

Как научить малыша пользоваться ложкой



Учить ребенка кушать самостоятельно следует начинать тогда, когда он проявляет интерес к пище и пытается есть сам, пусть даже пока и руками. Не упустите момент и предложите ему ложку.

Наши детки растут и взрослеют с каждым днем. Вот и пришла пора познакомиться со столовыми приборами, и прежде всего с ложкой. Навыки самостоятельного приема пищи — одни из первых, которые осваивает кроха на пути взросления.

Я сам!

Малыш уже давно пользуется ложкой, но до года его манипуляции этим столовым прибором скорее напоминают игру. Ложка для него, прежде всего веселая забава, предмет для изучения. Некоторые родители пытаются пресечь игры со столовыми приборами. Но малышу пока совсем не понятно, почему он может, как угодно манипулировать с игрушкой, а с ложкой ему этого делать категорически нельзя.

Покажите крохе, как ложка летает, разрешите почесать ею зубки, постучите ложкой по столу. Пусть он вертит ее в ручках, тем самым развивая мелкую моторику.

Малыш может попытаться применить ложку по прямому назначению примерно в 9—10 месяцев. До этого он был уверен, что брать еду ручками, возиться в каше пальчиком и рисовать пюре по столу, стенам и маме — высшее наслаждение. Но теперь ему становится понятно, что мама так не делает. Она берет еду из тарелки ложкой и несет ему прямо в рот!

После года кроха уже всю интересуется окружающим миром, так что пора позволить ему лично познакомиться с ложкой. Замечательным примером для подражания станет

совместная еда со взрослыми, которые так ловко управляют с этим волшебным инструментом.



Педагоги предлагают специальную обучающую игру для годовалых деток. Покажите малышу, как держать ложку простым «детским» хватом, как шевелить ручкой при еде. Затем сядьте напротив ребенка и покажите, как нужно есть. Одновременно с этим можете кормить ребенка: ложку себе — ложку ему (при этом малыш должен держать в руке ложку). Потом скажите, что у крохи есть своя ложечка, и пусть он пробует кушать сам.

Чтобы заинтересовать ребенка применять ложку по назначению, попросите его покормить вас с ложечки. Так и поиграйте: он кормит вас, а вы — его. Если ничего не получается, не расстраивайтесь: завтра наверняка все выйдет. А если у него получилось, обязательно похвалите кроху!

Трудности перехода

Часто бывает так, что малыш настаивает на самостоятельности, но при этом добрая половина каши оказывается на столе, на полу, на стене и по всей кухне. Да и на кормление уходит вместо двадцати минут целых сорок, а то и целый час. Ничего страшного! Можно резюмировать, что союз между вашим крохой и ложкой заключен.

Настаивайте на том, чтобы вам самим покормить малыша, только в самом крайнем случае. Поверьте, ничего не случится, если вы выйдете гулять на пятнадцать минут позже, а кухню можно отмыть вместе, когда придете с прогулки. В любом случае крик на кухне неуместен, прием пищи должен сопровождаться только положительными эмоциями.

Бывает и противоположная ситуация. Ребенку уже скоро 2 годика, а он категорически отказывается брать ложку в руки и трудиться сам. Здесь уже проблема не в малыше, а в его родителях, которые прозевали тот момент, когда их ребенок был готов к самостоятельному приему пищи.

Мама, возможно, каждый раз думала, что самой покормить малыша гораздо быстрее и удобнее, чем смотреть на то безобразие, которое учиняет маленький разбойник. Но тем самым вы задавили на корню интерес ребенка к этому процессу. Если такое уже случилось, нужно наверстывать упущенное. Но как? Отличное средство — совместные обеды, когда малыш учится на вашем примере. Помогают и доводы о том, что он уже большой, а все взрослые едят сами. Ведь очень часто ребенок специально капризничает, когда видит, что родители после этого начинают ему потакать. А если он увидит, что все занимаются делом (то есть едой), то поймет, что самое время накормить себя самому. Вот и ложка рядом, как у мамы с папой. Когда малыш возьмет ложку в руки, похвалите его.

Тот счастливый день, когда ребенок сможет, есть с ложки с наименьшими потерями, настанет, когда ему исполнится 2,5–3 года. Но все равно шансы, что суп разольется, а макароны упадут под стол, еще очень велики.

Учимся аккуратности

Хвалите кроху всегда, когда он проявляет самостоятельность, одерживает очередную победу.

