

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ОТРАДНЕНСКИЙ МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»

РЕЦЕНЗИЯ

на методические рекомендации по теме:
«Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста»
разработанные воспитателем МБДОУ №4
Мамхягввой Светланой Николаевной

Методический материал «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста» раскрывает содержание работы по формированию навыков и привычек культуры поведения дошкольников, составлен в соответствии с современными стратегиями развития образования, требованиями ФГОС ДО.

Для формирования культурно-гигиенических навыков воспитатель дает четкие правила, а ребенок реализует процесс самообслуживания. В младшем возрасте значительная часть детей не способна в полной мере воспринять и быстро усвоить весь алгоритм действий. Вовлечение родителей в данный вид совместной деятельности с ребенком положительно сказывается на эмоционально-физическом общении родителей и ребенка, способствует укреплению чувства доверия и взаимопонимания, а так же более детальному усвоению алгоритма действий детьми.

Мамхягова С.Н. представила теоретический и практический материал, способствующий оптимизации работы педагога, родителей с детьми.

Разработаны подробные, в доступной форме, рекомендации по формированию культурно-гигиенических навыков, дополненные различными материалами (стихи, потешки, загадки, красочные картинки и т.д.) для работы с детьми раннего дошкольного возраста.

Содержание данных рекомендаций соответствует возрастным и физиологическим особенностям детей раннего дошкольного возраста, целям и задачам физического воспитания.

Данные методические рекомендации могут быть рекомендованы родителям, воспитателям, педагогам дополнительного образования и другим специалистам, работающим в дошкольных учреждениях.

Рецензия составлена 25 марта 2023 года.

Методист МКОУДПО
«Отрадненский
методический центр»

Директор МКОУДПО
«Отрадненский
методический центр»

Г.А. Постникова

Е.А. Марков

Олюшевская В.И.
Заведующий МБДОУ №4



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида №4

Методические рекомендации:

**«Формирование культурно-гигиенических навыков у
детей младшего дошкольного возраста»**

Подготовила
воспитатель МБДОУ №4
Мамхягова С.Н.

Ст.Отрадная,
2023г.

В современном обществе проблема воспитания культурно-гигиенических навыков становится на первое место, так как правильное гигиеническое воспитание – залог здоровой жизни. В данном случае речь идёт об установлении целого комплекса медико-гигиенических и социально-психических характеристик жизни людей: физическое здоровье, уровень развития интеллектуальных способностей, психофизиологический комфорт жизни, механизмы воспроизводства интеллектуального потенциала общества.

Одним из основных путей решения этой проблемы является наличие целенаправленного воспитания в детях разумного отношения к своему здоровью. Сохранение и укрепление здоровья невозможно без соблюдения правил гигиены.

В Федеральном государственном образовательном стандарте (ФГОС) дошкольного образования указывается, что физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координация движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами, становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и другие.).

Дошкольный возраст – это важный период, когда формируется человеческая личность, закладываются прочные основы физического здоровья.

Культурно-гигиенические навыки у детей воспитываются с самого раннего возраста, при формировании культурно-гигиенических навыков идёт не простое усвоение правил, норм поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации, очеловечивания малыша.

Воспитание у детей навыков личной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту. В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки совершенствовались.

Культурно-гигиенические навыки – важная составная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, тела, причёски, одежды, обуви продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что в соблюдении правил проявляется отношение к окружающим, что любому человеку неприятно касаться грязной руки или смотреть на неприятную одежду.

Неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, небрежен и в работе.

Культуру еды – умение культурно принимать пищу. Это один из первых навыков, который должен воспитываться у ребёнка. Перед едой обязательно вымыть руки, уметь пользоваться ложкой, вилок, не пачкать скатерти и одежды во время еды - всё это можно воспитывать только путём постоянного наблюдения и систематических указаний со стороны взрослых.

Необходимость опрятности – это содержания в частоте лица, рук, тела, причёски, одежды, обуви продиктованная не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течение всей его последующей жизни.

Культуры еды часто относят к гигиеническим навыкам, но её значение не только в выполнении физиологических потребностей. Она имеет этический смысл – ведь поведение за столом основывается на уважении к сидящим рядом людям, и так же к тем, кто приготовил пищу. С дошкольного возраста дети должны усвоить определённые привычки: нельзя класть локти на стол во время еды, есть надо с закрытым ртом, тщательно пережёвывая пищу.

Овладение культурой еды – нелёгкое для дошкольников дело, но осуществлять формирование этих навыков необходимо, надо добиваться, чтобы дети ели с удовольствием, с аппетитом и опрятно.

Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. 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. В начале детей приучают к выполнению элементарных правил: мыть руки перед едой, после пользования туалетом, игры, прогулки и так далее.

Формирование навыков личной гигиены предполагает умение детей быть всегда опрятными, замечать неполадки в своей одежде, самостоятельно или с помощью взрослых их устранять. Гигиеническое воспитание и обучение неразрывно связано с воспитанием культурного поведения. С самого младшего дошкольного возраста детей приучают правильно сидеть за столом во время еды, аккуратно есть, тщательно, бесшумно пережёвывать пищу, уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой. Детям, которые дежурят по столовой, нужно не только уметь правильно накрыть стол и ставить посуду, но и твёрдо усвоить, что, перед тем как приступить к выполнению своих обязанностей, необходимо тщательно помыть руки с мылом, привести себя в порядок, причесаться.

Работа по формированию культурно-гигиенических навыков включает в себя освоение детьми навыков личной гигиены, культуры еды, бережного

обращения с вещами личного пользования и навыков поддержания порядка в окружающей обстановке.

С первых дней жизни при формировании культурно-гигиенических навыков идёт не просто усвоение правил и норм поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации, вхождения малыша в мир взрослых.

Культурно-гигиенические навыки и привычки имеют выраженную социальную направленность, так как дети приучаются выполнять установленные в обществе правила, соответствующие нормам поведения. От знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых.

У ребёнка формируется представление о собственном теле. Ребёнок начинает контролировать свой внешний вид: обращает внимание на грязные руки, замечает неполадки в одежде, просит взрослого помочь привести себя в порядок, у малыша формируется потребность в чистоте и опрятности.

Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах.

Формирование культурно-гигиенических навыков совпадает с такой линией психического развития, как развитие воли. Малыш ещё ничего не умеет делать, поэтому всякое действие даётся с трудом. И не всегда хочется доводить дело до конца, особенно если ничего не получается. Для того чтобы завершить действие, получить качественный результат, сделать всё в правильной последовательности, красиво и аккуратно, нужно приложить волевые усилия. Так для ребёнка важным становится качество выполнения действий, он учится доводить начатое дело до конца, удерживать цепь деятельности, не отвлекаться.

Навык – автоматизированный компонент сознательного действия, возникающий в результате многократного повторения. Другими словами, навык не сразу становится автоматизированным, а складывается в результате многократных повторов.

Выделяют три основные категории: гигиенические навыки (приём пищи, умывание и мытьё рук, пользование горшком и т.п.); навыки культуры поведения (формирование положительного отношения к окружающим взрослым и детям); навыки элементарного самообслуживания (посильная самостоятельность).

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 пережёвывать 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.

Основные цели и задачи по программе «От рождения до школы»

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Культурно-гигиенические навыки.

Совершенствовать культурно - гигиенические навыки, формировать простейшие навыки поведения во время еды, умывания.

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

Формировать элементарные навыки поведения за столом: умение правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом.

Самообслуживание. Учить детей самостоятельно одеваться и раздеваться в определенной последовательности (надевать и снимать одежду, расстегивать и застегивать пуговицы, складывать, вешать предметы одежды и т. п.). Воспитывать навыки опрятности, умение замечать беспорядок в одежде и устранять его при небольшой помощи взрослых.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Культурно-гигиенические навыки. Продолжать воспитывать у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом. Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом.

Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком; при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком.

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

Самообслуживание. Совершенствовать умение самостоятельно одеваться, раздеваться. Приучать аккуратно складывать и вешать одежду, с помощью взрослого приводить ее в порядок (чистить, просушивать). Воспитывать стремление быть аккуратным, опрятным. Приучать самостоятельно готовить свое рабочее место и убирать его после окончания занятий рисованием, лепкой, аппликацией (мыть баночки, кисти, протирать стол и т. д.)

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Культурно-гигиенические навыки. Формировать у детей привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, причёски; самостоятельно чистить зубы, умываться, по мере необходимости мыть руки. Следить за чистотой ногтей; при кашле и чихании закрывать рот и нос платком.

Закреплять умение замечать и самостоятельно устранять беспорядок в своем внешнем виде. Совершенствовать культуру еды: умение правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом; обращаться с просьбой, благодарить.

Самообслуживание. Закреплять умение быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу (раскладывать одежду в определенные места), опрятно заправлять постель.

Воспитывать умение самостоятельно и своевременно готовить материалы и пособия к занятию, учить самостоятельно раскладывать подготовленные воспитателем материалы для занятий, убирать их, мыть кисточки, розетки для красок, палитру, протирать столы.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Культурно-гигиенические навыки. Воспитывать привычку быстро и правильно умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем, правильно чистить зубы, полоскать рот после еды, пользоваться носовым платком и расческой.

Закреплять умения детей аккуратно пользоваться столовыми приборами; правильно вести себя за столом; обращаться с просьбой, благодарить.

Закреплять умение следить за чистотой одежды и обуви, замечать и устранять беспорядок в своем внешнем виде, тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в костюме, причёске.

Самообслуживание. Закреплять умение самостоятельно и быстро одеваться и раздеваться, складывать в шкаф одежду, ставить на место обувь, сушить при необходимости мокрые вещи, ухаживать за обувью (мыть, протирать, чистить).

Закреплять умение самостоятельно, быстро и аккуратно убирать за собой постель после сна. Закреплять умение самостоятельно и своевременно готовить материалы и пособия к занятию, без напоминания убирать свое рабочее место.

Игры и занятия, направленные на формирование культурно – гигиенических навыков

Игра «Водичка, водичка!»

• Цель: формировать интерес к самостоятельности при выполнении навыков самообслуживания

• Ход игры: взрослый показывает детям двух кукол и говорит, что куклы хотят обедать, но у них грязные руки и лицо. Взрослый спрашивает: «Что надо сделать? Надо вымыть куклам руки! Попросим водичку.

**Водичка, водичка,
умой мое личико,
чтобы глазоньки блестели,
чтобы щечки краснели,
чтоб кусался зубок,
чтоб смеялся роток!»**

Показывает и рассказывает детям, как надо мыть куклам руки и лицо перед обедом. Далее предлагает детям вымыть свои руки и лицо по подражанию.

При этом взрослый повторяет потешку «Водичка, водичка!»

Занятие «Вымой руки»

Цель: учить мыть руки.

Оборудование: уточка резиновая.

Ход занятия: взрослый обращается к ребенку: «Мы пришли с прогулки, нам нужно вымыть ручки. Уточка будет смотреть, как мы моем ручки». Взрослый ставит игрушку на край умывальника и показывает ребенку движения руками под струей воды. В конце процедуры взрослый от имени уточки хвалит ребенка. В дальнейшем навык мытья рук усложняется: ребенка учат открывать кран с водой, намыливать руки мылом, вытирать полотенцем и вешать полотенце на крючок.

Занятие «Сделаем лодочки»

Цель: учить последовательно выполнять действия при мытье рук, подражать действиям взрослого. Ход занятия: взрослый обращает внимание ребенка на то, что при мытье рук надо соблюдать последовательность действий

1. Засучить рукава, проговаривая потешку:

Кто рукавчик не засучит, тот водички не получит!;

2. открыть кран;

3. сложить ладони рук «лодочкой»;

4. подставить руки под струю воды;

5. закрыть кран;

6. вытереть руки полотенцем.

Затем взрослый предлагает ребенку выполнить действия по подражанию, обращая внимание ребенка на положение рук.

Занятие «Мыльные перчатки»

Цель: учить намыливать руки с внешней и внутренней стороны.

Оборудование: детское мыло, полотенце.

