

«Чистота – залог здоровья»

В семье появляется ребенок и **родители** задумывается - когда нужно начинать воспитывать своего ребенка. Воспитание ребенка начинается с первых дней его жизни. Правильно развивающиеся дети к концу младенческого периода достигают хорошего развития, проявляют живой интерес к окружающему. Их речь становится понятной» приобретаются некоторые навыки развивается привязанность к родным и близким.

Важнейшей задачей является воспитание моральных качеств, положительных черт характера и навыков поведения. 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 3 года 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. Начиная с 3 лет 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, ребёнку, 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.

