

Консультация для родителей детей раннего возраста «ЧИСТЮЛИ С ДЕТСТВА».

Подготовила воспитатель гр. № 4 Чумикова Л. Ф.

ЦЕЛЬ: привлечь родителей к соблюдению и развитию у детей навыков личной гигиены дома; познакомить с приёмами и методами, используемыми при формировании культурно-гигиенических навыков у детей.

Воспитание культурно-гигиенических навыков включает широкий круг задач:

- формирование простейших навыков поведения во время еды, умывания;
- формирование привычки следить за своим внешним видом, умения правильно пользоваться мылом, мыть руки, лицо; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой, носовым платком;
- формирование навыков поведения за столом: пользоваться правильно ложкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать за столом, не разговаривать с полным ртом;
- формирование начальных представлений о ценности здоровья, о том, что здоровье начинается с чистоты тела, что чистота, красота, здоровье — это неразделимые понятия;
- формирование потребности в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.



Не для кого, не секрет, что самые прочные привычки, и вредные, и полезные, формируются с раннего детства. Как приятно смотреть на воспитанных, культурных детей — всегда опрятные, чистые, вежливые. Надо отдать должное взрослым, которые прививают с детства детям желание следить за собой, воспитывают культуру гигиенических навыков.

Некоторые дети не умеют правильно пользоваться мылом, хотя существует множество алгоритмов последовательности мытья рук, не умеют следить за своим внешним видом, не аккуратно кушают за столом. Всему этому детей надо научить. А вот как они это будут делать - зависит от того, что малышам заложили с самого раннего детства взрослые.

Культурно-гигиеническое воспитание - основа санитарной культуры, необходимое условие формирования у детей установки на здоровый образ жизни в будущем.

Ведь не зря говорится: «**Чистота — залог здоровья!**»

Неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, небрежен в работе.

Вот почему так важно с самого раннего возраста воспитывать у ребенка полезные для здоровья навыки, закреплять их, чтобы они стали привычками. Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах.

В конечном счете, от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и

взрослых. 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.

В группу приходят очень разные малыши. Кто-то из них самостоятельно пользуется горшком, а кто-то категорически отказывается с ним дружить, некоторые детки уже самостоятельно едят ложкой, другие же приучены только к бутылочке или с большим удовольствием копаются в своей тарелке руками. Почему же так происходит?

Самые первые представления о культурно-гигиенических навыках ребенок получает именно в семье. Заботливые родители начинают приучать малышей к аккуратности и самостоятельности буквально с пеленок.

Одним из первых навыков является навык аккуратного приема пищи. Малыша сразу надо приучать к активному участию в процессе еды. Ребенка старше полутора лет желательно кормить за столом. В этом возрасте необходимо следить за тем, чтобы ребенок, сидя на стуле, упирался ногами в пол, а высота стола приходилась бы на уровне его согнутых локтей.

Удобная организация условий для гигиенической процедуры должна побуждать ребенка к активности, самостоятельным действиям.

Для малышей, освоение и применение культурно-гигиенических навыков – это целая наука. Взрослым необходимо помнить об этом, всегда быть рядом, контролировать действия своего малыша и направлять их в правильное русло.

Родители, помните:

«Требования к правилам гигиены и навыкам самообслуживания в детском садике и дома должны совпадать!»

Ребенок приобретает гигиенические навыки в общении с воспитателем, медицинским работником, няней и, конечно, в семье. Обязанность родителей – постоянно закреплять данные навыки, воспитываемые у ребенка в детском саду. Важно, чтобы взрослые подавали ребенку пример, сами всегда их соблюдали.

Вести себя ДОМА нужно ТАК ЖЕ, КАК И В ГОСТЯХ! Никогда не говорите: «Ничего страшного, он же дома! Здесь же все свои!» Ребенок искренне не поймет, почему дома ему разрешали, есть торт руками и плевать тем, что ему не нравится, а тут мама вдруг начинает ругать!!! Ребенку непонятно почему вы так поступаете...

То, чему Вы научите ребенка в раннем возрасте – останется на всю жизнь.

Очень важно не упустить момент желания ребёнка делать все самостоятельно! Если этот момент упустить и делать всё за ребенка (*я делаю аккуратнее и быстрее; он еще очень мал; и т.д.*), вы рискуете, прежде всего, его психическим здоровьем. Упущенный навык в определенном возрасте, (*а виновны только Вы – не научили!*), создает потом трудности, прежде всего, для вашего малыша.



Как же правильно воспитывать культурно-гигиенические навыки у ребёнка?