Ход занятия: взрослый подводит ребенка к умывальнику, стоит за его спиной, берет в руки мыло и показывает круговые движения рук с мылом. Затем ребенку передает кусок мыла и просит повторить движения намыливания.

Намыливание рук нужно проводить до тех пор, пока не образуется белая пена. Обращается внимание ребенка на белые ручки, взрослый говорит: «Вот, какие у нас перчатки белые!» Далее взрослый помогает ребенку смыть пену под струей воды, при этом проговаривает одну из потешек. Например:

Ладушки, ладушки, с мылом моем лапушки,

Чистые ладошки, вот вам хлеб да ложки!

В кране булькает вода. Очень даже здорово!

Моет рученьки сама Машенька Егорова

(или взрослый называет имя ребенка)

Знаем, знаем, да, да, да! Где тут прячется вода!

В конце игры взрослый хвалит ребенка и обращает внимание на его чистые руки. При затруднениях используются совместные действия взрослого и ребенка.

Занятие «Умывалочка»

Цель: учить умываться.

Оборудование: зеркало, полотенце.

Ход занятия: взрослый приводит ребенка (после сна) в ванную комнату, просит ребенка посмотреть на себя в зеркало, обращает его внимание на глазки, ротик, щечки и т.д. Предлагает ребенку умыться вместе с ним, при этом показывает, как это нужно сделать. В процессе действия взрослый произносит потешку:

Выходи, водича,

мы пришли умыться!

Лейся на ладошку

по-нем-ножку

ку...

Нет, не понемножку - посмелей,

будем умываться веселей!

В конце умывания взрослый учит малыша вытирать лицо насухо полотенцем, просит посмотреть на себя в зеркало, произносит: «Ай, какой чистый ребенок, посмотри на себя в зеркало!»

Игра «Делаем прическу»

Цель: учить держать в руке расческу и расчесывать волосы движениями сверху вниз.

Оборудование: зеркало, расческа, нарядная кукла.

Ход игры: взрослый демонстрирует ребенку куклу и обращает внимание на ее прическу: «Посмотри, у куклы красивая прическа: длинные, ровные волосы, бантик. Красивая кукла! Давай и тебе сделаем красивую прическу!»

Взрослый расчесывает перед зеркалом волосы ребенка, затем просит малыша попробовать расчесаться самому: дает расческу в руки ребенку при этом помогает ему удерживать расческу, вести руку с расческой сверху вниз. В конце расчесывания просит ребенка посмотреть в зеркало, обращает его внимание на то, что он стал таким же красивым, как кукла

Игра «Кукла заболела»

Цель: учить пользоваться носовым платком.

Оборудование: кукла, одноразовые носовые платки.

Ход игры: взрослый демонстрирует детям куклу и говорит: «Вот кукла Маша, заболела, ей трудно дышать носиком. В кармане у нее лежит носовой платок. Поможем Маше почистить носик!» Взрослый проговаривает потешку:

Маша заболела, трудно ей дышать,

Мы платочком будем носик вытирать!

Взрослый показывает детям, как правильно использовать носовой платок, демонстрируя действие на кукле. Предлагает детям повторить действие по подражанию.

Занятие «Носики-курносики»

Цель: продолжать учить пользоваться индивидуальным носовым платком.

Оборудование: индивидуальные носовые платки.

Ход занятия: взрослый проговаривает потешку, демонстрируя каждое действие:

Носовой платок в кармашке, (достает платок из кармана)

Будем нос им вытирать. (показывает действие с платком)

Чтобы носик, наш курносик, (убирает платок в карман)

Снова чистым был опять.

Взрослый просит каждого ребенка, показать, как он умеет пользоваться носовым платком.

Игра «Чистоплотные дети»

Цель. Проверить знания детей о предметах гигиены и их назначении.

Ход игры. Воспитательница говорит детям, что хочет убедиться в том, что они чистоплотные и аккуратные: пусть они скажут, что нужно для того, чтобы волосы, руки и лицо были чистыми (чем больше они смогут об этом рассказать, тем лучше).

Затем воспитательница говорит: "Руки". Дети, которых она вызывает, отвечают: "Мыло, щетка, полотенце". Подобным же образом дети реагируют на слова "волосы" (гребень, щетка, ножницы, шампунь, мыло), "купание" (ванна, полотенце, душ, умывальник, губка, мыло и пр.).

Вариант. Воспитательница задает вопрос: "Что нам нужно, когда мы утром встаем?" Дети знают, что должны назвать предметы гигиены, которые используются утром (щетка для рук, паста, мыло, платок и пр.)

Игра «День рождения»

Цель: учить правилам культурного поведения в гостях, умению поздравлять друг друга. Оборудование: гости - куклы, игрушки, праздничный стол сервирован с детской посудой, подарки. Ход игры: ребенок (или выбранный персонаж) сегодня именинник. Он с помощью педагога готовится к приему гостей: сервирует праздничный стол, украшает шариками, мишурой и приводит в порядок помещение. Дети-гости берут маленькие подарки-поделки (заранее приготовленные). Именинник встречает гостей, здоровается со всеми, принимает подарки и приглашает гостей сесть за стол, показывая гостю его место. Рядом с детьми за столом рассажены игрушки. Гости «пробуют» угощение, «пьют» чай, «едят» мороженое. Педагог рассказывает детям о правилах поведения в гостях :

- поздороваться, когда приходишь в гости;
- без приглашения не входить в комнату;
- дарить подарок с пожеланиями имениннику (в качестве подарка может быть стихотворение, песня, танец);
- за столом не шуметь, не брать пищу руками;
- приступать к еде после приглашения отведать то или иное угощение;
- не перебивать друг друга;
- пользоваться приборами и салфеткой во время еды;
- придвигать и отодвигать стул неслышно;

- после еды не забыть поблагодарить именинника;
- перед уходом попрощаться;
- когда гости уходят, именинник помогает взрослым убирать посуду со стола.

Каждый из детей должен побыть в роли именинника. Педагог во время игры напоминает детям, как следует себя вести в той или иной ситуации. Игра эмоциональная и очень привлекает детей.

Игра "Угостим кукол чаем"

Цель: познакомить ребенка с назначением посуды, учить выполнять предметно-игровые действия (расставлять чашки, блюдца, раскладывать ложки).

