

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«Детский сад № 20»**

Консультация для родителей

«Особенности образовательной работы по формированию культурно-гигиенических навыков у дошкольников»

Воспитатель: Федосеева Татьяна Ивановна

Рязань ,2016

Известно, что самые прочные привычки, как полезные, так и вредные, формируются в детстве. Вот почему так важно с самого раннего возраста воспитывать у ребёнка полезные для здоровья навыки, закреплять их, чтобы они стали привычками. Культурно-гигиеническое воспитание - основа санитарной культуры, необходимое условие формирования у детей установки на здоровый образ жизни в будущем.

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

Актуальность проблемы развития культурно - гигиенических навыков детей дошкольного возраста всегда будет стоять на одном из первых мест в проблеме воспитания дошкольников.

2.Формирование культурно-гигиенических навыков.

Культурно-гигиенические навыки – важная составная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, тела, одежды, обуви продиктованная не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений.

Педагоги и родители должны постоянно помнить, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течение всей его последующей жизни.

С дошкольного возраста дети должны усвоить определённые привычки: нельзя класть локти на стол во время еды, есть надо с закрытым ртом, тщательно пережёвывая пищу.

Для ребёнка, приученного к личной гигиене с раннего возраста, гигиенические процедуры – потребность, привычка. Обучение гигиеническим навыкам начинается со знакомства с предметами личной гигиены: полотенце для лица и рук, полотенце для тела, полотенце для ног, банная простынка, небольшая расчёска с тупыми зубчиками, стаканчик для полоскания рта, зубная щётка, носовые платки, щёточка для мытья ногтей, мочалка для тела.

Гигиеническое воспитание после года направлено на приобщение ребёнка к следующим гигиеническим навыкам:

- мыть руки перед едой и после каждого загрязнения;
- умываться после ночного сна и после каждого загрязнения;
- принимать ежедневно гигиенический душ перед ночным сном, а летом — и перед дневным сном;

- мыться с мылом и мочалкой (через два дня на третий);
- подмываться перед сном и после сна, если малыш проснулся мокрым;
- полоскать рот после приёма пищи (с двух лет);
- пользоваться зубной щёткой (с двух лет);
- пользоваться носовым платком по мере надобности в помещении и на прогулке (самостоятельно с двух с половиной лет);
- пользоваться расчёской, стоя перед зеркалом (с полутора — двух лет);
- ухаживать за ногтями с помощью щёточки (с двух с половиной лет);
- не брать пищу грязными руками (под контролем взрослого на протяжении всего раннего детства);
- мыть ноги перед сном.

Любую гигиеническую процедуру с маленьким ребёнком следует проводить аккуратно, осторожно, чтобы не испугать его, не вызвать неприятных ощущений. И даже тогда, когда ваш малыш научится самостоятельно выполнять ту или иную процедуру, не оставляйте его без присмотра.

Приступая к гигиенической процедуре, заранее продумайте все действия, расположите необходимые предметы так, чтобы ими свободно можно было пользоваться, не тратя время на их поиски, не отвлекаясь. Например, готовясь к купанию, продумайте, где поставить кувшин, куда положить мыло, на какой крючок повесить полотенце. Проверьте температуру воды, уберите все лишние предметы из ванной комнаты.

Для проведения гигиенических процедур с ребёнком создайте все необходимые условия:

- разместите крючок для полотенца на уровне роста (но не глаз!) ребёнка;
- подставьте к умывальнику скамеечку, стоя на которой он сможет достать кран;
- прикрепите ручку-держатель к стене, чтобы ребёнок мог держаться за неё обеими руками при подмывании, мытье ног, принятии гигиенического душа;
- положите в ванной коврик (решётку), чтобы ребёнок не поскользнулся.

Предметы, которыми ребёнок будет пользоваться самостоятельно, следует подобрать с учётом его возрастных возможностей. Размер куска мыла должен соответствовать руке ребёнка; полотенце и петелька на нем должны быть такими, чтобы малыш одним движением мог снять и повесить его; стаканчики для зубной щётки и полоскания рта должны быть устойчивыми, удобными и безопасными; расчёску следует выбрать с тупыми зубчиками, чтобы не повредить нежную кожу малыша, а ее размер должен соответствовать его руке.