Аккуратности тоже нужно учить — спокойно и в игровой форме. Как это делать? Устройте соревнование. Кто сегодня за обедом меньше всего накапает на стол? У кого сегодня меньше всего будет крошек? У кого в тарелке ничего не останется? Не бойтесь поддаваться, хотя и без фальши — дети ее очень чутко чувствуют. Ни в коем случае не корите малыша за проигрыш. Скажите, что это была лишь тренировка, а сами соревнования еще впереди. Обязательно играйте всей семьей! Только к 4—5 годам ребенок научится свободно владеть этим инструментом. Скатерть останется чистой, суп будет весь съеден, и времени на обед станет уходить намного меньше.

Если малыш не боится ложки и с удовольствием ее использует, значит, ваша задача — построить между ним и этим столовым прибором прочный союз — выполнена на все сто процентов!

В магазин за ложкой: какую предпочесть?

Возьмите малыша с собой, продемонстрируйте ему весь ассортимент. Выбор велик: ложки бывают анатомические и обычные, с мягким покрытием и даже... с термометром. Приобретите такую, которая будет удобной, безопасной, красивой и, самое главное, понравится ребенку. Ложки из серебра и золота годятся только в качестве подарка и сувенира. Не покупайте громоздкие и тяжелые ложки и модели, сложные в использовании. Обязательно обратите внимание на то, из чего ложка сделана. Подходит только безопасный, прочный пластик и нержавеющей сталь. Пластмассовая ложка гнется и выглядит хлипкой, а ручка у нее тонкая? Она может сломаться и поранить малыша. А насыщенные красители токсичны!

Как научить ребенка есть ложкой — 10 простых советов



1. **Для кормления малыша нужно выбрать «правильную» ложечку: она должна быть неглубокой, прорезиненной, удобной.** На прилавках детских супермаркетах можно без труда найти подобные столовые приборы. А продавцы-консультанты подскажут, какую модель лучше выбрать в соответствии с возрастом ребёнка.
2. **Не давайте малышу играть с ложкой, но не упускайте возможности при каждом кормлении предлагать ему ее подержать.** Ребёнок должен чётко усвоить причинно-следственную связь «ложка-еда».
3. **Покажите на собственном примере, как правильно обращаться с этим столовым прибором.** Обязательно проговорите название предмета («*Это ложка*») и его предназначение («*Ей кушают кашу, пюре, супчик*»).
4. **В первое время ребёнок должен освоить умение правильно и уверенно держать ложку в руке.** Карапуз будет стучать ложкой по столу, толкать её в рот, но только не использовать по прямому назначению. Это нормально. Пусть малыш познакомится поближе с этим столовым прибором.
5. **Только после этого можно предложить ему попробовать захватывать ложкой кашу или пюре** (такое действие удаётся, как правило, в 8-9 месяцев).
6. **Первое обращение детей с ложкой всегда неуверенное.** Малыш может рассыпать половину содержимого, испачкаться, пронести мимо рта. Ни в коем случае не ругайте его за это!
7. **Самое лучшее, что может сделать мама при обучении ребёнка пользоваться ложечкой, — быть терпимой к его маленьким неудачам и радоваться первым успехам.** Помогайте малышу в этом нелёгком для него деле, аккуратно направляйте его ручку на каждом этапе — от зачерпывания каши до её отправления в рот. Ребёнок должен чувствовать вашу помощь и поддержку. А такое взаимодействие с мамой окажется для него не только полезным, но и очень приятным.
8. **Если малыш научился захватывать кашу ложечкой и направлять её ко рту, не нужно его торопить.** Дайте крохе время. Иногда самостоятельный приём пищи может затянуться. Наберитесь терпения! И вскоре неуверенные движения малыша станут аккуратными и точными.
9. **Помните, что для ребёнка пользование ложкой — процесс, требующий концентрации, усилий, координации движений.** Поэтому такое дело может быстро его утомлять. Давайте карапузу время передохнуть (в этот момент можно предложить ему попить или вытереть перепачканные щёчки).
10. **Почаще принимайте пищу вместе с ребёнком.** Посадите его в детский стульчик, поставьте перед ним тарелочку с кашей, вооружите чадо столовым прибором, а сами устройтесь рядом. Ребёнок, видя ваши манипуляции, будет подражать им. Кроме того, он будет знать — мама делает так же! **Психологи полагают, что наглядность действий не только способствует быстрому освоению навыка, но и вызывает у ребёнка чувство доверия.**

Не забывайте, что прежде, чем малыш научится аккуратно пользоваться ложкой, пройдет не один месяц. Для него этот новый и сложный навык означает гораздо больше простого самообслуживания. Это — новая ступень в его развитии!