Оборудование: куклы, детская мебель и посуда (две чашки, два блюдца, две ложки, чайник).

Ход игры: взрослый говорит малышу: "К нам в гости пришли куклы, их надо посадить за стол, угостить чаем. Давай расставим чашки и блюдца. Теперь разложи ложки к чашкам. Налей чай в чашки. Напой чаем наших гостей". Если ребенок испытывает затруднения, показать, как надо действовать. В конце игры взрослый подытоживает: "Чай мы наливали в чашки, куклы пили чай", произносит потешку:

**Чайник на столе поставим,
Блюдца, чашки мы расставим,
Будем мы гостей встречать,
Кукол чаем угощать!**

Игра «Куклу на прогулку»

Цель: Развивать представление детей об одежде, назначении вещей. Учить последовательно одеваться. Воспитывать бережное отношение к одежде.

Материал: кукла, коробка с одеждой.

Ход игры: Перед детьми сидит кукла Катя. На столе красивая коробка с вещами. Воспитатель говорит и показывает:

- В коробке Катина одежда.

Достает пальто и говорит:

рит:

- Это пальто.

Дети повторяют за воспитателем.

Воспитатель называет цвет пальто (дети повторяют). Воспитатель достает шапочку:

- На, Катя, шапочку.

Ее надевают на голову. Дети поочередно достают из коробки колготки, кофточку. Воспитатель начинает одевать Катю на прогулку.

Воспитатель:

-Сначала наденем кофточку.

Вместе с детьми воспитатель последовательно надевает колготки, кофту, шапку, пальто. Куклу выносят в раздевалку. Она смотрит, как дети начинают одеваться на прогулку. Некоторым детям воспитатель (кукла) напоминают последовательность одевания, поощряют самостоятельные действия детей. Кукла с детьми идет гулять.

Игра «Приведи куклу в порядок»

Цель: формировать интерес к самостоятельным действиям при одевании.

Оборудование: кукла, кукольная одежда.

Ход игры: взрослый приходит с раздетой куклой, приносит кукольные вещи и просит ребенка помочь ему одеть куклу. При этом говорит: «Кукла Оля не может одеться, ей холодно, давай оденем Олю, ей будет тепло! Сначала надо одеть трусики, потом майку, а затем платье». Взрослый предлагает ребенку одевать куклу, соблюдая последовательность. При затруднении применяют совместные действия.

Занятие «Оденемся на прогулку»

Цель: учить одеваться, правильно соотносить предмет одежды с частью тела, застегивать одежду на липучки.

Оборудование: одежда ребенка.

Ход занятия: взрослый предлагает одеваться на прогулку: раскладывает вещи перед ребенком и объясняет, что определенный предмет одежды надо надевать на определенную часть тела. Ребенок одевается, при затруднении взрослый помогает ему одеваться, обращает внимание на способ застегивки липучкой.

Игра «Найди пару»

Цель: учить различать парную обувь, подбирать нужную пару обуви.

Оборудование: обувь — сапоги, ботинки, кукла Маша.

Ход игры: взрослый вводит ребенка в игровую ситуацию: «Маша-растеряша разбросала свою обувь по разным углам. Она не может ничего найти сама. Один ботинок нашла, а другой найти не может, один сапог нашла, а другой не знает, где найти!» и т.д. Ребенку предлагается помочь Маше найти нужную пару обуви. Взрослый показывает один ботинок, предлагает найти пару и т.д.

Далее взрослый предлагает ребенку примерить Маше найденную обувь.

Игра «Оденем кукол»

Цель: знакомить с разными видами застежек и способами застегивания.

Оборудование: куклы, одежда на застежках (молния, пуговицы, липучки, кнопки, крючки), коляски. Ход игры: взрослый предлагает детям одеть кукол

и покатавать их в колясках: «Смотрите, какая у кукол красивая одежда!» Взрослый вместе с детьми рассматривает каждый предмет, обращает их внимание на застежки и демонстрирует способы застегивания. Предлагается детям самостоятельно одеть кукол, после чего покатавать их в коляске.

«Подберем куклам одежду»

Цель: учить называть предметы одежды, дифференцировать одежду для мальчиков и девочек, последовательно одевать куклу.

Оборудование: две куклы - кукла Митя и кукла Катя, наборы одежды для Мити и для Кати: рубашка, брюки, свитер, кеды; платье, кофта, юбка, туфли.

Ход игры: Педагог: «Посмотрите, дети, к нам в гости пришли куклы, но они не могут одеться, они перепутали свою одежду и не могут найти свои вещи. Давайте, поможем им разобраться, где, чьи вещи». Далее педагог предлагает детям выделить заранее подготовленную одежду для мальчика Мити и для девочки Кати. Педагог спрашивает: «Что носят девочки, а что мальчики?» После того, когда дети выберут одежду для кукол, один ребенок начинает одевать Митю, а другой - Катю. Педагог в это время акцентирует внимание детей на последовательность одевания. Если ребенок самостоятельно не справляется, взрослый помогает ему совместными действиями. Игра проводится в последующих вариантах со сменой кукол и одежды и помогает закрепить выбор одежды для мальчиков и девочек. Педагог обязательно хвалит детей за то, что куклы одеты правильно и красиво.

Художественное слово

Богатейшим подспорьем в организации воспитателем режимных моментов становятся фольклор и детская литература. С их помощью несложно придумать игры, которые помогут ребенку научиться умываться, чистить зубы, следить за чистотой рук и лица, внешней опрятностью и аккуратностью и вместе с тем доставят малышу удовольствие и радость. Традиционными для педагогического процесса уже стали малые формы фольклора, используемые в работе с младшими дошкольниками, такие как «Водичка, водичка, умой мое личико...» или «Мы набрали в рот воды...», авторские стихи, например, «Девочка чумазая» Агнии Барто, произведения С. Михалкова, Е. Благининой и многих других замечательных поэтов. А сколько еще полезного и неизвестного литературного материала существует, так попробуем вспомнить его и использовать в благих целях, на здоровье наших детей.

Нос, умойся!

