

Консультация для родителей «Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста»

Развитие и воспитание культурно-гигиенических навыков у ребенка первый шаг к здоровью человека. Это основа для развития физически крепких и здоровых детей.



Воспитание культурно-гигиенических навыков начинается очень рано. Подготовкой к формированию навыков, самостоятельным движениям по самообслуживанию является создание у ребенка положительного отношения к одеванию, умыванию, приему пищи.

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 мы стремимся к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались.

Важным условием для формирования гигиенических навыков является систематичность необходимых операций. Так, ребенок привыкает, что перед едой ему обязательно моют руки надевают нагрудник и т.д. Родители предоставляют ребенку самостоятельность там, где он что-то может сделать сам. Наряду с этим каждый ребенок постоянно нуждается в показе, поощрении и помощи. В начале второго года жизни ребенок должен уметь есть самостоятельно, пользуясь ложкой, есть хлеб с первым блюдом, вытирать рот салфеткой.

Также необходимо систематически прививать навыки культуры поведения: спокойно сидеть за столом, благодарить за оказанную помощь и т.д. На третьем году жизни малыш не только более самостоятельно может одеваться, раздеваться и т. д, но и знает определенный порядок действий, входящих в каждый процесс,

приемы их выполнения. Для этого необходимо поместить картинку - схему последовательного процесса умывания или раздевания на стене в ванной или детской комнаты.



Задачи по формированию культурно-гигиенических навыков у детей:

1. Формировать умение овладевать культурно-гигиеническими навыками.
2. Побуждать детей к самостоятельности.
3. Развивать предпосылки трудовой деятельности.
4. Воспитывать бережное отношение к игрушкам и вещам.
5. Приучать детей следить за своим внешним видом.
6. Формировать элементарные навыки поведения во время еды: правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой и т.д.

Рекомендации для родителей

Как прививать малышам полезные привычки и навыки самообслуживания.

1. Учítывая, что навыки у детей только формируются, старайтесь облегчить ребенку выполнение действий и предупредить нежелательные формы поведения.
2. Хвалите малыша за все. Пусть он будет уверен в том, что он «самый самый». Необходимо постоянное одобрение малейших проявлений самостоятельности у детей.
3. Не бойтесь перехвалить своего ребенка. Если похвала оправдана, она пойдет только на пользу.
4. Не забывайте о возможностях ребенка. Важно - любой, даже маленький труд должен приносить малышу удовлетворение.
5. Прививайте детям навыки самообслуживания с учетом возрастных особенностей.

Вдобавок для успешного формирования и закрепления навыков гигиены на протяжении периода дошкольного детства целесообразно сочетать словесный и

наглядный способы, используя специальные наборы материалов по гигиеническому воспитанию в детском саду, разнообразные сюжетные картинки, символы. В процессе гигиенического воспитания и обучения детей мы сообщаем им разнообразные сведения: о значении гигиенических навыков для здоровья, о последовательности гигиенических процедур в режиме дня, формируем у детей представление о пользе физкультурных упражнений. Гигиенические знания целесообразны и на занятиях по физической культуре, труду, ознакомлению с окружающим, с природой.



Также помните, что все навыки формируются постепенно; лучший пример для подражания - взрослый; у малыша есть свои вкусы и привычки; в игре обучение проходит легче. И избегайте: необоснованного поторапливания и одергивания детей; публичного осуждения малыша за неумения; излишнего заигрывания и развлечения во время еды, умывания и т.д.; затягивания по времени процесса еды, одевания и т.п. Для закрепления навыков рекомендуется использовать художественное слово, инсценировки игровых ситуаций:

Период раннего и дошкольного детства наиболее благоприятный для формирования культурно-гигиенических навыков. К культурно-гигиеническим навыкам относятся навыки по соблюдению чистоты тела, культуры еды, поддержания культурных взаимоотношений детей друг с другом и с взрослыми.

Культурно-гигиенические навыки в значительной степени формируются в дошкольном возрасте, так как центральная нервная система ребенка в высшей степени пластична, а действия, связанные с принятием пищи, одеванием, умыванием, повторяются каждый день и неоднократно.

К числу основных условий успешного формирования культурно-гигиенических навыков относятся рационально четкий режим дня и руководство взрослых. Режим дня обеспечивает ежедневное повторение гигиенических процедур в одно и то же время, что способствует постепенному формированию навыков и привычек культуры поведения.

Обучение действиям по самообслуживанию – трудоемкий процесс. В домашних условиях активность малыша нередко пресекается. Взрослым кажется, что лучше быстрее самим накормить и одеть ребенка, чтобы не терять время зря.

