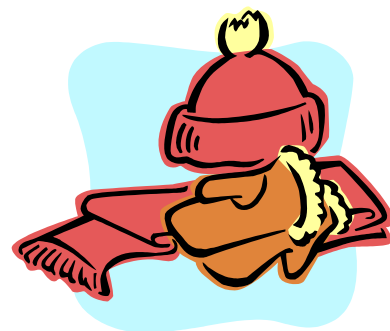
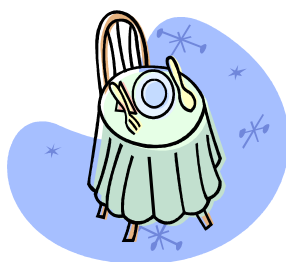


Консультация для родителей по теме

Развитие культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников

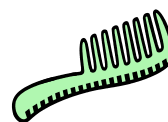


Воспитание культурно-гигиенических навыков

Учить детей под контролем взрослого, а затем самостоятельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем.



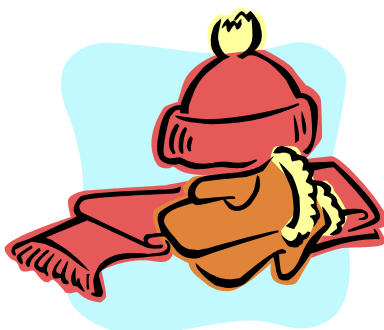
Учить с помощью взрослого приводить себя в порядок. Формировать навык пользования индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой).



Во время еды учить детей держать ложку, вилку в правой руке, своевременно пользоваться салфеткой.



Обучать детей порядку одевания и раздевания. При небольшой помощи взрослого учить снимать одежду, обувь (расстегивать пуговицы спереди, застёжки на липучках); в определенном порядке аккуратно складывать снятую одежду; правильно надевать одежду и обувь.



Овладение основ гигиенической культуры.



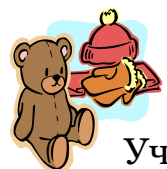
Умывание. Соблюдать последовательность действий при мытье рук и самостоятельно мыть руки, прибегая к помощи взрослых в отдельных действиях, вызывающих затруднение. Знать свое полотенце и пользоваться им. Замечать грязные руки и мыть их



Поведение за столом. Умело пользоваться ложкой и вилкой. Есть самостоятельно, не проливать пищу. Своевременно пользоваться салфеткой, после еды ложку или вилку класть на тарелку. За общим столом не мешать другим детям, не пользоваться их приборами. После еды говорить «спасибо». Откликаться на просьбы взрослого помочь накрыть на стол или убрать со стола отдельные приборы.



Одевание. Самостоятельно одеваться в правильной последовательности. Вежливо обращаться к воспитателю за помощью. Знать свой шкафчик, порядок складывания одежды в шкафчик. Узнавать свои вещи, не путать с одеждой других детей.



Уход за вещами, игрушками. Бережно относиться к игрушкам, вещам, пользоваться ими по назначению. Участвовать вместе со взрослыми в уходе за вещами: помогать маме полоскать носовые платочки и т.п.



Игровые умения. В играх самостоятельно воспроизводить цепочку взаимосвязанных игровых действий, отражающих процессы умывания, одевания, еды.

Культурно-гигиенические навыки ребенка.

Именно в дошкольном возрасте очень важно воспитать 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 доставляют большое удовольствие. У детей старшего дошкольного возраста, 5 - 7 лет, следует совершенствовать уже приобретенные навыки и следить за неукоснительным и правильным их выполнением. Навыки и привычки, прочно сформированные в дошкольном возрасте, сохраняются на всю жизнь.

При воспитании культурно-гигиенических навыков большое значение имеет пример окружающих. Если взрослые после утренней гимнастики принимают душ, то и ребенок считает естественным его обязательность. В семье, где родители, старшие братья и сестры не сядут за стол, предварительно не вымыв руки, и для малыша это становится законом. Но общий правильный уклад жизни в семье еще не гарантирует усвоение ребенком всех доступных ему навыков. Их воспитанию приходится уделять специальное внимание.

Прежде всего следует обеспечить постоянное, без всяких исключений, выполнение ребенком установленных гигиенических правил. Ему объясняют их значение. Но не менее важно помочь ребенку, особенно на первых порах, правильно усвоить нужный навык. Так, например, прежде чем начать мыть руки, надо закатать рукава, хорошо намылить руки. Вымыв руки, тщательно смыть мыло, взять свое полотенце, насухо вытереть руки. Не следует торопить малыша, если он сосредоточенно повторяет одно и то же действие (например, мылит руки). Тем более не следует выполнять это действие за него. Осваивая навык, ребенок обычно стремится многократно выполнить определенное движение. Постепенно он научается все более самостоятельно и быстро справляться с поставленной задачей. Взрослый только напоминает или спрашивает, не забыл ли ребенок сделать то или другое, а в дальнейшем предоставляет ему почти полную самостоятельность. Но проверять, правильно ли ребенок все сделал, приходится на протяжении всего дошкольного возраста. Хорошо сформированные навыки выполняются ребенком легко и быстро, по собственной инициативе, без напоминаний. Если он и забудет о каком-либо из них, например, прибежит и сядет за стол, не вымыв руки, то малейшего намека, напоминания оказывается достаточно, чтобы он (даже несколько смущенно) исправил свою ошибку. Но если у ребенка соответствующие навыки не сформированы, то выполнение их требует от него больших усилий. Нередко возникают малоприятные и для родителей, и для него "переговоры": "Ваня, ты забыл вымыть руки". - "Они у меня чистые". - "Все равно перед обедом надо вымыть". - "Я их недавно мыл"... После ночного сна и утренней гимнастики ребенку полезнее всего принять душ. Он моет руки, лицо и освежает все тело под струями воды. Температура воды (как при всех общих водных процедурах) вначале должна быть близкой к температуре тела. К концу приема душа ее можно снизить на 2° по сравнению с началом, потом опять повысить и снова

снизить. Если же душа в доме или на даче нет, детей с 3 - 4 лет следует приучать по утрам мыться до пояса. Необходимо, чтобы после душа или умывания ребенок вытерся насухо. Раз в неделю ребенка моют особенно тщательно (в этот день моют и голову с мылом). Если ребенок ежедневно не принимает душ или ванну, то его надо купать 2 раза в неделю.

