«Привитие культурно-гигиенических навыков младшим дошкольникам».

Известно, что самые прочные привычки, как полезные, так и вредные, формируются в детстве. Вот почему так важно с самого раннего возраста воспитывать у ребенка полезные для здоровья навыки, закреплять их, чтобы они стали привычками.

Проблема формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста является одной из самых актуальных при воспитании детей этого возраста. И насколько она изначально ***продумана, спланирована и организована,*** зависит, будет ли она способствовать укреплению здоровья, физическому и психическому развитию, а также воспитанию культуры поведения. Главное то, что в этом возрасте происходит быстрое и прочное формирование стереотипов действий, с одной стороны, весьма затруднительна их ломка – переделка, с другой. Иначе говоря, ребенок легко воспринимает определенную последовательность действий, но очень трудно осваивает изменения в ней.

Гигиеническая культура столь же важна для человека, как и умение, разговаривать, писать, читать. Уход за собой дарит человеку ощущение чистоты, здоровья: каждая клеточка организма начинает жить в оптимальном режиме, не огорчая её владельца. Сколько радости доставляет человеку ощущение хорошо и слаженно работающего организма.

В нашу группу дети приходят из домашних условий. С первых дней большое внимание уделяется ***воспитанию культурно-гигиенических навыков:***

- Воспитываем опрятность у детей, учим следить за внешним видом, пользоваться горшком, салфеткой, платком.
- Приучаем ребенка к гигиеническому индивидуализму: своя расчёска, своя постель, свой горшок, свой носовой платок, своё полотенце.
- Воспитываем у детей умение самостоятельно мыть руки с мылом, лицо, насухо вытираться полотенцем.
- За столом воспитываем умение правильно держать ложку, правильно сидеть за столом, обучаем правилам этикета, умению пользоваться салфеткой.

- Воспитываем умение самим надевать колготки, носки, шорты, сандалии, футболки, учим застегивать и расстегивать пуговицы, аккуратно вешать свою одежду на стульчик перед сном и в шкаф после прогулки.

Воспитываем навыки культуры поведения детей:

✓·здороваться и прощаться,

✓·благодарить,

✓· называть взрослых по имени-отчеству,

✓·обращаться с просьбой в вежливой форме,

✓·разговаривать между собой спокойно,

✓·просить игрушку у сверстника вежливо, а не отнимать,

✓·не обижать друг друга.

Воспитываем умение правильно обращаться с игрушками:

✓·поиграл – положи на место,

✓·покатал – поставь в гараж,

✓·собирать пазлы только на столе,

✓·играть с атрибутами «больнички» и «парикмахерской» только в уголках сюжетно-ролевых игр «больница» и «парикмахерская»,

✓·почитал – убери на книжную полку, разбросал конструктор – убери на место.

Для достижения эффективности формирования культурно-гигиенических навыков используем разные ***формы организации:***

✓·чтение потешек в процессе,

✓·дидактические игры,

✓·игры – упражнения,

✓·беседы,

✓·чтение художественной литературы,

✓·рассматривание иллюстраций, картин,

✓·наблюдения,

✓·показ инсценировок,

✓·рассказывание,

✓·заучивание,

✓·сюжетно-ролевые игры.

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 желательно давать 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.

Полезные и хорошие навыки, привитые с детства в культурно-гигиеническом развитии, делают ребенка более свободным, т.к. о многих своих действиях он перестает задумываться, они совершаются автоматически, словно сами собой. Они помогают сохранить здоровье и облегчить жизнь.

Источник информации:

https://solncesvet.ru/opublikovannyie-materialyi/konsultaciya-dlya-roditeley-priviti/