



jednostka budżetowa
miasta stołecznego
Warszawy

STANDARDY ORGANIZACJI ŻYWIENIA W ŻŁOBKU

Żłobek nr 78
ul. Ludwiki 6 H
01-226 Warszawa

Kształtujemy nawyki higieniczne u dzieci

Dzieci myją ręce przed każdym posiłkiem w małych grupach pod bacznym okiem opiekuna.

Grupa 13 – 24 m-ce:

Dzieci myją ręce w małych grupach (4 - 5 dzieci) przed i po posiłku.

Zachęcamy do samodzielności w myciu i wycieraniu rąk ręcznikiem.

Śliniaki są opcjonalne, aczkolwiek zachęcamy maluchy do ich zakładania.

Komunikujemy dzieciom, że zbliża się posiłek i tym, które są chętne zakładamy śliniaki: przodem do dziecka, na wysokości jego twarzy.

Grupa 25 – 36 m-ce:

Dzieci w małych grupach (5-7 dzieci) myją samodzielnie dłonie wodą, mydłem przed i po posiłku, w obecności opiekuna.

Podczas stałych posiłków zaczynamy rezygnować ze śliniaków.

Do zupy śliniaki zakładane są jedynie dzieciom chętnym, z zachowaniem poszanowania i godności osobistej.

Wspieramy dzieci w byciu samodzielnym

- Zachęcamy dzieci do zbierania zabawek i odkładania ich na swoje miejsce przed każdym posiłkiem.
- Dzieci mają możliwość samodzielnego nakładania sobie jedzenia.
- Pierwsze śniadanie maluchy otrzymują na talerzu, na którym znajdują się nałożone oddzielnie składniki kanapki. Dzięki temu dzieci mają możliwość wyboru na co mają ochotę oraz w jakiej formie chcą to spożyć.
- Na każdym stoliku znajduje się półmisek z przygotowanymi do spożycia owocami, dzieci samodzielnie sięgają po te owoce, na które mają ochotę.
- Dzieci uczone są spożywania posiłków sztućcami, zachęcane są także do pomagania sobie w trakcie posiłku rączkami.
- Umożliwiamy im odkładanie szklaneczek na tace oraz uczymy dosuwania krzesełek do stoliczka po skończonym posiłku.

Zachęcamy dzieci do jedzenia i próbowania nowych potraw

- Staramy się organizować zajęcia z przygotowywania pierwszych posiłków np. robienie sałatek oraz soków owocowych i warzywnych oraz warsztaty w poznawaniu „co to za owoc bądź warzywo”.
- Stworzyliśmy ogólnodostępny katalog warzyw i owoców, który wykorzystujemy przy posiłkach i zajęciach, pokazując dzieciom z czego składa się danego dnia potrawa i że warto posmakować każdej potrawy aby wiedzieć czy będzie mu smakowało.
- Pozwalamy dziecku podjąć decyzję co będzie chciało nałożyć sobie na talerzyk, nie popędzamy go. Każde dziecko je w swoim tempie.

Uważnie towarzyszymy dzieciom w czasie posiłków

- Podczas posiłku towarzyszymy dzieciom oraz dbamy o ich bezpieczeństwo.
- Opowiadamy im co znajduje się na talerzu, zwracamy uwagę na kolor, kształt, smak.
- Wymyślamy z maluchami nazwy potraw, np. zupa Shreka.
- Zachęcamy do próbowania wszystkich elementów potrawy.
- Dzieci spożywają posiłki w przyjaznej atmosferze, bez pośpiechu, z uszanowaniem ich preferencji.
- Pomagamy dzieciom według ich indywidualnych potrzeb.
- Okazjonalnie zmieniamy ustawienia stołów, np. podczas organizacji różnych zabaw sensorycznych w grupach.

Uczymy dzieci szacunku do jedzenia

- Dbamy o to, aby posiłki były podawane w estetyczny sposób.
- Staramy się by każdy ze składników był na talerzu osobno, by dziecko samo mogło wybrać na co ma ochotę.
- Dbamy o czystość najbliższego otoczenia, talerzy maluchów.

Po skończonym posiłku talerze odkładane są w wyznaczone miejsce.

Włączamy rodziców w kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych u dzieci

- W trakcie adaptacji zachęcamy rodziców do udziału w posiłkach.
- Rozmawiamy z nimi o preferencjach żywieniowych dzieci, jak również o braku apetytu czy pragnienia w czasie pobytu dziecka w żłobku.
- Zachęcamy rodziców do usamodzielniania dziecka w domu podczas spożywania posiłków, wspólnego przygotowywania i spożywania ich w domu.
- Realizujemy warsztaty kulinarne z dziećmi i rodzicami , np. pieczenie i zdobienie pierników na warsztatach świątecznych.
- Organizujemy zajęcia muzyczne poprzez granie z dziećmi na różnych instrumentach muzycznych oraz zajęcia ruchowe z muzyką w salach.