

## Почему ребёнок отказывается есть в детском саду?

Ну что ж давайте разберем эту тему с которой, я думаю сталкиваются практически каждый родитель отдавая своего малыша в детский сад. Когда приводим малыша в детский сад, думаю мамы и папы заметят, что ребенок в детском саду отказывается от пищи.

У ребятшек, которые начинают посещать детский садик, может возникнуть **много причин** что бы отказывается от еды.

Главной причиной может быть переживаемый стресс из-за начала посещения детского сада, именно по этой причине он отказывается есть, и делает это категорически. В сложившейся проблеме ни в коем случае **нельзя заставлять** насильно принимать пищу, будет еще хуже...

Для решения этой ситуации потребуется время. Пройдет пару недель, так показала практика, ребёнок осваивается в новом коллективе и начинает уже с охотой кушать со своими сверстниками.



Бывает так что еда в саду очень отличается от домашней, не так как готовит мама, и это может тоже отпугнуть малыша и он просто будет бояться ее даже пробовать. Что же делать в этой ситуации? можно за пару месяцев мамам начать готовить блюда похожие на те что готовят в саду,

Если мамочка готовит для малыша похожие блюда у себя дома, то в дальнейшем с едой проблем может и не возникнуть.

Но если мама готовит всякие изысканности или он кушает пищу из «баночек и пачек», то проблем при посещении детского сада точно не миновать.



Еще одна распространенная проблема отказа от еды ребенка в детском саду — это неумение есть ложкой самостоятельно. Если такой навык малышом еще не освоен, то он просто не будет есть в саду. Поэтому чтобы таких проблем не было, следует заранее научить свое чадо кушать самостоятельно ложкой.

А бывает и так, что малыш не ест просто из-за того, что у него с приемом пищи определились свои ассоциации.

Не раз когда вы забирали из детсада своего малыша, от воспитателя узнаете, что ваш золотой ребенок почти целый день ничего не ел, и такое случается практически ежедневно.



Запомните, вашему ребенку нужно время, чтобы привыкнуть к новой среде. Вам лучше еще до того, как отдадите ребенка в садик, начать приучать его к режиму питания, который его там ожидает.

Чтобы ребёнку было не так трудно, придумайте такую игру которая его наверняка заинтересует, например поиграйте с ним в поваров, что-то приготовьте вместе, покажите и расскажите ему, как тяжело — готовить, что если он не ест в детском саду, он показывает свое неуважение к поварам, а они так стараются, чтобы было вкусно. Скажите, если малыш не будет кушать, то может заболеть и тогда он не сможет гулять на улице и играть с другими ребятами.

Каждая мама любит побаловать свою кроху, готовит только всякие вкусные блюда, которые любит и предпочитает есть малыш. Но родителям надо не забывать, что в детском саду нет такой возможности, и ребенка стоит к этому подготовить, хотя бы за пару месяцев до того как отдавать его в сад, начните его кормить теми блюдами, которыми кормят в детском саду.

**Чтобы избежать подобных стрессовых ситуаций, подготавливайте вашего малыша к детскому саду заранее.**

***Здоровья вашим малышам)))***

