

Мой ребёнок плохо ест

Родители часто бывают обеспокоены вопросом: почему мой ребёнок плохо ест? Причин этому может быть много. Одна из них неправильная поза во время приёма пищи.

1. Тело. Тело ребенка должно быть в стабильном положении. Если ребенку неудобно сидеть, то он будет сосредоточен не на приеме пищи, а на том, чтобы сохранить равновесие. Для правильного позиционирования нужно чтобы спинка стула плотно прилежала к пояснице малыша, а высота спинки была на уровне плеч, но не выше, чтобы ребенок мог спокойно поворачивать голову.

2. Сиденье. Сиденье не должно быть слишком широким, иначе ребенок будет сползать, заваливаться на бок или пытаться задрать на него ноги.

3. Ноги. Для ног нужно организовать опору. Опорой может быть любая подставка, на которую ребенок поставит ножки, иначе вес собственных ног будет тянуть вниз малыша, и ему придется затратить не мало сил, чтобы усидеть на месте. Так же подколенное пространство не должно упираться в край сидения.

4. И последнее - руки. Руки должны находиться на столе, локти не должны свисать, стол подвинут плотно к груди ребенка, но не надавливает на нее. Это даст ребенку возможность дотянуться до чего-то рядом или размазать еду по столу, не роняя ее на пол. Используйте эти советы. Возможно именно они помогут Вам наладить приём пищи Вашего ребёнка и улучшить его настроение во время еды.