В дошкольном возрасте дети должны и могут усвоить, что мыть руки надо перед едой, после пользования уборной, по возвращении с прогулки, игры с животными и всегда, когда они грязные. Ноги надо мыть не только перед ночным сном (даже если нельзя было принять общую водную процедуру), но и перед дневным. Особенно важно это правило соблюдать летом. К навыкам личной гигиены, которые ребенок должен усвоить в дошкольном возрасте, относится и уход за полостью рта. С трехлетнего возраста ребенка следует научить полоскать рот, с четырех лет - правильно чистить зубы (сверху вниз - вверх, с наружной и внутренней стороны) перед ночным сном. Утром после сна достаточно полоскать рот. Полоскать рот теплой водой надо и после еды. Волосы следует причесывать не реже двух раз в день (и своей собственной расческой!). А всегда ли у вашего ребенка в кармашке чистый носовой платок? Умеет ли он сам замечать непорядки в одежде развязался шнурок, расстегнулась пуговка - и сразу их устранять? Вытирает ли он ноги, входя в помещение? Малышам свойственны живой интерес к окружающему, активность, эмоциональность, стремление к самостоятельности — все это создает благоприятные условия для воспитания культурно-гигиенических навыков, имеющих очень большое значение для развития детей.

- ✚ Наличие культурно-гигиенических навыков — важное условие для поддержания здоровья, так как соблюдение правил личной гигиены предохраняет от инфекционных заболеваний.
- ✚ Ежедневно повторяя одни и те же действия, ребенок совершенствует движения: они становятся более точными, ловкими, координированными.
- ✚ Ребенок шире познает окружающий мир, так как, пользуясь разными предметами (ложка, салфетка и т.д.), знакомясь с их свойствами (мокрые, сухие, чистые), осмысливает простые связи между явлениями (не наклонился над тарелкой — рубашка грязная).
- ✚ Культурно-гигиенические навыки способствуют развитию речи: воспитатель наряду с показом и непосредственной помощью пользуется словом (называет блюда, поясняет действие, указывает на основные признаки).
- ✚ Благодаря культурно-гигиеническим навыкам развиваются, приобретают силу и устойчивость такие психологические функции, как внимание и воля (это связано с тем, что детям раннего возраста требуется постоянное воспитательное воздействие).
- ✚ Овладение культурно-гигиеническими навыками приводит к удовлетворению стремления к самостоятельности (что формирует положительное отношение к процессам воспитания).

Алгоритм деятельности воспитателя по формированию навыков самообслуживания.

Вопросы к детям:

1. Расскажи и покажи, как нужно надевать колготки (рубашку, застёгивать пуговицы, причёсываться).
2. Почему нельзя разбрасывать свои вещи? Покажи, как надо складывать вещи в шкаф.
3. Что нужно сказать, когда тебе помогают?
4. Расскажи, как нужно пользоваться столовыми приборами, вытирать рот салфеткой, как сидеть за столом во время еды.

Значение формирования навыков самообслуживания в том, что результат направлен на удовлетворение личных потребностей.



Памятка для родителей по формированию навыков поведения за столом и приёма пищи у детей младшего дошкольного возраста.

- ❖ Ребёнка надо кормить в строго установленное время.
- ❖ Давать только то, что полагается по возрасту.
- ❖ Кормить детей надо спокойно, терпеливо, давая возможность хорошо прожевывать пищу.
- ❖ Ни в коем случае не кормить ребёнка насильно.
- ❖ Не отвлекать от еды чтением или игрой.
- ❖ Не применять поощрений за съеденное, угроз и наказаний за несъеденное.

Надо поощрять:

- желание ребёнка есть самостоятельно;
- стремление ребёнка участвовать в сервировке стола и уборке стола.

Надо приучать детей:

- перед едой тщательно мыть руки;
- жевать пищу с закрытым ртом;
- есть только за столом;
- правильно пользоваться ложкой, вилкой, ножом;
- вставая из-за стола, проверить своё место, достаточно ли оно чисто, при необходимости самостоятельно убрать его;
- окончив еду, поблагодарить тех, кто её приготовил, сервировал стол.

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



Алгоритм деятельности воспитателя проведения умывания.

Цель – учить правильно и самостоятельно умываться.

Воспитательная задача – воспитывать навыки личной гигиены, учить беречь труд взрослых, воспитывать вежливые взаимоотношения между детьми, чувство товарищества.

Образовательная задача – закреплять последовательность умывания, уточнить для чего умываются, рассмотреть свойства мыла (душистое, мылиться, пениться).

Организация детей – около одного умывальника находиться по 2 человека, воспитатель объясняет последовательность умывания, с чего начать и т.д., показывает сам.

Индивидуальный подход к медлительным детям и к тем, кто недавно пришёл в группу.

Методы и приёмы – показ, контроль, использование поговорок, потешек.

Умывание:



Засучить рукава

Намылить руки до образования пены

Набрать в ладоши нужное количество воды

Вымыть лицо двумя руками

Мыть руки до локтя с мылом

Мыть шею и уши

Обмыть руки

Насухо вытереть руки

Пользоваться личным полотенцем

Не стряхивать воду с рук

