

## КАК ПОИТЬ РЕБЕНКА?

- Организм ребенка обязательно должен получать достаточно жидкости.
- Поите ребенка в положении сидя. Голова может быть немного наклонена вперед, но ни в коем случае не назад, так как в таком положении затруднено глотание.
- Положите кружку на нижнюю губу, дождитесь, когда верхняя губа опустится на край кружки. Если этого не происходит, помогите ребенку сомкнуть губы.
- Наклоните кружку так, чтобы жидкость коснулась верхней губы.
- В рот не должно попадать слишком много жидкости сразу, чтобы ребенок не захлебнулся.
- Отклоните кружку, но не убирайте ее с губ ребенка – так, чтобы он понимал, что процесс не окончен.
- Делайте необходимые паузы для глотания.



Служба ранней помощи оказывает (бесплатно) социально-педагогическую и психологическую поддержку семьям, имеющим ребенка раннего возраста до 3-х лет.



Государственное автономное учреждение  
Иркутской области  
«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И  
СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ»

Региональная служба ранней  
помощи ГАУ ЦППМиСП

**«КОРМЛЕНИЕ  
РЕБЕНКА С  
ТЯЖЕЛЫМИ  
МНОЖЕСТВЕННЫМИ  
И НАРУШЕНИЯМИ  
РАЗВИТИЯ»**

Наш адрес:  
664022, г. Иркутск, Пискунова 42  
Т. 8(3952)700940  
Сайт: [www.cpmss-irk.ru](http://www.cpmss-irk.ru)  
[gbabyhelp@bk.ru](mailto:gbabyhelp@bk.ru)

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ  
РОДИТЕЛЕЙ И СПЕЦИАЛИСТОВ

ИРКУТСК, 2022

**Кормление ребенка** – не механический процесс, это время общения, проявления внимания и заботы. Для ребенка это возможность проявить себя: сделать выбор, попросить добавки или отказаться от какого-то блюда. Тот, кто кормит ребенка, должен быть очень чутким, чтобы понимать, какие движения или звуки означают отказ, а какие – усталость и потребность в небольшом перерыве. Еда – источник энергии и строительный материал для организма. Навык еды является базой для развития речи. Пища разного вкуса и консистенции дает необходимый сенсорный опыт и развивает мускулы гортани и ротовой полости.

### КАК КОРМИТЬ РЕБЕНКА?

- Поддерживайте контакт с ребенком: реагируйте на его сигналы (отказ, просьба, предпочтение), рассказывайте о новом блюде, предупреждайте о приближении ложки.
- Кормите ребенка в положении сидя: таз плотно прижат к спинке кресла, ноги стоят на полу или подножке, корпус расположен вертикально или чуть наклонен вперед, локти лежат на столе, голова чуть наклонена вперед.
- Ребенку лучше всего есть за общим столом вместе с другими детьми; если ребенок очень отвлекается или пугается, можно кормить его отдельно, пока он не освоится. Если ребенок учится удерживать ложку, сядьте рядом с ним.



- Подберите консистенцию еды. Если ребенку трудно глотать, пища должна быть однородной (консистенции густого пюре). Суп никогда не смешивают со вторым блюдом.



- Правильно подбирайте посуду. Ложка должна быть небольшой и полностью помещаться в рот ребенка. Если ребенку трудно опускать верхнюю губу на ложку, нужна ложка с плоским черпалом. Если ребенок закусывает ложку зубами, возьмите ложку из твердой пластмассы. Детям, которым сложно удерживать ложку, поможет ложка с толстой ручкой или изгибом. Тарелка должна быть не очень легкой и не скользить. Для детей, которые учатся зачерпывать, удобнее тарелки с высокими или загнутыми внутрь бортиками.

- Жевание важно развивать как можно раньше – за счет него происходит необходимая стимуляция десен, челюстей и зубов. Если ребенок достаточно хорошо ест с ложки и глотает, после основного блюда можно предложить ему пожевать печенье, небольшой кусочек фрукта или овоща, положив его на боковые зубы ребенка. Можно использовать нибблер – жевательный мешочек из марли.