

Рекомендации родителям по воспитанию культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников

подготовила: воспитатель Новикова Л.И.

Чистоплотность – это один из необходимых навыков культурного человека. Начиная с 2 лет ребенка нужно приучать мыть руки и насухо вытирать их полотенцем. Родители должны приучить 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.

Родители должны объяснять, зачем мыть руки перед едой, после общения с животными, прогулки, пользования туалетом и просто, если они испачкались.

Например, перед мытьем рук можно дать малышу мыло в красивой обертке, предложив развернуть его, понюхать, сказать малышу: "Какое гладкое мыло! Какое душистое! Понюхай, как оно вкусно пахнет. Наверно, оно хорошо пениться. Давай проверим!" А после мытья можно вместе с малышом рассмотреть его ручки, отметив какие они чистые и красивые.

Детям будет интересен рассказ о вредных микробах, которые живут, например, на улице и могут попасть на руки ребенка, и о том, как можно быстро избавиться от них, вымыв руки.

Чтобы понятно объяснить малышу, что такое микробы, можно нарисовать их и рассказать о них, используя сказочные сюжеты. Изобразите на листе бумаги не только "страшных микробов", но и "рыцарей", которые с ними борются – мыло, воду, шампунь. Знакомя кроху с подобными терминами, избегайте запугивания, жизненных историй с плохим финалом. Нужно детально объяснять все ребенку на уровне игры или рисунка, тогда не возникнет проблем с пониманием и приучением малыша к личной гигиене. Расскажите ребенку, как мечтают его пальчики помыться, как им стыдно, что они грязные, как ванная комната и теплая водичка ждет его.

По мере овладения новыми знаниями и действиями детям захочется их неоднократно повторять. И наоборот, назидание, приведение нелицеприятных примеров начисто лишает ребенка интереса ребенка к гигиеническим мероприятиям. Поэтому, знакомя малыша с правилами гигиены, стоит избегать рассказа о неприятных последствиях невыполнения этих правил, запугивания ребенка. Не говорите малышу: "Не будешь мыть руки – будет болеть живот!" Воспитание полезных привычек должно строиться на позитивном, доверительном отношении к миру.

Обучая малыша гигиеническим навыкам, лучше всего основываться на ощущениях, которые может испытывать ребенок: приятном запахе, ощущении чистоты, полезности для здоровья и самочувствия.

Для формирования необходимых навыков большое значение имеют атрибуты гигиены: зубная щетка малыша и зубная паста, пена для ванны, шампунь и даже мыло в мыльнице. Пусть все эти средства имеют детскую направленность: яркий цвет, необычную форму, разные дополнения, привлекающие внимание малыша, и способствующие проявлению интереса к гигиеническим процедурам.

У ребенка должно быть индивидуальное полотенце яркой расцветки с забавными рисунками, чтобы кроха мог безошибочно отличить его от личных вещей других членов семьи.

Все вещи малыша должны иметь в ванной постоянное место и предметы должны быть для него доступны. После того как крохе исполнилось 1-1,5 года и можно будет обучать его умываться самостоятельно.

Лучше всего хранить вещи в специально отведенном для ребенка шкафчике или на полочке в ванной комнате, подвешенной на уровне роста малыша. Это необходимо для того, чтобы кроха смог все рассмотреть и самостоятельно достать из шкафчика необходимую вещь для проведения очередной гигиенической процедуры. Также важно в ванной иметь невысокую устойчивую скамеечку, чтобы ребенок мог дотянуться до крана с водой.

Аккуратности, умению следить за собой, содержать себя в чистоте нужно учить спокойно, ненавязчиво, в игровой форме, сохраняя, однако, систему обязательных требований.

Можно привлечь внимание ребенка к проведению гигиенических мероприятий средствами фольклора, например, перед каждым мытьем рук или умыванием прочтите малышу небольшой стишок или потешку:

- Знаем, знаем, да, да, да!
- Где ты прячешься, вода!
- Выходи, водица,-
- Мы пришли умыться!
- Ай, лад, лады, лады,
- Не боимся мы воды,
- Чисто умываемся.
- Друг другу улыбаемся.
- Буль – буль –буль, журчит водица,
- Мы умеем сами мыться.

Умойтесь вместе с ребенком, приговаривая "умывалочку" :

- Вместе с мамой кран откроем -
- Пусть бежит водичка.
- Она чисто Оле (*Маше и т. д.*) моет
- Руки, шею, личико.

Для более легкого овладения определенным навыком связанные с его усвоением действия лучше разделить на несколько операций. Например, при мытье рук ребенок сначала засучивает рукава, затем намыливает руки, тщательно ополаскивает их, стараясь не разбрызгать воду, и насухо вытирает руки.

Необходимо несколько раз повторить последовательность действий вместе с малышом, чтобы он успел их запомнить. На начальном этапе формирования навыка торопить детей ни в коем случае не стоит, надо дать им возможность спокойно выполнить осваиваемые действия. Можно подобрать или изготовить для ребенка небольшую памятку, на которой будет изображена последовательность действий при мытье рук, умывании и прикрепить ее на стену в ванной. Например, основные действия при мытье рук можно изобразить в виде отдельных картинок:

- Первая картинка: засучиваем рукава.
- Вторая картинка: моем руки водой под краном.
- Третья картинка: намыливаем руки мылом.
- Четвертая картинка: смываем мыльную пену водой.
- Пятая картинка: вытираем руки полотенцем.

Эти несложные для взрослых действия ребенка усвоит не с первого раза. Для годовалого малыша самостоятельное мытье рук является сложной задачей, но все равно следует предоставить крохе возможность самостоятельно выполнять эти действия, открыв и закрыв за ним кран с водой, отрегулировав ее температуру и при необходимости помогая на всех этапах освоения навыка.

Обучая малыша быть аккуратным, опрятным и чистым, можно использовать наглядное изображение противоположных состояний: грязное – чистое. Можно приобрести или изготовить карточки, на которых изображен неумытый и чистый ребенок, неопрятный малыш и аккуратно одетый.

Показывая карточку, эмоционально окрашивайте свой рассказ, выражая позитивное или негативное отношение в зависимости от изображения. С годовалым крохой можно поиграть в игру "Кукла Маша купается". Покажите ребенку куклу и

скажите: "Кукла Маша давно не мылась, у нее грязные лицо и руки. Давай скорее умоем Машу".

Отправляйтесь с малышом в ванную и покажите, как правильно моет кукла ручки, как нужно ее умывать, приговаривая:

- Маша, мой лицо и шейку,
- Мойся мылом хорошенько.
- Воду ты не разливай,
- Сухо ручки вытирай.

По мере взросления ребенка игра усложняется: предложите ему самостоятельно вымыть куклу лицо и руки. Направляйте его действия подсказками. Потом предложите малышу самому умыться и вымыть руки.

Желаем Вам успехов!