

Воспитание культурно-гигиенических навыков в раннем возрасте



Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей играет важнейшую роль для их здоровья. С первых дней жизни при формировании культурно-гигиенических навыков идет усвоение правил и норм поведения, вхождение малыша в мир взрослых. Нельзя этот процесс откладывать на потом, период раннего и дошкольного детства наиболее благоприятный для формирования культурно-гигиенических навыков. Затем на их основе строится развитие других функций и качеств.

Культурно-гигиенические навыки лежат в основе первого доступного ребенку вида трудовой деятельности - самообслуживание.

Здесь важна постепенность: по мере овладения простыми составляющими навыка вводить новые, более сложные. При обучении использовать показ самого действия, знакомить со способами его выполнения.

По мере приобретения навыка непосредственная помощь взрослого сокращается, а доля самостоятельного участия ребёнка увеличивается. Малыши до трех лет испытывают удовольствие, что они сначала выполняют действия с взрослым, а потом самостоятельно.

Ласковый голос, спокойное и доброжелательное отношение настраивают малыша на взаимодействие. Потешки, песенки, делают процесс формирования навыка более привлекательным. Ими можно сопровождать любые действия малыша постоянно. Главное, чтобы детям было интересно, и чтобы они могли видеть результаты своих действий.

Следующее условие - единство требований со стороны взрослых.

Обязанность родителей - постоянно закреплять гигиенические навыки, воспитываемые у ребенка в детском саду.

Важно, чтобы взрослые подавали ребенку пример, сами всегда их соблюдали.

● **Малыш за столом.**

Прием пищи - сложный процесс, в котором должно сложиться четкое взаимодействие руки, глаз, рта. К трем годам навык пользования ложкой закрепляется, можно считать, что обучение действиям приема пищи состоялась. Далее умение будет оттачиваться.

Важно обеспечить правильную посадку ребенка за столом.

Желательно, чтобы прием пищи проходил на уровне высокого сервиса: на стол ставят хлебницу, бумажные салфетки в салфетницах, красивую посуду. Все это привлекает внимание ребенка и повышает аппетит.

- Правильно держать ложку (правая или левая рука)

- Не крошить хлеб.
- Опрятно есть, пережевывать пищу с закрытым ртом.
- Не разговаривать с полным ртом.
- Тихо выходить по окончании еды из-за стола.
- Пользоваться салфеткой.
- Благодарить.

● **Малыш умывается.**

Для ребенка, приученного к личной гигиене с раннего возраста, гигиенические процедуры - потребность, привычка. Обучение гигиеническим навыкам начинается со знакомства с предметами личной гигиены (полотенце, расческа, носовые платки).

При умывании необходимо учитывать следующие умения и навыки:

- Учить детей с помощью взрослого мыть лицо и руки, самостоятельно вытирать их только своим полотенцем и знать его место.

Перед гигиеническими процедурами нужно:

- Завернуть рукава одежды ребенка
- Ребенок подносит руки под струю воды, берет мыло, намыливает ладони, трет ими друг о друга
- Смывает мыло под струёй воды
- Малыш самостоятельно снимает полотенце и насухо вытирает лицо и руки.

Все действия сопровождаются разговором.

● **Малыш одевается и раздевается.**

В процессе одевания и раздевания детей необходимо научить самостоятельно снимать одежду, обувь, расстегивать и застегивать пуговицы спереди, развязывать шнурки у ботинок, знать порядок одевания, раздевания и аккуратно складывать снятую одежду. Учим оказывать помощь друг другу.

● **Учим пользоваться расчёской.**

- Знать свою расчёску и место, где она лежит
- Показать назначение расчёски и формировать навык её использования

- Учить спокойно относиться к процедуре причёсывания
- Позволять ребенку проявлять самостоятельность, исходя из его желания (Я сам)
- Переносить навык использования расчёски в игровую ситуацию
- Исключить возможность пользования чужой расчёской.

● **Малыш перед зеркалом**

- Знать, что такое зеркало и его назначение.
- Учить спокойно рассматривать себя в зеркале, не трогая его руками

● **Учим пользоваться носовым платком**

- Знать назначение носового платка
- Самостоятельно брать платок и побуждать к его использованию (по необходимости обращаться за помощью)
- Постепенно формировать умение разворачивать платок.

По мере освоения культурно – гигиенические навыки обобщаются, отрываются от соответствующего им предмета и переносятся в игровую, воображаемую ситуацию, тем самым влияя на становление нового вида деятельности – игры. Усвоенные культурно – бытовые навыки обогащают содержание детских игр. Малыши начинают переносить их в разные игровые ситуации, и тогда предметные действия превращаются в игровые.

Для плодотворного отношения взрослого и ребенка важно установление добрых и доверительных взаимоотношений, важен эмоциональный контакт. В этом помогает детский фольклор – сказки и малые фольклорные жанры: песенки, потешки, прибаутки, считалки, пословицы, загадки, поговорки, дразнилки, кричалки, заклички, пестушки.

Таким образом, фольклор может решить многие педагогические задачи, обогатить социально – игровой опыт детей, разовьет их фантазию.

То, что заложено в детстве, будет питать человека на протяжении всей его жизни. Поэтому так важно окружить детей теплом и наполнить их детство настоящими сокровищами народной мудрости. Именно поэтому мы предлагаем Вам в повседневной жизни, общаясь с малышом, использовать стишки и прибаутки, которые помогут заинтересовать и привлечь ребёнка к обучению культурно-гигиеническим навыкам.

Материал подготовил воспитатель Дудорова О.В.