

Формирование культурно-гигиенических навыков детей 2- 3 года жизни



Культурно-гигиенические навыки - важная составная часть культуры поведения.

Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, прически, одежды, обуви, продиктована 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 в работе.

Гигиеническое воспитание и обучение неразрывно связано с воспитанием культурного поведения. С самого раннего возраста, детей приучают правильно сидеть за столом во время еды, аккуратно есть, тщательно, бесшумно пережевывать пищу, уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой.

Дети этого возраста стремятся и могут быть самостоятельными, только если для этого им создать условия.

Для умывания дома поставьте скамеечку или табуретку, стоя на которой малыш сможет достать кран, полотенце должно быть коротким, чтобы мог им вытереться, повесьте его на высоте доступной для ребенка, чтобы он мог снять его и повесить сам. Умывание должно вызывать у малыша эмоции: вода не очень холодная и не затекает в рукава.

Для кормления лучше иметь маленькие по росту ребенка, стол и стулья; найти доступное для него место хранения предметов сервировки стола: салфеток, посуды и др. Ребенок может сидеть и за общим столом, когда вся семья в сборе.

В этом случае он, разумеется, ощущает значительность ситуации. Покажите ему пример культуры поведения за столом, не делайте замечаний при какой-либо неудаче, неловком действии, незаметно помогите малышу, похвалите его самостоятельность и аккуратность.

В любом случае привлекайте ребенка к участию в приготовлениях к еде, предложите ему поставить стул к столу, принести и постелить салфетку, принести тарелку, ложку и т.д. Выполнение этих действий создает у ребенка установку на прием пищи, положительно влияет на его аппетит. Кроме того, приучит малыша к труду и самостоятельности.

Не пропустите этот благоприятный период, когда ребенок все хочет сделать самостоятельно, когда его привлекают действия с предметами. Наверстать упущенное впоследствии будет очень сложно.

Задача взрослых помогать малышу!

Так, ребенок хочет, но еще не умеет действовать с предметами - одеждой и обувью.

Если мы хотим, чтобы ребенок действовал сам и получал удовольствие, надо придерживаться принципа: раздевание должно "готовить" одевание, то есть одежда и обувь должны быть сняты и положены таким образом, чтобы облегчить ребенку одевание. Конечно, у ребенка должен быть стульчик, на котором он одевается и раздевается перед сном, на прогулку, а также вешалка для верхней одежды, расположенная на уровне его роста. Хвалите ребенка за те действия, которые он делает правильно, прилагает усилия. В том случае, если ребенку действие дается легко, хвалить не надо. В похвале должна быть мера.

Сначала ребенку нужна будет помощь, но такая, чтобы не подавлять в нем стремление к самостоятельности. Он должен почувствовать, что это действие приводит к желаемому результату. Обратите внимание, сначала действие совершается ребенком, и лишь после неудавшейся попытки вы приходите ему на помощь. Причем, не делая за него, а способствуя самостоятельной деятельности.

Проявите терпение! Скоро вы увидите, что ваш малыш справляется с одеванием и раздеванием все более самостоятельно.

Прежде всего, для формирования культурно-гигиенических навыков у детей необходимо:

1) Обеспечить постоянное выполнение ребенком установленных гигиенических правил. Ему объясняют их значение. Но не менее важно помочь ребенку, особенно на первых порах, правильно усвоить нужный навык. Так, например, прежде чем начать мыть руки, надо закатать рукава, хорошо намылить руки. Вымыв руки, тщательно смыть мыло, взять свое полотенце, насухо вытереть руки;

2) Не следует торопить малыша, если он сосредоточенно повторяет одно и то же действие (например, мылит руки). Тем более не следует выполнять это действие за него. Осваивая навык, ребенок обычно стремится многократно выполнить определенное движение. Постепенно он научается все более самостоятельно и быстро справляться с поставленной задачей. Взрослый только напоминает или спрашивает, не забыл ли ребенок сделать то или другое, а в дальнейшем предоставляет ему почти полную самостоятельность. Но проверять, правильно ли ребенок все сделал, приходится на протяжении всего дошкольного возраста;

3) В дошкольном возрасте дети должны усвоить, что мыть руки надо перед едой, после пользования уборной, по возвращении с прогулки, игры с животными и всегда, когда они грязные;

4) К навыкам личной гигиены, которые ребенок должен усвоить в дошкольном возрасте, относится и уход за полостью рта.

5) Закреплять умения пользоваться расчёской, носовым платком. Нужно приучать детей при кашле, чихании отворачиваться, прикрывать рот носовым платком;

6) Совершенствовать навыки аккуратной еды: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой, ножом), салфеткой, не разговаривать во время еды.

Критерии опрятной еды включают умения:

- Правильное пользование столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой.
- Не крошить хлеб.
- Пережевывать пищу с закрытым ртом.
- Не разговаривать с полным ртом.
- Говорить спасибо после еды.
- Пользоваться только своим прибором.

Мытьё рук и личная гигиена включают следующие умения:

- Закатать рукава.
- Смочить руки.
- Взять мыло, намыливать до появления пены.
- Мыть лицо, уши, руки.
- Смыть мыло.
- Насухо вытереть руки, аккуратно сложить полотенце и повесить в свою ячейку.
- Пользоваться расческой.

Снятие и одевание одежды в определённом порядке включает умения:

- Расстегнуть пуговицы.
- Снять платье (брюки).
- Аккуратно повесить.
- Снять рубашку и аккуратно её повесить на брюки, шорты.
- Снять обувь.
- Снять колготки, повесить на рубашку (платье).
- Надеть в обратной последовательности.

Формирование происходит в играх, труде, занятиях, в быту. Выполнение режима дня способствует формированию культурно – гигиенических навыков, воспитанию, организованности и дисциплинированности.

Формирование культурно - гигиенических навыков осуществляется **под руководством взрослых** - родителей, воспитателя. Поэтому должна быть обеспечена полная согласованность в требованиях дошкольного учреждения и семьи.