

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРНО - ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА



Воспитание у детей культурно-гигиенических навыков – необходимое условие для образа жизни. Культурно-гигиенические навыки – это не что иное как привычка. Как известно, самые прочные привычки, как полезные, так и вредные формируются в детстве, вот почему так важно с самого раннего детства воспитывать у ребенка полезные для здоровья навыки, закреплять их, чтобы они со временем стали привычками и постоянно совершенствовались.

Что такое культурно-гигиенические навыки?

Культурно-гигиенические навыки – это навыки по соблюдению чистоты тела, культуры еды, поддержание порядка в окружающей обстановке и культурных взаимоотношений детей друг с другом и со взрослыми. Следует понимать, что от наличия знаний и выполнения ребенком необходимых гигиенических правил поведения зависит не только его здоровье, но и здоровье других детей и взрослых.

Воспитание культурно-гигиенических навыков начинается в семье.

Заботливые родители начинают приучать малышей к аккуратности и самостоятельности буквально с рождения. И в этом непростом деле взрослым стоит проявить терпение и фантазию, ведь чем интереснее ребенку будет в процессе обучения, тем быстрее он усвоит такие необходимые ему знания.

Какие культурно-гигиенические навыки нужно воспитывать у детей?

Прием пищи. Одним из первых навыков является навык аккуратного приема пищи. Для того, чтобы у ребенка сформировалось положительное отношение к приему пищи, старайтесь соблюдать некоторые правила.

Не делайте за столом замечаний, не упрекайте малыша за разлитый сок или испачканную одежду, а наоборот, покажите ему, как выполнять действие. Хвалите малыша за то, что он правильно взял ложку, аккуратно и хорошо поел. Обстановка за столом должна быть дружелюбная и спокойная, поэтому не рассказывайте страшных историй, не обсуждайте свои проблемы, не ссорьтесь между собой. Чтобы не ругать малыша за плохой аппетит, кладите небольшие порции еды, чтобы он мог действительно все съесть. Лучше положить ребенку добавки, если он не наелся, тем более, это повод еще раз его похвалить. Красиво оформленное блюдо и ваша «реклама» о красоте и вкусовых качествах еды вызовет у малыша интерес и повысит аппетит. Кроме этого необходимо формировать у детей и другие привычки:

- всегда мыть руки перед едой;
- правильно держать столовые приборы;
- за столом сидеть прямо, ноги не вытягивать под стол, локти убирать со стола;
- есть аккуратно, не крошить хлеб, не выкладывать еду из тарелки на стол
- выходить из-за стола полностью прожевав еду;
- пользоваться салфеткой;
- благодарить за еду взрослых.

Одевание и раздевание. С младшего возраста детей необходимо привлекать к процессу одевания. Сначала мы просто называем элементы одежды, для чего они нужны и на какие части тела их нужно надевать. Постепенно надо давать возможность детям поучаствовать в процессе одевания и раздевания самостоятельно. Маленькому ребенку тяжело самому одеваться, надо помнить всю последовательность одевания. Конечно,

родителям это сделать лучше, да и быстрее, не надо тратить время на уговоры, объяснения, ведь надо спешить на работу!

Но если взрослые помогают ребенку при малейшем затруднении, то очень быстро у него сформируется пассивная позиция и нежелание трудиться: зачем одеваться самому, если мама сама все застегнет и завяжет. Очень важно формировать у ребенка навыки самостоятельного одевания: учить снимать и надевать

колготки, носки. Ботинки, шапку. С возрастом эти навыки будут совершенствоваться. Также необходимо учить детей быть аккуратными, не разбрасывать одежду, складывать ее на место.



Мытье рук и умывание. Научить детей умываться, пользоваться полотенцем – дело не из простых. Обучение умыванию надо проводить на собственном примере. Показ – самое понятное объяснение для малыша. Необходимо, чтобы ребенок усвоил последовательность умывания:

- засучить рукава, аккуратно открыть кран;
- взять мыло, намочить его под струей воды, тщательно намылить руки;
- тереть руки со всех сторон до образования пены прямыми и круговыми движениями;
- промыть руки под водой
- чистыми руками помыть лицо, наклонившись над раковиной;
- отжать руки над раковиной, сложив их замочком. Это надо делать, чтобы вода не капала на пол.
- выключить воду;
- вытереть руки полотенцем досуха.



Для создания интереса у детей используются стихи, загадки.

Сколько важных умений должен освоить малыш! Для него это целая наука. Поэтому так важно, чтобы рядом был взрослый, чуткий и отзывчивый, который бы учил, помогал, направлял ребенка.

Таким образом, формирование культурно-гигиенических навыков – это необходимое условие успешного развития личности ребенка. Чем раньше ребенок освоит эту непростую науку, тем комфортнее ему будет в детском саду, тем увереннее он будет развиваться. Поэтому так важно придерживаться одинаковых требований к навыкам гигиены и самообслуживания в детском саду и дома, действовать совместно на благо ребенка.