Предметы личной гигиены ребёнка должны быть красочными, располагающими к запоминанию. Начиная с года ребёнок способен находить своё полотенце, которое всегда висит в определённом месте и имеет какой-либо красочный ориентир (рисунок на ткани, аппликация, вышивка и т. п.).

Удобная организация условий для гигиенической процедуры должна побуждать ребёнка к активности, самостоятельным действиям.

Учим умываться

- Завернуть рукава одежды ребёнка.
- Проверить температуру воды.
- Намылить ладони малыша до образования пены, потереть ими друг о друга. Можно поиграть: "Чьи это лапки? Лапки-царапки? Нет, это ручки! Чьи это ручки? Да, моей внучки (дочки)!" и т. п.
- Смыть мыло под струёй воды, побуждая малыша к самостоятельным действиям.
- Вымыть лицо, называя каждую его часть. Учить сморкаться: зажимая то одну, то другую ноздрю, предложить с усилием выдуть струю воздуха.
- Ещё раз обмыть водой руки ребёнка.
- Закрыть воду.
- Снять полотенце, привлекая малыша к участию в этом.
- Насухо вытереть лицо и руки, называя части тела и лица, которые вытираются.
- Предложить посмотреть в зеркало: "Вот какой ты стал чистенький и красивый!"

При умывании взрослый называет все действия, которые происходят перед глазами ребёнка ("Это водичка. Вот как бежит водичка! Какая водичка? Тёплая, прозрачная, быстрая, ласковая. Это мыло. Какое мыло? Красивое, гладкое, скользкое. Ой, ой! Хочет убежать. Нет, мы не дадим тебе, мыло, убежать!")

Во втором полугодии взрослый, придерживаясь последовательности действий, побуждает ребёнка к сильной самостоятельности.

Очень важно начиная с полутора лет учить малыша самостоятельно пользоваться полотенцем, вытирать насухо руки. Его возросшая активность требует частого мытья рук. Если их не вытирать насухо, очень скоро может образоваться грубая кожа (т. н. цыпки), трещинки и т. п.

Учим пользоваться полотенцем

- Снять полотенце с крючка.
- Положить его на одну руку, затем спрятать под него вторую руку.
- Ровно держа полотенце посередине, поднести его к лицу, прижимая, касаться каждой части лица.
- Насухо вытерев лицо, освободить одну руку из-под полотенца и вытирать ее движениями руки, спрятанной под ним.
- Вытереть вторую руку.

Все действия следует сопровождать оживлённым разговором с малышом. А в конце, предложив показать ручки и пальчики зайке, мишке, спросить: "Какие теперь ручки?" Ответить: "Сухие, чистые!" Затем прочитать потешку "Мальчик-пальчик":

Мальчик-пальчик,
Где ты был?
С этим братцем в лес ходил,
С этим братцем щи варил,
С этим братцем кашу ел,
С этим братцем песни пел!

При чтении потешки побуждать малыша показывать поочередно каждый пальчик.

Если взрослый наберётся терпения, то скоро малыш будет сам мыть и вытирать руки.

Учим пользоваться носовым платком

Знать назначение носового платка. Не использовать его как предмет игры.

Спокойно относиться к процедуре использования платка по назначению.

Находить носовой платок в кармане платья, кофты, рубашки, пальто и т. п.

Самостоятельно доставать платок из кармана и использовать (в случае необходимости обращаться за помощью).

Постепенно формировать умение разворачивать и сворачивать платок, аккуратно убирать его в карман.

Обращать внимание на чистоту носового платка.

Учим пользоваться расчёской

Знать свою расчёску и место, где она лежит.

Показать функциональное назначение расчёски и формировать навык ее использования.

