**Примеры игровых вариантов.**

«Королева Стола и король». Корона надевается **ребенку**, который лучше всех поел.

«Почетный стол» на этом столе должна быть более нарядная скатерть, красивая посуда.

Медаль «За самую чистую тарелку»

Игра «Ресторан»

Чтение книги. **Ребенок** заслушивается и забывает, что не хотел кашу. Доказано, что за просмотром мультфильмов **ребенок съедает больше**, ест, что дадут.

Можно договориться с малышом о простом правиле: «Если не хочется **есть**, съедаешь столько ложечек, сколько тебе лет».

Приятного аппетита!!!

Материала подготовила: воспитатель Шишигина Ю.А.

МАДОУ АР детский сад «Сибирячок» корпус №2

**Памятка**



Только отправив малыша в детский сад, родители каждый день сталкиваются с новыми проблемами. Одной из них часто становится отказ ребёнка от детсадовской еды. Чтобы понять, почему он ничего не ест в садике, нужно посмотреть на новую обстановку его глазами: что он думает, что творится у него в голове? Попробуем определить причины нежелания кушать и выясним, каким может быть выход.

**Консультация для педагогов**

«Как **научить ребенка есть в детском саду**»

«Не буду, не хочу, не нравится!» – говорят сквозь слезы дети, когда речь заходит о приеме пищи в **детском саду**. Слишком часто воспитателям приходиться сталкиваться с нежеланием малышей вкушать блюда, приготовленные опытными поварами-профессионалами. И причина этого вовсе не в поварах. Причину, пожалуй, надо искать в семье **ребенка**.

Чаще всего ситуация оказывается до банального проста – дело в том, что домашняя еда очень отличается от пищи, которой кормят детей в **детских садах**. Малышам бывает трудно перейти от бабушкиных отбивных из куриной грудинки на рыбные котлеты и гарнир из отварной моркови, и поэтому они отказываются кушать.

Некоторые дети только в **детском саду** узнают вкус пшенной и геркулесовой каши, фасолевого и горохового супа. Дома такие блюда просто не готовят. У некоторых детей появляется даже рвотный рефлекс на какое-то блюдо. Можно даже составить статистику, какую еду дети едят в **саду**, а какая практически у всех остается нетронутой.

В этом случае стоит провести беседу с родителями, если они заинтересованы, чтобы **ребенок** хоть что-нибудь съедал, они прислушаются.

Родителям можно посоветовать включать в меню следует только те блюда, которые дети употребляют в **детском саду**, ибо в большинстве случаев домашняя пища сильно отличается от **детсадовской**. Если в свое время **ребенок** будет употреблять в пищу борщ, запеканку и кисель дома, то, вероятней всего, он будет **есть** это с удовольствием в **детском саду**. Также важным является сам способ приготовления пищи. В **детских** садах еда не содержит большого количество приправ, жиров и различных специй. Следовательно, родителям следует готовить такую пищу, тем более что изобилие приправ и специй не самым лучшим образом влияет на пищеварительную систему.

