

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение МО
г. Краснодар «Детский сад №163»

Консультация для родителей
«Как воспитать у ребёнка основные культурно – гигиенические навыки»

Подготовила:
воспитатель гр. № 10
Гарина Н.А.

«Как воспитать у ребёнка основные культурно – гигиенические навыки»

Именно в дошкольном возрасте очень важно воспитывать у ребенка привычку к чистоте, аккуратности, порядку. В эти годы дети могут освоить все основные культурно – гигиенические навыки, научиться понимать их важность, легко, быстро и правильно выполнять. Особое внимание надо уделять детям до пяти лет, которым «самостоятельное» умывание и одевание обычно доставляет большое удовольствие.

Культурно - гигиенические навыки в общей системе воспитания ребенка имеет большое значение. Гигиенические привычки помогают вырастить детей здоровыми и крепкими. С раннего возраста надо приучать детей мыть руки перед едой, ходить чистыми, вытирать ноги, больше быть на свежем воздухе — это в значительном предохраняет их от заболевания.

Первые годы жизни - благоприятное время для воспитания навыков культурного поведения. Приучая детей к порядку и чистоте, мы воспитываем в них общую культуру, организованность, бережное отношение к вещам и к труду взрослых. Если дети будут аккуратно вытирать ноги, входя в помещение, открывать дверь за ручку, а также не лениться поднять бумагу с пола, они привыкнут вести себя культурно и вместе с тем беречь труд взрослых по поддержанию чистоты.

Чистоплотность — это один из необходимых навыков культурного человека. Ребенка нужно приучать мыть руки и насухо вытирать их полотенцем. Родители приучают ребенка аккуратно и; бережно обращаться со своими вещами, одеждой. Ему отводят постоянное место для хранения одежды, вешалку для пальто прибавляют на уровне роста ребенка.

Взрослые напоминают детям, чтобы они не брали пальто, платье, а вешали на отведенном месте и постоянно следить за этим. Маленькому ребенку нужно показывать, объясняя все действия, как надо складывать свою одежду, для чего это делается.

Аккуратно пользоваться вещами, умение вести себя в общественных местах должны прочно войти в поведение ребенка. Соблюдение правильных

навыков во время еды крайне важно для здоровья детей, для воспитания у них общей культуры поведения. Дети должны есть в определенное время сидеть за столом прямо, а не бегать с куском хлеба.

Неупорядоченная еда вредна для здоровья, это влияет на пищеварение, ослабляет аппетит. Для воспитания культурных привычек еды очень важна правильная сервировка стола. Красивый вид стола вызывает аппетит и положительно влияет на усвоение культурных привычек. Детей надо приучать пользоваться салфеткой. Во время приема пищи дети не должны разговаривать. Надо категорически запрещать детям брать в рот предметы с пола, пить с общей кружки, есть невымытые овощи и фрукты.

Для маленького ребенка имеет важное значение пример близких ему людей. Культурные привычки отца и матери — это образец для подражания.

Поэтому потребности в чистоте и порядке у детей могут воспитывать лишь те родители, которые сами придают этому большое значение и лично выполняют правила гигиены. При воспитании навыков желательно создавать последовательность и постепенно их усложнять.

Большое значение для закрепления культурно - гигиенических навыков имеет интересные рассказы, стихи, картинки. Взрослым приходится терпеливо и упорно добиваться от детей выполнения установленных правил. Нужна большая настойчивость и согласованность между всеми членами семьи.

При воспитании привычек бывает ряд затруднений. Медлительность не должна пугать родителей. Это зависит от особенностей нервной системы ребёнка. Дети все усваивают медленно, но прочно. К этим детям надо относиться с большим терпением, необходимо часто подбадривать, вовремя похвалить.

Бывают случаи, когда дети относятся отрицательно к гигиеническим процедурам. Необходимо сформировать положительные отношения к санитарным мероприятиям. Например, ребенку, который не любит

умываться, предложить вымыть в теплой воде куклу. Это поможет вызвать желание обращаться с мылом и водой.

Вдумчивое, упорное воспитание сформирует у детей необходимые привычки и заложит прочные основы культурного поведения.

Советы по овладению основ гигиенической культуры:

Умывание – учить, самостоятельно мыть руки, по мере загрязнения, после прогулки, уборной и перед едой. Соблюдать последовательность действий, засучив рукава, намыливать руки до образования пены, набирать в ладошки нужное количество воды, мыть лицо двумя руками, мыть руки до локтя с мылом, учить мыть шею и уши, не стряхивать воду с рук, насухо вытирать лицо и руки. Знать свое полотенце и правильно пользоваться им.

Поведение за столом - умело пользоваться ложкой и вилкой. Есть самостоятельно, не проливать пищу. За общим столом не мешать другим детям, не пользоваться их приборами. Учить жевать пищу с закрытым ртом, есть только за столом, ложкой не стучать по тарелке. Своевременно пользоваться салфеткой, после еды класть ложку, вилку на тарелку. Откликаться на просьбы взрослого помочь накрыть на стол или убрать со стола отдельные приборы, во время еды не отвлекаться на игру, чтение книг, не разговаривать, во время трапезы учить думать только о вкусной и полезной еде, которую ребенок в данный момент ест. После еды говорить «спасибо». Вставая из-за стола, проверять свое место, достаточно ли оно чисто, при необходимости самостоятельно убирать его.

Закладывая в детях привычку, есть разную пищу, взрослым следует набраться терпения, так как положительное отношение к еде у детей формируется очень долго, особенно если в семье и детском саду нет единых взглядов на этот счет.

Одевание – самостоятельно одеваться и раздеваться в правильной последовательности. Правильно надевать одежду, обувь. Вежливо и с правильной просьбой (помогите, пожалуйста, а не так: мне нужно...) обращаться к взрослому при необходимости за помощью. Знать свой

шкафчик, порядок складывания одежды в шкафчик. Шкафчик содержать в чистоте и порядке. Узнавать свои вещи, не путать с одеждой других детей.

Уход за вещами и игрушками – Учить приводить себя в порядок. Формировать навык пользования индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой), бережное отношение к игрушкам, вещам, пользоваться ими по назначению. Участвовать вместе с взрослыми в уходе за вещами: помогать маме, складывать аккуратно свою одежду, полоскать носовые платочки, мыть игрушки, убирать игрушки на место после игры и т. д.

Овладение культурно – гигиеническими навыками приводит к самостоятельности, что формирует положительное отношение к процессам воспитания.