

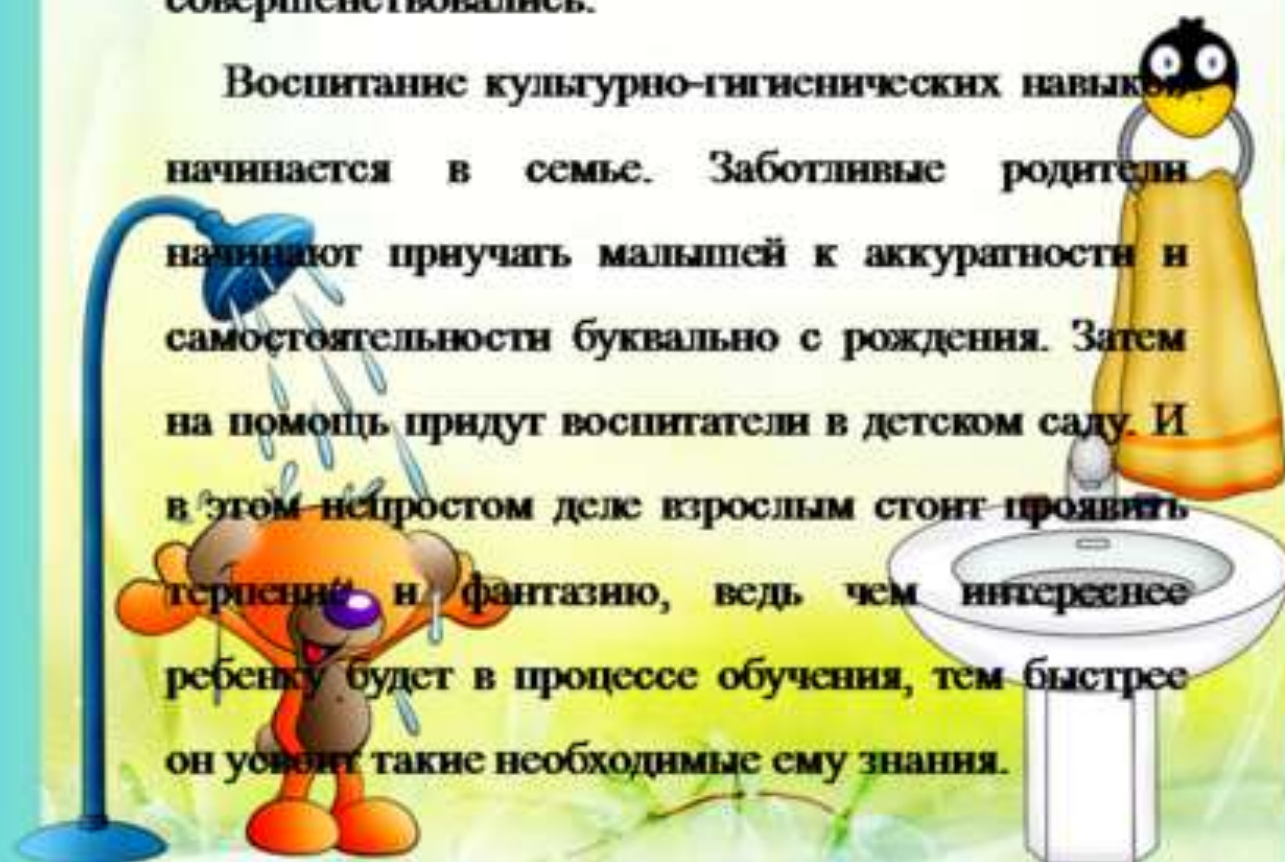


**Воспитание
культурно-
гигиенических
навыков у детей
раннего
возраста**



Воспитание у детей культурно-гигиенических навыков - необходимое условие для здорового образа жизни. Культурно-гигиенические навыки — это не что иное, как привычки. Полезные привычки формируются в детстве, вот почему так важно с самого раннего возраста воспитывать у ребенка полезные для здоровья навыки, закреплять их, чтобы они со временем стали привычками и постоянно совершенствовались.

Воспитание культурно-гигиенических навыков начинается в семье. Заботливые родители начинают приучать малышей к аккуратности и самостоятельности буквально с рождения. Затем на помощь придут воспитатели в детском саду. И в этом непростом деле взрослым стоит проявить терпение и фантазию, ведь чем интереснее ребенку будет в процессе обучения, тем быстрее он усвоит такие необходимые ему знания.



МЫТЬЁ РУК И УМЫВАНИЕ

Научить детей умываться, пользоваться правильно полотенцем — дело не из простых.

Обучение умыванию надо проводить на собственном примере. Показ — самое понятное объяснение для малыша. Необходимо, чтобы ребенок усвоил последовательность умывания:

- ❖ засучить рукава;
- ❖ взять мыло, намочить его под струёй воды, тщательно намылить руки;
- ❖ тереть руки со всех сторон до образования пены прямыми и круговыми движениями.

- ❖ промыть руки под водой;
- ❖ ладьями рук помыть лицо, наклонившись над раковиной;

- ❖ отжать руки над раковиной, сложив их замочком. Это надо делать, чтобы вода не капала на пол.

- ❖ выключить воду;
- ❖ вытереть руки полотенцем досуха.



Использование носового платка

Некоторые родители, положив ребенку платочек в карман, считают, что этого достаточно.



Но зачастую ребенок даже не знает, как им пользоваться.

Ребенок должен знать назначение носового платка и не использовать его как предмет игры. То есть, не заворачивать в него игрушки и другие предметы.

Носовой платок — предмет личной гигиены, поэтому его нельзя давать пользоваться другим детям.

Ребенку надо приучать самостоятельно доставать платочек из кармана, разворачивать и сворачивать платок, аккуратно класть его в карман.



Кроме этого необходимо формировать у детей и другие полезные навыки:

- ❖ всегда мыть руки перед едой;
- ❖ правильно держать столовые приборы;
- ❖ за столом сидеть прямо, ноги не вытягивать под стол, локти убирать со стола;
- ❖ есть аккуратно, не крошить хлеб и не выкладывать еду из тарелки на стол;
- ❖ не разговаривать с набитым ртом;
- ❖ пользоваться салфеткой;
- ❖ благодарить за еду взрослых.

На помощь родителям придёт и литература

Можно найти много потешек, стихов, загадок, которые помогут сделать процесс обучения интересным и запоминающимся.

*А у нас есть ложки
волшебные немножко.*

*Вот – тарелка, вот – еда,
не осталось и следа.*

*Вытирай салфеткой рот
И не капай на живот.*



В этом помогут *игровые ситуации*: «Одень куклу на прогулку», «Завяжи кукле ботинки», «Застегни пуговицы на папиной рубашке».



Хорошо развивают пальчики и различные мозаики, игры со шнурочками, мелкими предметами.

Также для развития мелкой моторики используется *пальчиковая гимнастика*.

Актуальны будут и стихи на тему одевания.

Пальчиковая гимнастика «Одежда»

Раз, два, три, четыре, пять – *Последовательно соединяют пальцы*

Будем вещи мы стирать: *одной руки с пальцами другой руки.*

Платье, брюки и носочки,

Юбку, кофточку, платочки.

Шарф и шапку не забудем –

Их стирать мы тоже будем. *Кулачки имитируют стирку.*