Ребенок бунтует, отказывается от еды, прогулки и т.д. Со временем он начинает покорно подчиняться взрослому, теряет интерес к самообслуживанию. Когда же взрослые спохватываются и начинают требовать от ребенка самостоятельных действий, они встречают стойкое сопротивление: «Корми сама!», «Не хочу сам одеваться!» и т.п. Ломка сложившегося стереотипа нелегко дается как ребёнку, так и взрослому.

Следует приучать ребенка к самообслуживанию, способствовать формированию таких его личностных качеств, как самостоятельность, инициативность, активность.



Что должен уметь ребенок на разных возрастных этапах дошкольного возраста?

Прежде всего, выясним последовательность формирования у ребенка дошкольного возраста культурно-гигиенических навыков и навыков, на которые целесообразно ориентироваться.

Так, уже на втором году жизни дети должны уметь подставлять руки под струю воды в умывальнике, смывать мыльную пену с рук, вытираться полотенцем, пить из чашки, есть ложкой, пользоваться салфеткой, носовым платком и тому подобное.

Трехлетние дети уже должны есть самостоятельно и аккуратно, тщательно пережевывать пищу, правильно держать ложку, самостоятельно закатывать рукава перед умыванием, пользоваться мылом, умываться, вытирать лицо полотенцем. Детей младшего дошкольного возраста следует обучать пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой, ножом), салфеткой, есть аккуратно, полоскать рот после еды, правильно чистить зубы, причесываться, соблюдать правила пользования предметами личной гигиены. Дети старшего дошкольного

возраста уже в состоянии самостоятельно контролировать соблюдение личной гигиены, культурно вести себя за столом и тому подобное.

Все сведения по гигиене прививаются детям в повседневной жизни в процессе разнообразных видов деятельности и отдыха, т.е. в каждом компоненте режима можно найти благоприятный момент для гигиенического воспитания.

Для закрепления знаний и навыков личной гигиены даем детям различные поручения. Детям, которые дежурят по столовой, нужно не только уметь правильно накрыть стол и ставить посуду, но и твердо усвоить, что, перед тем как приступить к выполнению своих обязанностей, необходимо тщательно помыть руки с мылом, привести себя в порядок, причесаться.

Навыки детей быстро становятся прочными, если они закрепляются постоянно в разных ситуациях. Главное, чтобы детям было интересно, и чтобы они могли видеть результаты своих действий, (кто-то стал значительно опрятнее и т.д.). И еще одно условие, необходимое для успешного культурно-гигиенического воспитания – единство требований со стороны взрослых. 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.

Что нужно помнить родителям, приучая ребенка к аккуратности?

Работая над формированием у ребенка явных культурно-гигиенических навыков, помните несколько важных правил:

- спешка и нетерпение взрослых приглушают инициативу ребенка, его желание быть самостоятельным;
- в процессе общения с ребенком как можно чаще высказывайте положительное отношение к чистоте, опрятности;
- организуйте режимные моменты интересно - тогда ребенок охотно будет выполнять определенные действия. Во время гигиенических процедур, скажем, рассказывайте ребенку короткие дидактические стихи, берите с собой в ванную любимую игрушку ребенка, «которая тоже хочет быть опрятной»;
- поощряйте любые детские проявления самостоятельности, даже самые неуклюжие;
- ни в коем случае не критикуйте ребенка, только хвалите;
- не оставляйте ребенка без присмотра, даже если он научится самостоятельно выполнять ту или иную гигиеническую процедуру.

Не надейтесь на то, что ребенок научится всему и сразу.

В трехлетнем возрасте он умоет лицо только при условии, что взрослый будет стоять «над душой».

В четыре года - сделает то же самое, если вы напомним, что умываться и чистить зубы необходимо каждому человеку. Кроме этого, ребенок непременно будет ждать, что вы похвалите его за правильность выполнения действия.

Стремление заслужить похвалу является именно тем стимулом, побуждающим ребенка дошкольного возраста к самостоятельному уходу за собой. И только потом, когда вы сформируете у ребенка осознание того, что за

каждым действием стоит правило, когда он усвоит определенную норму, тогда уже самостоятельно отправится в ванную, ведь почувствует потребность быть опрятным, поддерживать тело в чистоте.

Поэтому для формирования у ребенка любых устойчивых культурно-гигиенических навыков понадобятся не только длительное время и ваше терпение, но и поддержка у ребенка положительных эмоций от самостоятельного выполнения тех или иных гигиенических процедур. Ну и, конечно, родители будьте хорошим примером для своего ребенка!



Воспитатель первой
квалификационной категории
Мухитова Гелиня Абзаловна