

### **Вопрос мамы Марьяны, 1 год 3 месяца: «Как научить ребёнка кушать ложкой?»**

**Ответ:** Уговорить или заставить ребенка покушать самостоятельно, если он не готов к таким действиям, сколько бы вы ни старались, не получится – малыш должен сам проявлять интерес к ложке и «взрослой» еде. В возрасте 10-12 месяцев можно начинать обучение, соблюдая такие правила:

1. Ребенок должен кушать за обеденным столом вместе с другими членами семьи.
2. Следует объяснять, что предмет для еды называют ложкой, ею нужно кушать суп, кашу, пюре.
3. Предоставьте крохе свободу действий: сначала малыш будет стучать ложкой, облизывать, махать и т.д., но только не кушать ею. Ничего страшного – дети таким способом знакомятся с новыми предметами.
4. Постепенно ребенок поймет, для чего нужна ложка и научится не только удерживать ее, но и зачерпывать ее пищу и даже доносить ее до рта.
5. Всегда на первых этапах обучения помогайте крохе: зажав рукоятку ложки ручкой ребенка, помогайте удерживать предмет, зачерпывать еду и направлять ее ко рту.
6. Будьте терпеливы, доброжелательны и ласковы, хвалите кроху за любую удачную попытку, подбадривайте, если что-то не получается.
7. Если ребенок просит о помощи, не отказывайте ему. Придержите ручку с ложкой, помогите зачерпнуть кашу, направьте ее к роту, покажите, как нужно держать столовый предмет.
8. Для закрепления навыков удерживания ложки отправляйтесь в песочницу и предложите малышу небольшой лопаткой набрать в ведро песок.
9. Оттачивать навык держать ложку можно и дома: для этого в одну емкость положите фасоль, а вторую оставьте пустой. Задача ребенка – ложкой переместить всю фасоль в пустую емкость.
10. Каша, пюре или суп не должны быть слишком жидкими – идеальная консистенция, когда еда легко зачерпывается ложкой, но не выливается из нее.
11. Кормление должно осуществляться в одно и то же время.
12. Если малышу удобней есть вилкой или руками – не препятствуйте ему.
13. Никогда не навязывайте ребенку пользование ложкой – малыш начнет отказываться от нее, что в итоге продлит период привыкания.

Будьте последовательны, терпеливы и непоколебимы. Помните, что этот процесс может занять не один месяц, ведь кушать ложкой – достаточно сложный навык, требующий от малыша концентрации внимания, точных координаций движений и значительных усилий.

Воспитатель Климова А.А.