Кран, откройся! *Это стихотворение сделает процесс умывания*

Нос, умойся! с детьми любого возраста интересной и увлекательной игрой.

Мойтесь сразу оба глаза *Задача для взрослых — знать его наизусть,*
Мойтесь уши, чтобы легко и достаточно эмоционально вос-
производить его.

Мойся шейка!

Шейка, мойся хорошенько!

Мойся, мойся, обливайся!

Грязь смывайся!
Грязь смывайся!!! Э. Мошковская

Мыльные пузыри

Осторожно - пузыри... *А это стихотворение воспитатель*
Ой, какие! *может использовать для игры-экспериментирования*
Ой, смотри! *с детьми младшего и среднего дошкольного возраста,*
Раздуваются! *знакомя их с мылом, его полезными свойствами,*
Блестят! *только-только приучая детей мыть руки водой с мылом.*

Отрываются!

Летят!

Мой - со сливу!

Мой - с орех!

Мой не лопнул дольше всех! Э. Фарджен

Хлюп-хлюп

Хлюп-хлюп ручками, *Это стихотворение рекомендуется использо-*
вать

Полон мыла таз. *при умывании детей раннего возраста*

Ты не трогай, Машенька, *и самостоятельных попытках умывания*

Мыльной ручкой глаз. *младших дошкольников.*

А водичка булькает. *Очень важно при его чтении обращать*

А водичка пенится. *лично к ребенку (имя можно заменить), используя*
искусство интонации.

Машенька помоеется,

Причешется, оденется. С. Капутикян

Игра – умывание должна быть высокоэмоциональной, так как именно
положительные эмоции позволяют малышу лучше запомнить гигиенические
процессы и с удовольствием обращаться к определенным действиям снова и
снова.

Песенки, потешки, загадки.

Утром рано просыпаюсь,
И в постели не валяюсь,
Без капризов кушаю,
Маму с папой слушаю.

Ой, лады, лады, лады
Не боимся мы воды!
Чисто умываемся!
Маме улыбаемся!
Ты всегда перед едой
Руки чисто с мылом мой!

Рано утром волк зубастый
Чистит зубы мятной пастой.
Гребешок, вода и мыло
Нам даны друзья не зря,

Чтобы были мы красивы,
Были чистыми всегда.

Чистят ножи, и кастрюли, и трубы,
Как же не чистить до завтрака зубы.

Петушок кота любил,
Петушок кота учил:
«Если ты с мячом играл,
Если клеил, рисовал,
Если ты копал песок,
Загрязнить ты лапки мог.
Ты всегда перед едой
Лапки чисто с мылом мой!»

Нужно мыться непременно,
Мыться вечером и днем –
Перед каждою едою,
После сна и перед сном!
Тритесь губкой и мочалкой!
Потерпите – не беда!
И чернила, и варенье
Смоют мыло и вода.

И ягоды и фрукты
Нашлись для медвежат
Вот вымоют получше их
И вместе их съедят.

Мишка пьет горячий чай
И сосет конфетку.
Не облейся невзначай,
Не забудь конфетку.

Лады, лады, ладушки
Мы помыли лапушки,
В чистые ладошки,
Вот вам хлеб и ложки.
Поели, попили,
Всех благодарили.
«Спасибо» говорим!

ЗАГАДКИ

Ускользает как живое,
Но не вижу его я,

Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится (мыло)

Мойдодыру я родня
Отверни-ка ты меня,
И холодной водою
Живо я тебя умою. (Кран)

ОДЕВАНИЕ

Ручка р-раз! И ручка два!
Мы попали в рукава!

Рукавичка
Дали братьям теплый дом,
Чтобы жили впятером,
Брат большой не согласился
И отдельно поселился.

Мы колготки надеваем
Надеваем свитерок!
Эй, ребята, не зеваем!
На улице ветерок
Вы носочки все надели?
И на ножки посмотрели:
Левая и правая рядышком стоят!
Левая и правая: дружить они хотят!
Достаем свои сапожки,
Надеваем их на ножки:
Если дружат ножки,
Дружат и сапожки.

Подъем детей после дневного сна

Ой, люшеньки – люшки!
Нашему Илюшке –
Доброе утро, доброе утро!
Утро с шутками прибаутками!
Ты мне ручки подай,
Да с кровати вставай!
Умываться пойдем,
Где водичка найдем!

Потягушка (Н.Пикулева)
Потягуни – потягушечки
От носочков до макушечки!
Мы потянемся – потянемся
Маленькими не останемся
Вот уже растем, растем.

Тормошилочка (Н.Пикулева)

Тимка – Тимошка,
Глянь-ка в окошко!

Вышло солнышко гулять
И тебе пора вставать,
Просыпайся скорей
Тимофе-е-й!!

Встали мы с подушечки
Ручки – потянушечки
Ножки – побегушечки
Вместе – порастушечки.

Вот проснулись,
Потянулись,
С боку на бок повернулись!

Потягушечки,
Потягушечки,
Где игрушки,
Погремушечки!

Мишка, Мишка
Что ты спишь?
Миша, Миша
Что храпишь?

Миша, Мишенька

Вставай

Вместе с детками играй.
Вот наш Мишенька встает,
Он плясать сейчас пойдет,
Будет Мишенька плясать
Всех ребяток забавлять!
Миша, Миша попляши
Нашим деткам помаши.

Слова: «До свидания! Спасибо, Простите!
Пожалуйста, Здравствуйте» - щедро дарите!

Дарите прохожим, друзьям и знакомым
В троллейбусе, в парке, в детсадике, дома!

Слова эти важны! Они человеку,
Как воздух нужны.

Без них невозможно на свете прожить.

Слова эти надо с улыбкой дарить!

(Л. Кудлачева «Важные слова»)

Стихи, потешки, загадки для занятий с детьми

Чтобы ни один микроб
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой
Нужно мылом и водой.



Кушать овощи и фрукты,
Рыбу, молокопродукты-
Вот полезная еда,
Витаминами полна!

На прогулку выходи,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде!



Загадки

Ускользает как живое,
Очень юркое такое.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится.



Мойдодыру я родня.
Отверни-ка ты меня.
И холодной водою
Живо я тебя умою.



