

Консультация для родителей на тему «Как воспитать культурно-гигиенические навыки (КГН) у дошкольника» .

Значение культурно-гигиенических навыков (КГН)



КГН — это привычки, связанные с поддержанием чистоты тела, одежды, порядка в окружающем пространстве, а также элементарные правила этикета.

К ним относятся:

- умывание, чистка зубов, уход за ногтями и волосами;
- пользование туалетом и выработка опрятности;

-мытьё рук перед едой и после прогулки;

-соблюдение порядка в вещах;

-культура поведения за столом.

Формирование этих навыков в дошкольном возрасте важно, так как:

-укрепляет здоровье и снижает риск заболеваний;

-способствует социализации ребёнка;

-развивает самостоятельность, ответственность и чувство самоуважения.



Методы формирования КГН

Для успешного воспитания КГН используют различные методы и приёмы:



Личный пример. Дети в этом возрасте склонны к подражанию, поэтому поведение взрослых — ключевой фактор. Если родители соблюдают правила гигиены, ребёнок с большей вероятностью будет следовать их примеру.

Показ и объяснение. Чёткий, медленный и поэтапный показ действий помогает ребёнку понять последовательность операций. Например, при мытье рук можно показать, как закатать рукава, намочить руки, взять мыло, намылить до пены, смыть и насухо вытереть.

Игровые приёмы. Дидактические игры («Крокодил-чистюля», «Научим Машу правильно мыть руки»), сюжетно-ролевые игры («Накроем праздничный стол», «Салон красоты») делают обучение увлекательным и эффективным.

Беседы и тематические обсуждения. Можно проводить беседы на темы: «Где прячутся микробы», «Почему нужно мыть руки перед едой», «Правила этикета за столом», «Чистота — залог здоровья».

Использование художественной литературы и фольклора. Чтение сказок К. Чуковского «Федорино горе», «Мойдодыр», стихотворений А. Воронковой «Маша-растеряша» и других произведений помогает закрепить навыки КГН. На их основе можно разыгрывать сценки.

Поощрение и похвала. Важно вовремя хвалить ребёнка, но не злоупотреблять этим, чтобы он не ждал похвалы постоянно.

Режим дня. Регулярное повторение гигиенических процедур в одно и то же время способствует формированию устойчивых навыков.

Роль родителей в формировании КГН

Родители — первые и самые важные наставники. Их поведение, отношение к чистоте и порядку формируют у ребёнка первичные представления о нормах. Для успешного воспитания КГН родителям рекомендуется:

- поддерживать стремление ребёнка к самостоятельности;
- поощрять и хвалить за достижения, даже небольшие;
- соблюдать единый режим дня дома и в детском саду;
- использовать в играх с ребёнком потешки, загадки, песенки, пословицы;
- создавать рационально организованную обстановку дома: чистое, достаточно просторное помещение с необходимым оборудованием для гигиенических процедур.



Практические советы

Используйте алгоритмы и карточки-схемы. Повесьте в ванной комнате картинки, которые показывают последовательность действий при умывании, одевании и т. д..

Превращайте рутину в игру. Например, можно мыть руки вместе с игрушками, учить умываться «как медвежонок».

Используйте проблемные ситуации. Например, перед мытьём рук положите вместо мыла кубики и спросите: «Можно ли намылить руки кубиками? Может, можно помыть руки без мыла?».

Вовлекайте ребёнка в уход за вещами. Пусть помогает складывать одежду, полоскать носовые платки, мыть игрушки.

Взаимодействие с детским садом

Важно, чтобы требования к ребёнку в семье и в детском саду были согласованы. Это ускорит формирование навыков и сделает их более устойчивыми. Родители могут:

- посещать групповые занятия и мероприятия, чтобы увидеть, как обучают детей в саду;
- обсуждать с воспитателем успехи и трудности ребёнка;
- использовать дома методы и приёмы, которые применяют в детском саду.

Формирование КГН — длительный процесс, требующий терпения, последовательности и единства подходов со стороны взрослых.

Подготовила воспитатель Барышникова Т.А.