ЗДО №8 «Теремок» Центр Софії Русової

Консультація для батьків
«Формування культурно-гігієнічних навичок у дітей раннього віку»

Редагувала Суспо Л.В.
Вихователь групи раннього віку№6

Листопад 2023

Формування культурно-гігієнічних навичок у дітей раннього віку під час прийому їжі

Умовами успішного виховання культурно-гігієнічних навичок у дітей раннього віку є:

- раціональна організації життя дітей у дитячому садку, що полягає у чіткості та своєчасності режимних процесів;
- позитивний приклад культури поведінки дорослих;
- систематичне вправляння у дотриманні вимог культури поведінки;
- єдині підходи щодо вимог до гігієни дитини в дошкільному закладі та сім'ї помічника вихователя, батьків
- якості виконання культурно-гігієнічних навичок;
- індивідуальний підхід до темпів оволодіння культурно-гігієнічними навичками конкретною дитиною.

Важливу роль при цьому відіграють і такі фактори, як чистота приміщення, меблі розставлені зручно відповідно до зросту дітей; доцільність і зручність у використанні обладнання, посуду,якісне прибирання, провітрювання, естетика організації культурно-гігієнічних процедур.

Режим дня забезпечує щоденне повторення гігієнічних процедур у той самий час, що сприяє поступовому формуванню у дітей навичок і звичок поведінки.

Оздоровче спрямування освітнього процесу у дошкільному навчальному закладі зумовлене рядом нормативно-правових документів: Законом України «Про дошкільну освіту», Базовим компонентом дошкільної освіти в Україні, програмою навчання та виховання дітей від двох до семи років «Дитина».

Значною мірою стан здоров'я та опірність організму дитини залежать і від рівня сформованості у неї культурно-гігієнічних навичок. У листі Міністерства освіти і науки України від 16.08.2010 р. № 1/9-563 «Фізичний розвиток дітей в умовах дошкільного навчального закладу» наголошується на обов'язковому дотриманні правил естетики харчування, вихованні необхідних гігієнічних навичок, що відповідають віку та рівню розвитку дітей.

Особливості виховання культурно-гігієнічних навичок у дітей раннього дошкільного віку

Уже в ранньому віці дітей привчаємо розуміти призначення і основні якості предметів, називати дії, самостійно виконувати вимоги дорослих, звертатися із проханням про допомогу.

Вчимо дітей сідати за стіл тільки з вимитими руками; пити з чашки, тримаючи її обома руками; їсти ложкою не обливаючись; з часом – користуватися серветкою; їсти рідку страву з хлібом; вставати з-за столу, присувати стілець. Формуємо вміння виконувати елементарні правила культурної поведінки: не виходити з-за столу, не закінчивши їжу, говорити «дякую».

У процесі життєдіяльності удосконалюємо набуті і формуємо нові культурно-гігієнічні навички, заохочуючи при цьому дитину до більшої самостійності. Трирічні малюки вже їдять самостійно й акуратно, ретельно пережовують їжу; правильно тримають ложку; беруть той шматок хліба, що лежить ближче; спокійно сидять за столом, не розмовляють з іншими дітьми; без нагадування дорослого дякують за їжу.

Залучаємо дітей до виконання найпростіших трудових дій. Спільно з дорослими і під їхнім контролем перед їжею ставити хлібниці (без хліба) і серветниці. З огляду на те, що у дітей дошкільного віку переважає конкретне, наочно-образне мислення, ***ефективними при формуванні у них культурно-гігієнічних навичок є такі прийоми:*** *пряме навчання,показ,вправи виконання дій у процесі дидактичних ігор, систематичне нагадування дітям про необхідність дотримання правил гігієни та поступове підвищення вимог до них.*

Для цього використовуємо деякі дидактичні та сюжетно-рольові ігри: “Зустрічаємо гостей”, “Посуд для ляльки”, “Лялька накриває на стіл”, “Обід у ляльок” та інші. Під час цих ігор ми знайомимо дітей з назвами посуду та його призначенням, вчимо накривати на стіл, розвиваємо мовлення, пам’ять, увагу, формуємо самостійні дії.

Д/г “Погодуємо ляльку”

Мета: формувати інтерес до самостійних дій при накриванні столу до обіду; закріплювати вміння називати посуд; розвивати мовлення, пам’ять, увагу; виховувати бажання допомагати.

Матеріал: дитячий іграшковий посуд, лялька

Хід гри:

До дітей на гостину завітала лялька Катя. Пригостимо Катрусю обідом. Вона дуже полюбляє кашку, давайте приготуємо її.

Гра-забавлянка

Гу-ту-ту, гу-ту-ту!
Варим кашку круту,
Підливаю молочка.
Погодую козачка!

- Кашку зварили. А з чим кашку їдять? (з хлібчиком)

“Печу, печу хлібчик”
Печу, печу хлібчик
Діткам на обідчик:
Меншому - менший,
Більшому – більший
Шусть у піч, шусть у піч.

- Молодці! Обід приготували, а тепер накриємо на стіл.
- Спочатку на столик застелимо …. (скатертину).
- Потім, поставимо…. (серветки).
- Насипаємо …(кашку). Що для цього візьмемо? (тарілочку)
- Чим Катруся буде їсти? (ложкою).

Діти продовжують гратися, а вихователь спостерігає та спрямовує дітей на виправлення помилок.