Костяная спинка,
На брюшке щетинка,
По частоколу прыгала,
Всю грязь повывмыла...



Мною можно умываться.
Я умею проливаться.
В кранах я живу всегда.
Ну, конечно, я — ...

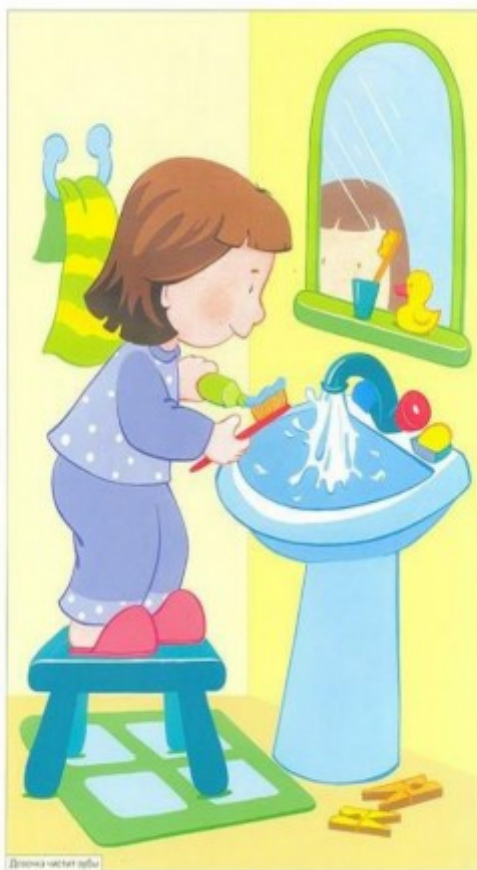




Подворачиваем
рукава, мочим и
намыливаем
руки.
Намыленные
руки должны
соскальзывать
друг с друга, как
санки со снежной
горки. После
этого руки
ополаскиваем,
вытираем
полотенцем.



Лицо и шею моем с
мылом. Сначала
намылим пальчики,
затем лицо и шею. Не
забываем протереть
уши и за ушами.
Если долго тереть
лицо мылом, то кожа
станет шелушиться,
поэтому тщательно
смываем мыльную
пену со лба к
подбородку.



Чистая водичка умоет
Саше личико,
Анечке — ладошки,
Пальчики — Антошке.

Ручки мыли,
Щечки мыли,
Носик мыли
И теперь мы чистые,
Зайчики пушистые.

Тра-та-та, тра-та-та,
Где там прячется вода?
Выходи, водица,
Мы хотим умыться.

Этикет для карапузов: за столом

Аккуратно кушай хлеб -
Это кухня, а не хлев.

Вытирай салфеткой рот
И не капай на живот.

Не вертись юлой на стуле,
Головой не лезь в кастрюлю.

Ложкой ешь кисель и кашу,
Суп, пюре и простоквашу.

Супчик кушай аккуратно,
Не выплевывай обратно.

Вилкой можно брать картошку,
Мясо, рис.. Не надо ложкой!

Не корми котлетой кошку,
А сама поешь немножко.

И скажем спасибо всем,
У кого ты пиццу ел.

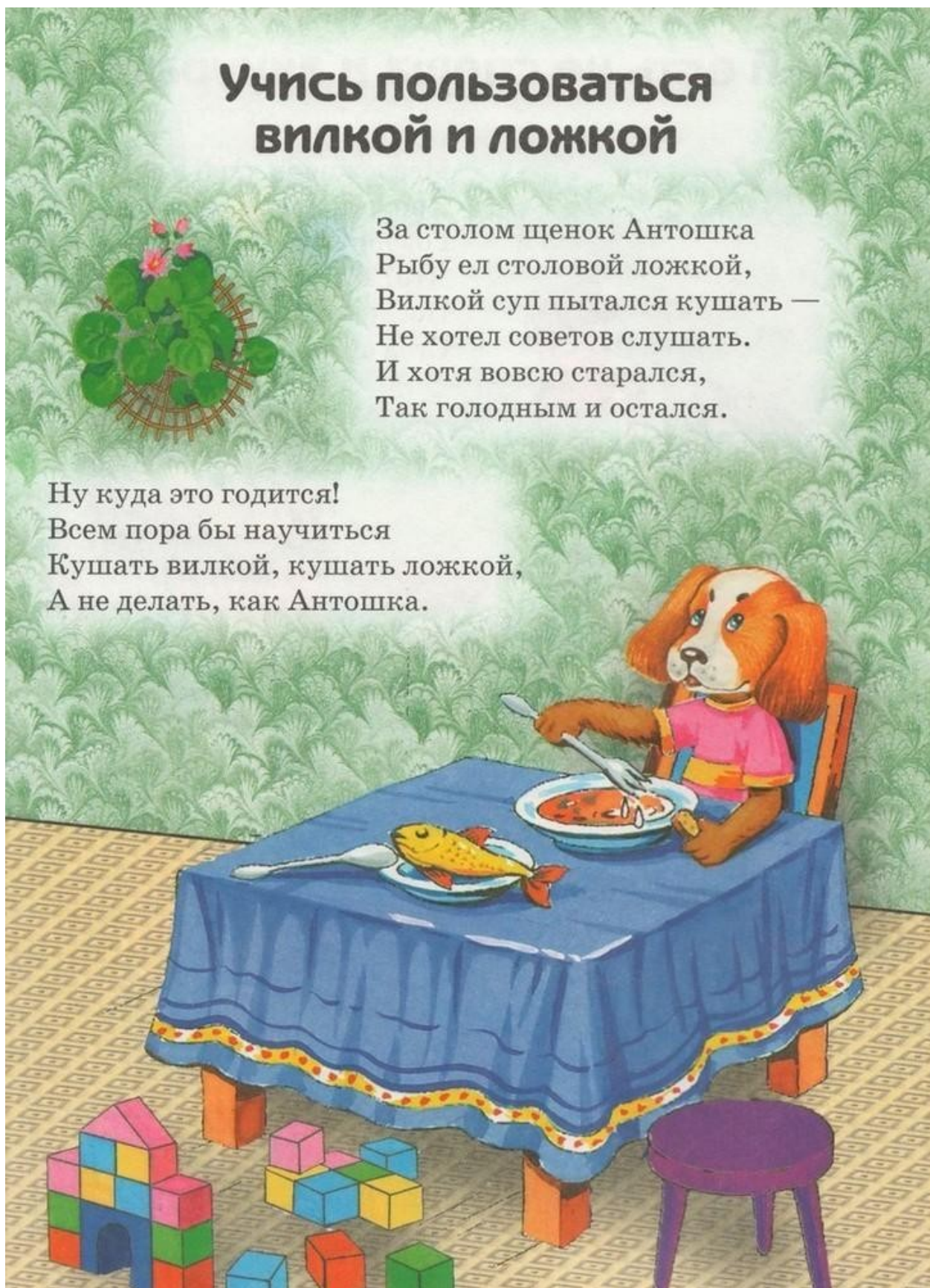
Ручкой можно брать пирог,
Глазированный сырок.



