



Консультация для родителей «Воспитание культурно – гигиенических навыков»

Подготовила воспитатель: **Панькив
Мария Александровна**

Гигиеническая культура столь же важна для человека, как и умение разговаривать, писать, читать. С раннего возраста надо учить ребят мыть руки перед едой, есть из отдельной тарелки, ходить чистыми, стричь волосы, вытряхивать одежду, не пить сырой воды, вовремя есть, вовремя спать, быть больше на свежем воздухе и так далее».

В младшем дошкольном возрасте одним из направлений работы является воспитание культурно- гигиенических навыков. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, рук, тела, прически, одежды и обуви продиктовано не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что в соблюдении этих правил проявляется уважение к окружающим, что любому человеку неприятно касаться грязной руки или смотреть на неопрятную одежду. Неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, небрежен и в работе.

Виды культурно-гигиенических навыков

- навыки культурной еды
- навыки самообслуживания
- навыки поддержания порядка в окружающей обстановке
- навыки культурных взаимоотношений
- навыки поддержания чистоты тел

Формирование привычек и навыков осуществляется под непосредственным педагогическим воздействием взрослых и всей окружающей обстановки. 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.

При этом детей приучают выполнять не только то, что им приятно, но и то, что необходимо, преодолевая трудности разного характера.

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.

Сначала детей приучают к выполнению элементарных правил: мыть руки перед едой, после пользования туалетом, игры, прогулки и т. д. Ребенку старше двух лет прививают привычку полоскать рот питьевой водой после приема пищи, предварительно научив его этому.

Формируют навыки личной гигиены: умение детей быть всегда опрятными, замечать неполадки в своей одежде, самостоятельно или с помощью взрослых их устранять. Приучают правильно сидеть за столом во время еды, аккуратно есть, тщательно, бесшумно пережевывать пищу, уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой. 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.

Культурно-гигиенические навыки и привычки имеют выраженную социальную направленность, так как дети приучаются выполнять установленные в обществе правила, соответствующие нормам поведения.

Особое внимание следует уделять формированию нового навыка, привычки, связанных с изменением обстановки, вида деятельности, с появлением новых обязанностей. Для успешной работы в этот период очень важно вызвать у детей положительные эмоции. В дальнейшем нужно приучать дошкольников выполнять не только то, что им приятно, но и то, что необходимо, что требует преодоления определенных трудностей.

Культурно-гигиенические навыки и привычки 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.

Наиболее успешно гигиенические навыки формируются у детей раннего и младшего дошкольного возраста. В дальнейшем приобретенные навыки необходимо закреплять и расширять.

Дети третьего года жизни все действия выполняют быстрее. В этот период нужно чаще приучать детей к взаимопомощи, поручать им несложные задания.

Существует 5 видов культурно-гигиенических навыков:

1. Гигиенические навыки по соблюдению чистоты тела - учить засучивать рукава, самостоятельно мыть руки, лицо, не разбрызгивая воду, пользоваться мылом, уметь сухо вытираться;

2. Навыки культурной еды - приучать самостоятельно и аккуратно есть, хорошо пережёвывать пищу с закрытым ртом, пользоваться вилкой, не крошить, без напоминания пользоваться салфеткой, вытирать губы, пальцы;

3. Навыки аккуратного и бережного обращения с вещами личного пользования - при умывании не мочить одежду, вешать полотенце на определённое место без напоминания. Самостоятельно одеваться в определённой последовательности (с небольшой помощью). Аккуратно складывать и вешать одежду, исправлять неполадки в костюме (самостоятельно и с помощью взрослого);

4. Навыки поддержания порядка в окружающей обстановке - приучать дома и в детском саду убирать игрушки и другие материалы на место. Учить выполнять поручения взрослых, направленные на поддержание порядка в групповой комнате, на участке;

5. Навыки культурного поведения и взаимоотношений детей - выходя из-за стола, тихо задвигать стул, благодарить. При входе в здание вытирать ноги и переобуваться.

В воспитании культурно-гигиенических навыков важно единство требований сотрудников детского учреждения и родителей.

Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей – первооснова всей дальнейшей работы и основа для развития физически крепкого ребенка. К тому же культурно-гигиенические навыки – это элементы самообслуживания, что является первой ступенью и основой для трудового воспитания.