с формированием навыков самообслуживания, в том числе пользования столовыми приборами [4, с. 67].

СТРАНИЦА 9. «РАСКРАСКА-ЭТИКЕТ»

Цель: эстетическое воспитание, закрепление представлений о правильном поведении через художественную деятельность.

Задание:

«Раскрась картинку. На ней нарисованы дети за столом. Раскрась только тех, кто ведет себя правильно».



Вопросы после раскрашивания:

- Почему ты не раскрасил мальчика? Что он делает не так?
- Почему нельзя спать за столом?

Ссылка на теорию:

Интеграция образовательных областей (художественно-эстетическое и социально-коммуникативное развитие) позволяет формировать целостную картину мира у дошкольника [5, с. 112].

СТРАНИЦА 10. «МОЙ ДНЕВНИК УСПЕХОВ»

Цель: формировать навыки самооценки и самоконтроля, мотивировать к соблюдению правил.

Задание:

«Эта страница поможет тебе следить за своими успехами. Каждый день после еды закрашивай звездочку:



зеленым – если ты сделал все сам, без напоминания;



желтым – если старался, но забыл, и тебе напомнили;



красным – если ты сегодня не справился.

В конце недели посчитай, сколько у тебя зеленых звездочек!»

Таблица на неделю:

Что я делаю?	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Я помыл руки перед едой	☆	☆	☆	☆	☆
Я аккуратно ел, не крошил	☆	☆	☆	☆	☆
Я пользовался салфеткой	☆	☆	☆	☆	☆
Я сказал «спасибо»	☆	☆	☆	☆	☆
Я убрал за собой посуду	☆	☆	☆	☆	☆

Итог недели:

«На этой неделе у меня ____ зеленых звездочек! Я – молодец! А над чем мне нужно еще поработать?»

Ссылка на теорию:

ФГОС ДО (п. 4.3) подчеркивает, что «целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, но формирование предпосылок учебной деятельности, включая самооценку, является важнейшей задачей дошкольного образования» [2].

СТРАНИЦЫ 11–12. «ДИПЛОМ ЮНОГО ЗНАТОКА ЭТИКЕТА»

Цель: торжественное поощрение ребенка за освоение правил культуры поведения за столом.

Оформление:

Рамка, яркие элементы, место для имени ребенка, даты, подписи воспитателя.

Текст диплома:

ДИПЛОМ

ВРУЧАЕТСЯ

(имя ребенка)

за успешное освоение правил культуры поведения за столом,
знание столового этикета, аккуратность и вежливость.

Ты научился правильно пользоваться приборами, соблюдать
гигиену, быть внимательным к окружающим за столом.

Желаем тебе всегда оставаться таким же воспитанным
и культурным человеком!

(дата)

(подпись)

Рекомендация:

Диплом вручается **торжественно** (на утреннем круге, в конце учебного года, после завершения работы с тетрадью). Это создает ситуацию успеха и повышает мотивацию ребенка.

3. Методические рекомендации по использованию рабочей тетради

3.1. Организация работы

1. **Индивидуальная работа.** Тетрадь может использоваться в индивидуальной работе с ребенком, который испытывает трудности в усвоении правил этикета. Педагог или родитель выполняет задания вместе с ребенком, проговаривает каждый шаг.

2. **Подгрупповая работа.** Тетрадь может использоваться в работе с подгруппой детей (4–6 человек) в рамках совместной деятельности. Дети выполняют задания, обсуждают, помогают друг другу.

3. **Самостоятельная деятельность.** Часть заданий (раскраски, лабиринты) дети могут выполнять самостоятельно в свободной деятельности.

4. **Домашнее задание.** Тетрадь можно выдавать детям на выходные для совместной работы с родителями. Это способствует единству требований семьи и ДОУ.

3.2. Интеграция с другими видами деятельности

Рабочую тетрадь рекомендуется использовать **не изолированно**, а в комплексе с:

- **игровой деятельностью** (после выполнения задания поиграть в соответствующую игру из Части 3);
- **чтением художественной литературы** (после страницы «Правильно-неправильно» прочитать «Федорино горе» К. Чуковского);
- **продуктивной деятельностью** (после страницы «Сервируем стол» слепить из пластилина набор посуды);
- **работой с родителями** (после заполнения дневника успехов обсудить результаты с мамой).

3.3. Индивидуализация

Тетрадь не является «жестким» документом. Педагог может:

- **выбирать** только те страницы, которые соответствуют текущим задачам;
- **копировать** отдельные страницы для многократного использования (например, «Дневник успехов» можно распечатывать на каждую неделю);
- **адаптировать** задания под уровень развития ребенка (упрощать или усложнять);
- **дополнять** тетрадь своими страницами.

3.4. Диагностический потенциал рабочей тетради

Рабочая тетрадь может использоваться как **дополнительный диагностический инструмент** для оценки **когнитивного компонента** культуры поведения за столом.

Критерии оценки:

Страница	Что оцениваем	Критерии
Стр. 2	Знание столовых приборов	Правильно обвел все приборы, не включил лишние
Стр. 3	Умение оценивать поведение	Правильно соединил все картинки, дал аргументированные объяснения
Стр. 4	Знание последовательности	Правильно расставил цифры/наклеил картинки
Стр. 5	Знание правил сервировки	Правильно дорисовал приборы (слева/справа)
Стр. 6	Знание речевого этикета	Правильно соединил слова и ситуации, вставил пропущенные слова
Стр. 7	Логическое мышление	Нашел все лишние предметы, объяснил
Стр. 10	Самооценка	Адекватность самооценки (соответствие реальному поведению)

Уровни:

- **Высокий** – 85–100% правильных ответов, развернутые объяснения, адекватная самооценка.
- **Средний** – 60–84% правильных ответов, краткие объяснения, не всегда адекватная самооценка.
- **Низкий** – менее 60% правильных ответов, затрудняется с объяснениями, самооценка завышена/занижена.

Рабочая тетрадь «Я за столом: учусь быть культурным»:

1. **Соответствует требованиям ФГОС ДО** – интегрирует образовательные области, формирует целевые ориентиры, учитывает возрастные особенности.
2. **Обеспечивает комплексный подход** – охватывает когнитивный, эмоционально-ценностный и поведенческий компоненты.
3. **Имеет практическую ценность** – готовый раздаточный материал, не требующий дополнительной подготовки.
4. **Обладает диагностическим потенциалом** – позволяет оценить уровень знаний и представлений ребенка.
5. **Способствует формированию самооценки** – через дневник успехов и рефлексивные задания.
6. **Мотивирует детей** – яркое оформление, игровая форма, торжественное вручение диплома.

Учебно-методическое пособие

**«Формирование культуры поведения за столом у дошкольников:
игровые технологии и практические упражнения»**

Авторы-составители: воспитатель Жижина Любовь Ивановна, педагог-психолог Сидорова Алёна Александровна, МБДОУ – детский сад № 148, г. Екатеринбург, 2025

Данное пособие является авторской разработкой и может быть использовано в образовательных целях с указанием авторства.