Учить спокойно, относиться к процедуре причёсывания, повторять ее по мере надобности (после сна, после прогулки, после пользования головным убором и т. п.).

Позволять ребёнку проявлять самостоятельность исходя из его желания ("Я сам!").

Переносить навык использования расчёски в игровую ситуацию (с куклой), повторяя знакомое действие в сюжетно-отобразительной игре.

Исключить возможность пользования чужой расчёской.

Учим пользоваться зеркалом

Знать, что такое зеркало и его функциональное назначение (причёсываться перед зеркалом, рассматривать свою одежду и т. д.).

Учить спокойно, с интересом рассматривать себя в зеркале, не трогая его руками.

Подводить малыша к зеркалу, обращать его внимание на чистоту одежды и лица.

3.Объём и содержание культурно-гигиенических навыков по возрастным группам.

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет).

Приучать детей следить за своим внешним видом. Напоминать им, как правильно пользоваться мылом. Продолжать учить аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расчёской и носовым платком.

Формировать элементарные навыки поведения во время еды: правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережёвывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом.

К концу года дети должны владеть простейшими навыками поведения во время еды, умывания.

Средняя группа (от 4 до 5 лет).

Продолжать воспитывать у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом.

Следить, чтобы не были утрачены навыки самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом.

Закреплять умение пользоваться расчёской, носовым платком. Приучать детей при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком.

Совершенствовать навыки аккуратного приёма пищи: пищу брать понемногу, хорошо пережёвывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка, нож), салфеткой, полоскать рот после еды.

Старшая группа (от 5 до 6 лет).

Воспитывать привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, причёски. Воспитывать привычку самостоятельно чистить зубы, следить за

чистотой ногтей, при кашле и чихании закрыть рот и нос носовым платком, отворачиваться в сторону.

Научить быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своём шкафу (раскладывать одежду в определённые места), опрятно убирать постель.

Продолжать совершенствовать культуру еды: правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет).

Воспитывать привычку быстро и правильно умываться, насухо вытираться, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, полоскать рот утром и после еды, мыть ноги перед сном, правильно пользоваться носовым платком, следить за своим внешним видом, пользоваться расчёской, быстро раздевать и одеваться, вешать одежду в определённом порядке и месте, следить за чистотой одежды и обуви.

4. Заключение.

Формирование у детей культурно-гигиенических навыков является одной из важнейших задач воспитания. Для того чтобы она реализовывалась успешно требуются следующие условия: непрерывность воспитательного процесса, высокая санитарная культура персонала дошкольного учреждения, единство требований со стороны взрослых, активное участие родителей в процессе воспитания и закрепления, полученных в детском саду, навыков. Детям свойственно стремление подражать взрослым, вести себя так, как ведут себя окружающие их люди. Они легко усваивают не только положительные примеры, но и отрицательные. Поэтому воспитателю в беседе с родителями следует подчёркивать, что манеру поведения, разговора, вредные привычки дети стараются копировать с них и им самим нужно следить за своим поведением в общении с детьми.

Необходимо воспитывать культурно-гигиенические навыки у детей с раннего возраста для развития таких важных качеств как воля, нравственность, самостоятельность, основ эстетического вкуса, этического развития, а также для такого важного процесса как социализация.

Основой полноценного физического развития ребёнка младшего возраста является приобщение его к основам здорового образа жизни. В приобщении детей к здоровому образу жизни большое значение приобретает освоение дошкольниками основ культуры гигиены.

Список используемой литературы.

1.Белостоцкая Е.М., Виноградова Т.Ф., Гигиенические основы детей от трёх до семи лет. - М.,1987.

2.Бархатова Л. Воспитание культуры поведения. - Дошкольное воспитание. 1989.

3.Консультации для воспитателей
<http://www.ivalex.vistcom.ru/konsultac60.htm>

4.Петерина С.В. "Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста" - М. Просвещение 1986.

5.Ядэшко В.И., Сохина Ф.А., Дошкольная педагогика – М. Просвещение, 1978.