**Этические нормы поведения за столом**

     Являясь родителями, вы прекрасно знаете, что самые неприятные вещи дети делают в неподходящие моменты. Особенно нас раздражают разные шалости за обеденным столом. Как правило, такие поступки чаще всего пресекаются родительским криком или наказанием, но мало кто из взрослых удосуживается объяснить детям правила поведения за столом или научить их хорошим манерам.

***Начинайте обучение в раннем возрасте***

     Приучение к дисциплине, хорошим манерам и основам этикета во время еды можно начинать в самом раннем возрасте. Обеденный стол будет свидетелем многих важных событий в жизни вашего ребёнка. Когда-то впервые ваш малыш встретится за обедом с родителями своей избранницы, пойдёт на деловой ужин с потенциальным работодателем или на корпоративной вечеринке будет сидеть за столом рядом с руководителями фирмы. Хотя, на самом деле, повод не важен. Хорошие манеры, в любом случае, принесут малышу только пользу.  
  
     Правила поведения за столом для детей немного отличаются от взрослого этикета, т.к. многие гиперактивные дети во время приёма пищи становятся маленькими проказниками. Большинство малышей усваивают хорошие манеры до 5-ти лет. Но начинать обучение ребёнка нужно уже в 2 года. Конечно, могут быть исключения из правил, но знайте, чем позже вы начнёте обучение, тем сложнее малышу будут даваться ваши уроки.

***Правила поведения за столом или чего нельзя делать ребёнку за столом:***

1. Начинать есть, пока не обслужены все присутствующие за столом, и вставать из-за стола до того, как все поели.
2. Облизывать нож! Острые предметы никогда нельзя держать во рту.
3. Балансировать на задних ножках стула.
4. Говорить с набитым ртом.
5. Жевать с открытым ртом и громко чавкать.
6. Ставить локти на стол.
7. Перебивать других во время беседы за столом, грубо разговаривать или сплетничать.
8. Направлять столовые приборы на рядом сидящих людей.
9. Забирать последний кусок, не предложив его другим.
10. Откусывать такие куски пищи, которые невозможно пережевать.

***Правила поведения за столом,которые вы должны объяснить своему ребёнку:***

1. Сев за стол, нужно простелить салфетку на колени. Если кто-то случайно взял вашу салфетку, не нужно кричать во всё горло: «Кто взял мою салфетку?». Тихонько спросите об этом окружающих. Многие родители не знают, как лучше распорядиться салфеткой: заправить её за воротник, чтобы уберечь верхнюю часть одежды малыша, или простелить на колени и обезопасить низ. Специалисты по этикету советуют заправлять салфетку за воротник ребенка, если ему меньше 5-ти лет.
2. Посадка за столом должна быть ровной: прямая спина, опёртая на спинку стула, подошвы расположены параллельно полу.
3. Если необходимо, стеклянные стаканы и ёмкости с напитками можно держать двумя руками. Маленькими ручками тяжело захватить широкую посуду, поэтому стоит использовать две руки для предотвращения её опрокидывания.
4. Если за столом по кругу передаётся корзинка с хлебом или другие продукты, то делается это слева направо. Если вас просят передать какое-то блюдо, которое находится к вам ближе всего, возьмите его левой рукой и сначала предложите человеку, сидящему слева от вас, а уже потом, переложив его в правую руку, передавайте направо.
5. Когда вам хочется чихнуть или кашлянуть, нужно отвернуть лицо от стола в сторону к плечу и прикрыть рот рукой или салфеткой (лучше салфеткой).
6. Всегда вытирайте рот салфеткой, прежде чем сделать глоток из стакана или бокала. Жирные губы оставляют неприятный и неаппетитный след на стекле.
7. Если вам нужно воспользоваться туалетом или умывальником, просто извинитесь и выйдите из-за стола. Когда у вас в доме присутствуют гости, не нужно уведомлять всех о том, куда вы идёте и с какой целью.
8. Выходить из-за стола нужно справой стороны от стула.

***Правила поведения за столом.Напитки***

     Малыши любят отстаивать свою независимость и являются большими сторонниками самостоятельности, копируя поведение взрослых. Но когда дело доходит до напитков, появляются новые правила поведения за столом для детей, которые следует соблюдать:

1. Во-первых, ребёнок не должен тянуться за напитком через весь стол. Ему следует вежливо попросить об этом кого-то другого, при этом, не забывая говорить слова «пожалуйста» и «спасибо».
2. Если кувшин, чашка или другая ёмкость слишком тяжелая или неудобная для малыша, нужно использовать две руки для того, чтобы её перенести или сделать глоток. Одна рука должна держать ёмкость за ручку, а вторая — поддерживать противоположную сторону сосуда.
3. Напомните ребёнку, что для того, чтобы налить напиток, он может обратиться за помощью к взрослым, и такая просьба не будет считаться зазорной.
4. Сёрбанье и громкое глотание неприятно и неаппетитно для окружающих. Объясните малышу, что пить нужно спокойно и медленно. А перед тем, как сделать глоток жидкости, следует прожевать, проглотить всю пищу и вытереть рот салфеткой. Исключения могут быть в тех случаях, когда дети по незнанию кладут в рот что-то острое или горячее.
5. Когда ребёнок становится старше и уже мастерски владеет искусством разлива, он может предложить свою помощь людям, сидящим слева и справа от него. Разлив напитков можно даже включить в застольные обязанности малыша.

*Надеемся, наши советы помогут вашему малышу овладеть хорошими манерами и основам этикета во время еды.*