Під час приймання їжі доречним буде читання віршиків, примовлянок, ігор – забавлянок.

***

Треба ротика розкрити,

Щоб в животик супчик влити

***

Смакота, а не компот,
Потрапляє прямо в рот!

***

Молочко в рот набираєм,
І не кваплячись ковтаєм.

***

Гам, гам, гам…Гам, гам, гам…
Ой, смакує їжа нам !

ТАНЯ
Це ж чому завжди у Тані
Щічки свіжі та рум'яні?
А тому, що Таня наша
їсть і борщ, і хліб, і кашу!
(Г. Демченко)
Виїдайте все з тарілки,
Випивайте чай свіженький.
Встаючи, підсуньте стільчик
І подякуйте гарненько…

***

Добрий ранок, добрий ранок!
Поспішайте на сніданок!
Уже сонечко сміється,
Пісня жайворонка ллється.
Вже прокинулась травичка,
Скаче весело синичка,
Зайчик в лісі пробудився,
Їсти моркву заходився.
От і ви часу не гайте
Та мерщій усе здайте,
Бо смачна сьогодні каша.
Постаралась кухар наша !

При годуванні маленьких дітей необхідно забезпечувати спокійну обстановку, спрямовуючи всю увагу дитини на їжу.

Не відволікати її розмовами, піснями, іграми і насильно не змушувати з'їсти ту кількість їжі, яку вам здається для неї оптимальною.

І ще одна необхідна умова, для успішного культурно-гігієнічного виховання – ***єдність вимог з боку дорослих.***

Обов'язок батьків – постійно закріплювати дані навички,
які виховуються у дитячому садочку.
Важливо, щоб дорослі подавали приклад

і самі його дотримувались !

***

Поради батькам з формування культурно-гігієнічних навичок

Для дитини, привченої до особистої гігієни з раннього віку, гігієнічні процедури - потреба, звичка. Навчання гігієнічним навичкам починається зі ***знайомства з предметами особистої гігієни:*** рушник для обличчя та рук, рушник для тіла, рушник для ніг, банне простирадло, невеликий гребінець з тупими зубчиками, стаканчик для полоскання рота, зубна щітка, носові хустки, щіточка для миття нігтів, мочалка для тіла.

Гігієнічне виховання після року спрямовано на прилучення дитини до наступних гігієнічних навичок:

* Мити руки перед їжею і після кожного забруднення;
* Умиватися після нічного сну і після кожного забруднення;
* Приймати щодня гігієнічний душ перед нічним сном, а влітку - і перед денним сном;
* Митися з милом і мочалкою (через два дні на третій);
* Підмиватися перед сном і після сну, якщо малюк прокинувся мокрим;
* Полоскати рот після прийому їжі (з двох років);
* Користуватися зубною щіткою (з двох років);
* Користуватися носовою хусткою у міру потреби в приміщенні і на прогулянці (самостійно з двох з половиною років);
* Користуватися гребінцем, стоячи перед дзеркалом (з півтора - двох років);
* Доглядати за нігтями за допомогою щіточки (з двох з половиною років);
* Не брати їжу брудними руками (під контролем дорослого протягом усього раннього дитинства);
* Мити ноги перед сном.

Будь-яку гігієнічну процедуру з маленькою дитиною слід проводити акуратно, обережно, щоб не злякати її, не викликати неприємних відчуттів.

І навіть тоді, коли ваш малюк навчиться самостійно виконувати

ту чи іншу процедуру, не залишайте його без нагляду.

Приступаючи до гігієнічної процедури, заздалегідь продумайте всі дії, розташуєте необхідні предмети так, щоб ними вільно можна було користуватися, не витрачаючи час на їхні пошуки, не відволікаючись.

Наприклад, готуючись до купання, продумайте, де поставити глечик, куди покласти мило, на який гачок повісити рушник. Перевірте температуру води, приберіть всі зайві предмети з ванної кімнати.

Для проведення гігієнічних процедур з дитиною створіть всі необхідні умови:

*** Додайте гачок для рушника на рівні зросту дитини;**

*** Підставте до умивальника лавочку, стоячи на якій він зможе дістати кран;**

*** Прикріпіть ручку-тримач до стіни, щоб дитина могла триматися за неї обома руками при підмиванні, митті ніг, прийнятті гігієнічного душу;**

*** Покладіть у ванній килимок , щоб дитина не послизнулася.**

Предмети, якими дитина буде користуватися самостійно, слід підібрати з урахуванням її вікових можливостей. Розмір шматка мила повинен відповідати руці дитини; рушник і петелька на ньому повинні бути такими, щоб малюк одним рухом міг зняти і повісити його,

стаканчики для зубної щітки і полоскання рота повинні бути стійкими, зручними і безпечними; гребінець слід вибрати з тупими зубчиками, щоб не пошкодити ніжну шкіру малюка, а її розмір повинен відповідати його руці.

Предмети особистої гігієни дитини повинні бути барвистими, що запам'ятовуються. Починаючи з року дитина здатна знаходити свій рушник, який завжди висить у певному місці і має будь-який барвистий орієнтир (малюнок на тканині, аплікація, вишивка і т. д.).

Зручна організація умов для гігієнічної процедури повинна спонукати дитину до активності, самостійних дій.

stand-gallery.com