Самое главное нужно его заинтересовать. Для этого используются разные приёмы и методы:

- Личный пример взрослых.
- Показ.
- Использование алгоритма действий («Как правильно вести себя за столом», «Предметы личной гигиены», «Как правильно мыть руки»).
- Рассматривание сюжетных картинок по теме.
- Объяснение.
- Поощрение.
- Беседы («Научим Хрюшу умыться», «Когда необходимо мыть руки», «Слава воде»).
- Дидактические и сюжетные игры («Покормим Катю обедом», «Приходите в гости», «Научим Катю одеваться» и другие).
- Использование потешек.
- Чтение стихотворений.
- Проговаривание пословиц, поговорок.
- Игровые приемы.
- Упражнения на развитие мелкой моторики рук (застегивание, расстегивание, шнурование).
- Наблюдение за трудом (мытьё посуды, протирание пыли, мытьё полов и т. д.).

Воспитание культурно-гигиенических навыков будет более эффективным, если вы будете объяснять ребенку, почему так делать нельзя. Например: если ты будешь вертеться, ты можешь опрокинуть тарелку на себя; если ты будешь сидеть «развалившись», то прольёшь на себя суп из ложки...

Формирование культурно-гигиенических навыков процесс длительный, поэтому работу необходимо проводить ежедневно, в процессе разнообразных видов деятельности.

В процессе воспитания у детей культурно-гигиенических навыков должны соблюдаться: постоянство, последовательность, терпение.

Советы для родителей

- ☐ Старайтесь поддерживать стремление к самостоятельности ребенка.
- ☐ Поощряйте, хвалите ребенка даже за небольшие достижения.
- ☐ Навыки самообслуживания прививаются быстрее, если взрослый покажет и прокомментирует на собственном 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 настроя.

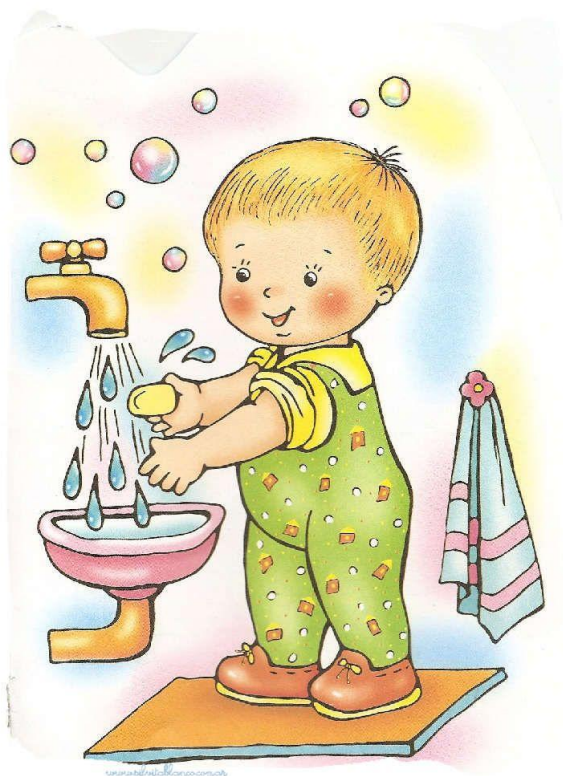
Потешки для формирования культурно-гигиенических навыков.



Кран откройся, нос умойся,
Глаз купайся, грязь смывайся.

Кто тут будет куп-куп-куп,
По водичке хлюп-хлюп-хлюп?
Будет мыло пениться,
И грязь куда-то денется.

Ай, лады, лады, лады,
Не боимся мы воды.
Чисто умываемся,
Деткам улыбаемся!



Руки с мылом надо мыть,
Чтоб здоровенькими быть.
Чтоб микробам жизнь не дать,
Руки в рот не надо брать!

Водичка, водичка,
Умой моё личико.
Чтобы глазки блестели,
Чтобы щёчки краснели,
Чтоб смеялся роток,
Чтоб кусался зубок.

Да здравствует, мыло душистое,
И полотенце пушистое,
И зубной порошок,
И густой гребешок!





Ешь внимательно, опрятно
Не спеша и аккуратно!
В рот еду не забивай,
И кусочки не роняй!
Мыс тобою за столом
Себя правильно ведём,
Потому что мы с тобой
Не болтаем за едой.

Угощенья хороши!
Ешь спокойно, не спеши,
Не болтай с набитым ртом.
Разговоры все – потом!

Чтобы выглядеть опрятно,
Ешь красиво, аккуратно.
И ногами не болтай,
И соседа не толкай!



Расти, коса, до пояса,
Не вырони не волоса.
Расти, косонька, до пят –
Все волосоньки в ряд.
Расти, коса, не путайся.
Дочка, маму, слушайся.

Чешу, чешу, волосоньки,
Расчёсываю косоньки!
Что мы делаем расчёской?
Деткам делаем причёску.

Петушок, петушок!
Подари мне гребешок.
Ну, пожалуйста, прошу,
Я кудряшки расчешу.

Если будем чистить зубки
Вечерком и по утрам,
То, противные микробы,
Не страшны твоим зубам!

