

**Lista działań personelu wspierających autonomię dziecka podczas posiłków
w Niepublicznym Żłobku Nibylandia w Gorzowie Wlkp.**

1. Dostosowane do wieku dziecka wspieranie jego autonomii podczas posiłków z uwzględnieniem etapu rozwojowego oraz możliwości indywidualnych dziecka.
2. Zachęcanie dziecka do samodzielnego jedzenia we własnym tempie, umożliwienie wypracowania umiejętności poprzez próbowanie, bez wyręczania przez personel.
3. Zapewnienie dziecku odpowiednich warunków do spożywania posiłków – stołu i krzeselka dopasowanego do wzrostu dziecka, naczyń i sztućców dopasowanych do wieku i możliwości dziecka oraz dostępu do wody pitnej i serwetek.
4. Zapewnienie możliwości samodzielnego nakładania jedzenia oraz jedzenia rączkami.
5. Poszanowanie tempa jedzenia i preferencji żywieniowych dziecka. Odpowiadanie na pytania dotyczące dań, tłumaczenie nazw i składników spożywanych posiłków.
6. Zapewnienie swobodnej atmosfery podczas posiłków, możliwości rozmowy z opiekunami oraz innymi dziećmi.
7. Zachęcanie dziecka do próbowania nowych smaków, bez namawiania i przymusu.
8. Zapewnienie dziecku możliwości skorzystania z dokładki.
9. Pozwolenie dziecku na niedokończenie posiłku, jeśli sygnalizuje, że jest najedzone i nie ma potrzeby spożywania większej ilości jedzenia.
10. Informowanie dziecka o zbliżającym się czasie posiłku oraz konieczności zakończenia poprzednich czynności.
11. Karmienie dzieci, które jeszcze nie potrafią lub nie chcą samodzielnie spożyć posiłku i potrzebują pomocy osoby dorosłej.
12. Zapewnienie dodatkowego wsparcia dzieciom mającym trudności ze spożywaniem pokarmu, z zaburzeniami sensorycznymi i problemami rozwojowymi.
13. Chwalenie i docenianie podejmowanych przez dzieci prób, zachęcanie do samodzielności.
14. Umożliwianie dzieciom uczestniczenia w przygotowaniu stołu oraz posprzątaniu po posiłku w miarę możliwości wiekowych i rozwojowych.
15. W miarę możliwości spożywanie posiłków razem z dziećmi – modelowanie prawidłowych zachowań dotyczących spożywania posiłków, korzystania z serwetek, używania sztućców, dbania o czystość przestrzeni wokół siebie.
16. Propagowanie zasad zdrowego żywienia, opowiadanie dzieciom o tym, co jest zdrowe, a czego należy unikać.
17. Przestrzeganie zasad panujących podczas posiłków, przygotowania do posiłków oraz sprzątania po jedzeniu przez wszystkich pracowników.