

Консультация для родителей

"Формирование культурно-гигиенических навыков у детей 3-4 лет"

- Давай будем одеваться...

- Я сама! Я сама! —

-Пойдем, будем умываться...

- Я сама! Я сама!

- Ну, идем хоть причешу я...

- Я сама! Я сама!

- Ну, давай хоть накормлю я...

- Я сама! Я сама!

(И. Муравейко)



Культурно-гигиенические навыки

формируются в раннем дошкольном возрасте, пока нервная система еще пластична, а действия, связанные с приёмом пищи, одеванием, умыванием, повторяются систематически. Однако в этот период многие родители стремятся уделить больше внимания обучению детей чтению, математике и языкам, чем самообслуживанию, часто не учитывая, что гораздо важнее научиться самостоятельно есть, пить, одеваться и т. д.

Известно, что самые прочные привычки, как полезные, так и вредные, формируются в раннем возрасте. Вот почему так важно "с пелёнок" воспитывать у ребёнка полезные для здоровья навыки, закреплять их, чтобы они стали привычками.

Культурно-гигиеническое воспитание — основа санитарной культуры, необходимое условие формирования у детей установки на здоровый образ жизни в будущем. Воспитание у детей навыков личной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. В конечном счёте, от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье окружающих. В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались.

А вот как они это будут делать — зависит от того, что малышам заложили с самого раннего детства сначала родители, а затем воспитатели в детском саду. И чем ярче и интереснее будут впечатления от обучения непростым для малышей навыкам, тем быстрее они им запомнятся, тем приятнее их будет выполнять и совершенствовать день ото дня.

Самые первые представления о культурно-гигиенических навыках ребёнок получает именно в семье. Одним из первых навыков является навык аккуратного приёма пищи. Малыша сразу надо приучать к активному участию в процессе еды. Ребёнка старше полутора лет желательно кормить за столом. В этом возрасте необходимо следить за тем, чтобы ребёнок, сидя на стуле, упирался ногами в пол, а высота стола приходилась бы на уровне его согнутых локтей.

Помимо этого необходимо воспитывать и закреплять у детей и другие навыки: следить, чтобы они не садились за стол с грязными руками, не выходили из-за стола с куском хлеба, пользовались носовым платком. При одевании и раздевании также необходимо давать возможность детям в какой-то степени действовать самостоятельно.

Одинаковые требования к правилам гигиены и навыкам самообслуживания в детском саду и дома приводят к лучшему запоминанию и закреплению полезных привычек.

Во 2-й младшей группе нужно привить такие полезные привычки как мытьё рук, соблюдение режима дня, самостоятельное пользование туалетом, умение правильно держать ложку. К 3-4 годам малыш может научиться умываться и причёсываться, снимать шапочку или носочки, вытирать рот салфеткой после еды и сморкаться в носовой платочек.

На первый взгляд все очень просто, а на самом деле для малышей это целая наука — освоение и применение культурно-гигиенических навыков.

С первого дня пребывания детей в группе необходимо начинать работу по воспитанию навыков одевания (раздевания), учить снимать и надевать колготки, носки, ботинки, шапку. Также необходимо не только учить детей самостоятельно одеваться, но и быть аккуратными.

У детей всегда есть желание самим расстегивать пуговицы и молнии, но нет умения. Этому их можно учить вечером во время игр на развитие мелкой моторики рук: "Матрешке надень фартук", "Застегни пуговицы", "Достань из корзинки". То, как скоро малыш научится одеваться и раздеваться, зависит от подвижности его пальчиков. Это качество необходимо развивать, время от времени играя с малышами с некрупными предметами, вроде счетных палочек или, рисуя разными видами круп, перекладывая их из больших ёмкостей в более меньшие.

Обучая детей умыванию, воспитатели проводят дидактические игры, в которых можно создать игровые ситуации, например, игры с куклами. Это "Кукла умывается", "Накормим куклу обедом", "Постираем кукле платье" и т. д. Эти игры способствуют формированию практических умений и навыков, прививают положительное отношение к умыванию, а чтобы игры были интересные, применяем много потешек, стихов, ведь их можно подобрать на все случаи жизни.

Воспитание культурно-гигиенических навыков включает широкий круг задач, и для их успешного решения можно использовать целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей: прямое обучение, показ кукольного театра, упражнения в выполнении действий в процессе дидактических игр, систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила гигиены и постепенное повышение требований к ним.

Чтобы облегчить ребенку освоение новых навыков, необходимо сделать этот процесс доступным, интересным и увлекательным. При этом обязательно учитывать возрастные особенности детей – стремление к самостоятельности.

Памятка для родителей.

Старайтесь поддерживать стремление к самостоятельности ребенка.

Поощряйте, хвалите, своего ребёнка даже за небольшие достижения.

Навыки самообслуживания прививаются быстрее, если взрослый покажет и прокомментирует на примере как, что и в каком порядке делать.

Нельзя торопить ребенка с выполнением какого-либо действия, надо дать ему возможность выполнять все спокойно, самостоятельно.

Если у малыша что-то не получается, не спешите ему на помощь, пока он этого не попросит.

Старайтесь всегда поддерживать активность и эмоциональный настрой ребенка.

В процессе воспитания используйте потешки, стишки, личный пример, старайтесь использовать игровую ситуацию.

Всегда придерживайтесь доброжелательного эмоционального настроения.