ЧИ ПОТРІБНО ДОГОДОВУВАТИ ДИТИНУ У ДИТЯЧОМУ САДКУ?  
💁🏼‍♀️Це питання досить суперечливе, і відповідь залежить від кількох факторів: віку дитини, її фізичного стану, харчових звичок, психологічного комфорту та підходу закладу до харчування.  
  
1. Малюк не хоче їсти, бо не голодний:  
✅ Що робити: Не примушувати. У дітей відчуття голоду ще формується, і вони можуть по-різному реагувати на їжу. Варто пояснити, що наступний прийом їжі буде за певний час, і їжа не буде доступною до цього.  
  
2. Дитина відмовляється їсти через особливості розвитку або здоров'я (наприклад, труднощі з жуванням, травленням):  
✅ Що робити: Якщо проблема медична, потрібен індивідуальний підхід. Важливо з’ясувати причину (консультація з лікарем, логопедом, психологом) і підбирати відповідну текстуру їжі, порцію та умови харчування.  
  
3. Дитина їсть дуже повільно і не встигає доїсти:  
✅ Що робити: Якщо дитина справді хоче їсти, але не встигає через темп, можна дати їй трохи більше часу або заохочувати, але без тиску. Якщо дитина просто "грається" з їжею, варто м’яко пояснити, що обід має свій час.  
  
4. Дитина відмовляється їсти певні продукти (вибірковість у харчуванні):  
✅ Що робити: Не змушувати, але поступово знайомити з новими смаками, подаючи їх у привабливій формі. Якщо дитина категорично не хоче їсти, можна дозволити їй залишити частину їжі, але без заміни на щось інше.  
  
5. Дитина звикла до годування дорослими вдома:  
✅ Що робити: У молодшому віці (2-3 роки) можна допомагати ложкою, але поступово привчати їсти самостійно. У старшій групі (4-6 років) краще заохочувати самостійність і навчати правил поведінки за столом.  
  
Важливо пам’ятати:⤵️  
  
❌ Примусове догодовування може викликати негативні асоціації з їжею, стрес і навіть розлади харчової поведінки.  
✅ Їжа має бути процесом задоволення, а не боротьби.  
✅ Головна мета - формування здорового ставлення до харчування та самостійності.  
  
👩🏼‍🍳Тобто, догодовувати - тільки за потреби (медичні показання, вікові особливості), але не через бажання "нагодувати будь-якою ціною".