Учись пользоваться вилкой и ложкой

За столом щенок Антошка
Рыбу ел столовой ложкой,
Вилкой суп пытался кушать —
Не хотел советов слушать.
И хотя всю старался,
Так голодным и остался.

Ну куда это годится!
Всем пора бы научиться
Кушать вилкой, кушать ложкой,
А не делать, как Антошка.



Помогай нянечке убирать посуду со столов

Все поели, поднялись
И к игрушкам разошлись.
Стали дети развлекаться.
Кто же будет убираться?

Кто посуду унесёт?
Кто столы потом протрёт?

Чтобы мухи не водились
И на крошки не садились,
Ну-ка быстренько, без слов,
Убираем со столов!

И с посудуо, как можем,
Нашей нянечке поможем!



Использование носового платка.



▶ * * * *

- ▶ Коль случайно простудился, То бери его с собой. Видишь, как он пригодился, Твой платочек носовой!

ПРИЧЕСЫВАЕМСЯ С ПОТЁШКОЙ



ЯСТИ, КОСА, ДО ПОВСА,
НЕ ВЫРОИИ НИ ВОЛОСА.
ЯСТИ, КОСОНЬКА, ДО ПЯТ -
ВСЕ ВОЛОСОНЬКИ В РЯД.
ЯСТИ, КОСА, НЕ ПУГАЙСЯ -
МАМУ, ДОЧКА, СЛУШАЙСЯ.

ТЫ ЯСТИ, ЯСТИ, КОСА,
ДО ШЕЛКОВА ПОВСА:
КАК ТЫ ВЫИСТЕШЬ, КОСА,
КУДЕШЬ ГОРОДУ КРАСА.

УЖ Я КОСУ ЗАПЛАЕТУ,
УЖ Я РУСУ ЗАПЛАЕТУ,
Я ПЛАЕТУ, ПЛАЕТУ, ПЛАЕТУ,
ПРИГОВАРИВАЮ:
"ТЫ ЯСТИ, ЯСТИ, КОСА,
ВСЕМУ ГОРОДУ КРАСА".





Расчесывание

Расти, коса, до пояса,
Не вырони ни волоса.
Расти, косонька, до пят -
Все волосоньки в ряд.
Расти, коса, не путайся -
Маму, дочка, слушайся.

Как у солнышка лучики горят,
Так у Светочки русы косоньки висят,
Чешу, чешу волосыньки,
Расчесываю косоньки.



Пользоваться расчёской, носовым платком. При кашле, чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком



*Я - волшебная расческа,
Я дружу с любой причёской,
Всё мне, братцы, по плечу,
Я украсить вас хочу.
Если волосы опрятны,
Всем вокруг вы так приятны,
Все любят на вас,
Отвести не могут глаз!*

*Должен быть всегда в кармане
У Полины, Васи, Ани,
Тети Веры, дяди Пети
И у всех людей на свете.
Без него никак нельзя!
Надо брать с собой, друзья,
В садик, парк иль на каток
Чистый носовой платок.*



СКАЗКА для тех, кто не хочет чистить ЗУБКИ

В одной волшебной стране жили-были зубки. Да-да, обычные зубки. Среди них был один маленький зубчик по имени Зубастик. Зубастик очень любил грызть орешки, яблоки и конфетки.

В этой волшебной стране у всех зубов были свои домики, где они ели, спали и чистились. Наш зубчик очень любил поспать и поесть, а вот чиститься щеткой ему совсем не нравилось... Ленился.

«Удовольствия от этого дела никакого, пользы тоже не вижу, — рассуждал так Зубастик, — только время зря трачу, лучше бы пожевать вместо этого конфету».

И однажды решил зубчик совсем перестать чиститься.

Целыми днями напролет Зубастик грыз орешки и ел разные вкусности. Весело ему жилось и не приходилось дважды в день тратить время на чистку.

Однажды Зубастик пошел в гости на день рождения к другу. Когда он пришел к нему, почему-то никто не хотел с ним разговаривать и играть.

«Что это с ними? Раньше же им нравилось со мной играть», — расстроился Зубастик.

Там был огромный вкусный торт с шоколадом и орехами. Зубастика тоже достался кусочек торта, но ко всеобщему удивлению, как только Зубастик попытался укусить торт, сразу заорал от боли, заплакал и убежал.

«Что это с Зубастиком? Ранее же ему нравилось есть сладости», — удивились все.

А у Зубастика так разболелось все-все от этого шоколадно-орехового торта. Ой, как было больно, даже плакать и шевелиться было ужасно больно.

«Наверное, я умираю», — решил Зубастик и побежал быстрее в больницу.

В больнице его встретил добрый доктор Чистозуб, осмотрел он Зубастика, покачал головой и сказал: «Да, это очень тяжелый случай, я ничем не могу здесь помочь». (ПРОДОЛЖЕНИЕ...)



СКАЗКА для тех, кто не хочет чистить ЗУБКИ

...(ПРОДОЛЖЕНИЕ):

«НЕУЖЕЛИ ЭТО ВСЕ? НЕУЖЕЛИ Я БОЛЬШЕ НИКОГДА НЕ СМОГУ ГРЫЗТЬ?!»
— испугался зубчик и горько-горько заплакал.

