

Консультация для родителей

«Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста»

Всем нам хочется, чтобы ребёнок вырос крепким, красивым, здоровым. Поэтому с раннего детства и на протяжении всей жизни человек должен тщательно ухаживать за своим телом, кожей, волосами, ногтями, зубами. Соблюдение правил личной гигиены – неперемное условие здорового образа жизни.

Среди правил личной гигиены первостепенное значение имеют правила ухода за кожей. Кожа не только защищает наш организм от жары, холода и инфекций, она помогает человеку дышать и избавляться от шлаков. С раннего детства нужно прививать ребёнку навыки, которые впоследствии превратятся в привычку культурного поведения.

Если ребёнка постоянно приучают к определённым действиям, связанным с заботой о его чистоте и здоровье, у него легко выработать привычку следить за чистотой своего лица, рук, тела, одежды, предметов домашнего обихода, игрушек.

Чтобы приучить ребёнка к чистоплотности, надо, чтобы все гигиенические процедуры доставляли ему удовольствие. Умывание надо проводить таким образом, чтобы не причинять ребёнку неприятных ощущений. С 2 лет ребёнок уже сам может умываться, научите его намыливать руки – всё это вызовет интерес к умыванию. Необходимо приучать ребёнка к опрятности, надевать передник, чтобы не пачкалась одежда. Перед сном ребёнок должен аккуратно складывать свою одежду на стул. Все вещи должны иметь постоянное место.

Мы должны приучать детей есть только чистыми руками, и только мытые овощи и фрукты. Гигиенические навыки тесно связаны с культурными навыками. Ребёнок должен приучаться есть аккуратно, не пачкать скатерть, не бросать ничего на пол, вытирать руки и рот салфеткой, поев, благодарить старших. Дети при правильном воспитании к 2 годам уже просятся на горшок. Относитесь внимательно к естественным потребностям ребёнка: всегда высаживайте его на горшок перед сном, после сна, перед и после прогулки.

Одежда – это вторая кожа ребёнка. Чтобы он был крепким и здоровым надо соблюдать гигиенические требования к одежде.

Одевать ребёнка красиво, чтобы он выглядел привлекательно – это закономерное стремление родителей. Однако в погоне за красотой одежды нельзя выпускать из виду гигиенические требования к одежде ребёнка, а также удобство и целесообразность.

Одежда должна предохранять ребёнка от воздействия окружающей среды: от палящего солнца, от сильного ветра, холода и дождя. Чистота и удобство – основные гигиенические требования к детской одежде. Одежда всегда должна быть чистой у ребёнка. Надо научить ребенка следить за внешним видом своего костюма.

Но привить у ребёнка навыки аккуратности трудно, если он сам не сумеет себя обслуживать: застегнуть, завязать, зашнуровать, приколоть. Поэтому одежда должна быть такой, с которой ребёнок справился самостоятельно: застёжка спереди, пуговицы легко застёгиваются, молния исправна, вместо шнурков лучше липучки. Если Вы, уважаемые родители, будете соблюдать данные рекомендации, ваш ребенок будет всегда здоровым и счастливым.

