

Консультация для родителей

«Воспитание культурно-гигиенических навыков у малышей»

Личность ребёнка происходит достаточно серьёзный путь своего развития ещё с первых лет жизни. Именно в дошкольном возрасте очень важно воспитать у ребёнка привычку к чистоте, аккуратности, порядку. В эти годы дети могут освоить все основные культурно-гигиенические навыки, научиться понимать их важность, легко, быстро и правильно выполнять. Многие малыши к двум годам умеют есть самостоятельно, хотя делают это ещё медленно и недостаточно аккуратно. Повседневные упражнения, поощрение самостоятельности делают хорошие результаты, к трём годам дети едят уже быстрее, увереннее, опрятнее, однако многие всё ещё держат ложку в кулачке. Всегда в группе есть дети менее самостоятельные, это те, кто позднее пришёл в детский сад. Им надо помогать, докармливать. Труднее овладевают необходимыми навыками малыши, которых дома длительное время держали на жидкой пище. Необходимо использовать все возможности для поощрения детей, отмечать любые даже незначительные его достижения. Ложка для супа рекомендуется десертная, чашка маленькая, устойчивой формы, тарелка детская. Салфетки из материи, она предохраняет одежду ребёнка и приучает его к опрятности. Навыки и привычки, прочно сформированные в дошкольном возрасте, сохраняются на всю жизнь. При воспитании культурно-гигиенических навыков большое значение имеет пример окружающих. Детей приучают мыть руки перед едой, умываться, вытирать насухо. В семье где родители не сядут за стол не вымыв руки, и для малыша это становится законом. Но общий правильный уклад жизни в семье ещё не гарантирует усвоение ребёнком всех доступных ему навыков. Чтобы ребёнок научился быстро находить своё полотенце и пользоваться только им, надо подобрать яркие картинки для меток, рассмотреть их с детьми. Тогда малыш легко запомнит изображённый предмет и его названия. И всё же надо следить, чтобы пользовались своим полотенцем. Хорошо сформированные навыки выполняются ребёнком легко и быстро, по собственной инициативе. В дошкольном возрасте дети должны и могут усвоить, что мыть руки перед едой, после пользования туалетом, по возвращении с прогулки. А всегда ли у вашего ребёнка в кармашке чистый носовой платок? Умеет ли он сам замечать неполадки в одежде- развязался шнурок, расстегнулась пуговка и сразу их устранить? Необходимо отмечать похвалой тех, кто проявляет старания, аккуратность. Похвала радует детей, вызывает положительный настрой. В некоторых случаях усиливает желание малышей сказанная потешка или другая какая-нибудь похвала.

Что такое культурно-гигиенические навыки? Культурно-гигиенические навыки – это навыки по соблюдению чистоты тела, культурной еды, поддержания порядка в окружающей обстановке и культурных взаимоотношений детей друг с другом и со взрослыми.

Следует понимать, что от наличия знаний и выполнения ребенком необходимых гигиенических правил поведения зависит не только его здоровье, но и здоровье других детей и взрослых. 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.

Какие культурно - гигиенические навыки нужно воспитывать у детей?

Приём пищи.

Одним из первых навыков является навык аккуратного приема пищи. Для того, чтобы у ребенка сформировалось положительное отношение к приему пищи, старайтесь соблюдать некоторые правила.

Не делайте за столом замечаний, не упрекайте малыша за разлитый сок или испачканную одежду, а наоборот, покажите ему, как выполнить действие, хвалите малыша за то, что он правильно взял ложку, аккуратно и хорошо поел и т. д.

Обстановка за столом должна быть дружелюбная и спокойная, поэтому не рассказывайте страшных историй, не обсуждайте свои проблемы, не ссорьтесь между собой.

Чтобы не ругать малыша за плохой аппетит, кладите небольшие порции еды, чтобы он мог действительно всё съесть. Лучше положить ребенку добавки, если он не наелся, тем более, это повод ещё раз его похвалить.

Красиво оформленное блюдо и ваша «реклама» о красоте и вкусовых качествах еды вызовет у малыша интерес и повысит аппетит.

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;
- выходить из-за стола, полностью прожевав еду;
- не разговаривать с набитым ртом;
- пользоваться салфеткой;
- благодарить за еду взрослых.