Врач Чистозуб спокойно ответил: «Будешь ты грызть еще или нет, зависит только от тебя. Каждый сам должен следить за своим здоровьем. Ты, дорогой Зубастик, когда в последний раз чистился, например?»

Зубастик задумался... и не смог вспомнить, когда это было в последний раз: «Давным-давно, наверное».

«Ммммм, и ты еще удивляешься, что тебе так больно есть?
— удивился врач. — Ты что, не знаешь, для чего зубы чистятся?»

«Нет...» — неуверенно простонал Зубастик.

«Зубы чистятся для того, чтобы на них не накапливались грязь и остатки пищи. Ведь все это остается на зубках, и если не чистить их специальной щеткой, то вся эта грязь начинает разрушать зубы, поэтому у тебя все так болит, Зубастик,
— ответил доктор Чистозуб.

— Решай сам: если ты хочешь выздороветь, то чисться утром и вечером, и не жалея на это время!»

Зубастик кивнул и бегом побежал домой, нашел там свою зубную щетку и долго-долго оттирал с себя всю грязь. Затем зубчик посмотрел на себя в зеркало и увидел, что он весь покрыт маленькими дырочками, которых под грязью было не видно.

«Что же я с собой сделал...» — горько вздохнул Зубастик.

С тех пор прошло много времени. Зубастик тщательно каждый день чистился утром и вечером, он снова стал белым и крепким, он снова смог есть орешки и сладости. Только вот маленькие дырочки так и остались, как напоминание о его ленивом поступке.

Автор Ирина Терентьева

ЧТОБЫ ЗУБКИ НЕ БОЛЕЛИ,
ЧТОБ ОНИ ВСЕГДА БЛЕСТЕЛИ,
ПО УТРАМ И ВЕЧЕРАМ
ЧИСТИТЬ ЗУБКИ НАДО НАМ.

ЧИСТИТЬ ЗУБКИ НАДО ТАК:
ЩЕТОЧКУ БЕРЕМ В КУЛАК,
НАМОЧИ ЕЕ ВОДОЙ,
ТЮБИК С ПАСТОЙ ТЫ ОТКРОЙ.

В ЗЕРКАЛО ТЕПЕРЬ ГЛЯДИСЬ,
НУ А ЩЕТКОЙ ВВЕРХ И ВНИЗ,
А ПОТОМ И НАЗАД-ВПЕРЕД,
А ЗАТЕМ РОТ СПЛОСНЕСЬ.



ЗУБКИ ВЕСЕЛО БЛЕСТЯТ
И СПАСИБО ГОВОРЯТ!

САЙТ: RAZVITIE-VOSPITANIE.RU

ЩЕТКА В РОТИК ЗАЛЕТАЛА,
ЩЕТКА ЗУБКИ СЧИТАЛА:

- ЗУБИК РАЗ, И ЗУБИК ДВА.
- ПОВЕРНИСЬ-КА, ГОЛОВА!

СВЕРХУ ЗУБКИ: - ТРИ, ЧЕТЫРЕ!
- ОТКРЫВАЙСЯ, РОТ, ПОШИРЕ!

РЯДОМ ЗУБКИ: - ПЯТЬ И ШЕСТЬ!
И СЕДЬМОЙ, КОНЕЧНО, ЕСТЬ!

- ЯЗЫЧОК, ВО РТУ ЛЕЖИ!
- НАШУ ЩЕТКУ НЕ ЛИЖИ!

ЗУБ ВОСЬМОЙ
СИДИТ ВНИЗУ,

РЯДОМ С НИМ
- ДЕВЯТЫЙ ЗУБ!

ЗУБКИ ЕСТЬ ВО РТУ ЕЩЕ:
ИХ НЕ ВИДНО ИЗ-ЗА ЩЕК!

- ОТКРЫВАЙСЯ
ШИРЕ, РОТ -

ЩЕТКА ИХ СЧИТАТЬ
ИДЕТ!

САЙТ: RAZVITIE-VOSPITANIE.RU





СТИШОК для тех, кто не хочет чистить ЗУБКИ

Жил в лесу зайчишка серый,
Он веселым, шустрым был,
Но, представьте, зайчик этот
Чистить зубы не любил!

«Для чего мне ваша паста?
Щетка тоже не нужна.
Я и так сгрызу морковку,
Если сладкая она».

Съест листочек у капусты
Да отправится гулять...
Как-то раз, придя с прогулки,
Захотел зайчонок спать.

Лег, уснул и сон увидел...
Страшный кариес пришел:
«Наконец ты мне попался,
Наконец тебя нашел!»

А за ним микробов ряд.
«Здравствуй, зайка, - говорят.
- И для нас всех щетка - враг.
От тебя мы ни на шаг.

Дружим с теми, кто не чистит
Зубки щеткой по утрам.
Мы их хвалим, уважаем,
Говорим: «Спасибо вам!»

Зубки белые не любим.
Быстро их тебе исправим.
И по дырке, чтоб болела,
На зубах твоих оставим!»

Тут проснулся зайчик: «Мама,
Ой, что видел я во сне!
Злющий кариес, микробы,
Приходили вдруг ко мне.

Поскорее дай мне щетку,
Пасту или порошок!»
«Успокойся, зайка милый,
Успокойся, малышок!»

Если будешь чистить зубы
Вечерком и по утрам,
То противные микробы
Не страшны твоим зубам!»

Поскорее дай мне щётку,
Пасту или порошок.
– Успокойся, зайка милый,
Успокойся, малышок.

Если будешь чистить зубки
Вечерком и по утрам,
То противные микробы
Не страшны твоим зубам!



Чисти зубы правильно



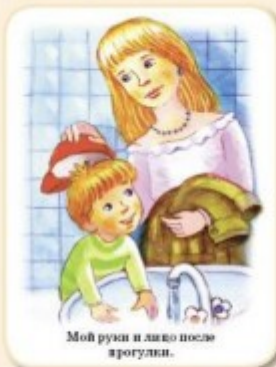
Кто чистит зубы по утрам,
Тот поступает мудро!
Кто чистит их по вечерам,
Тот поступает мудро!
А захотелось пожевать
Зефир или бутерброд,
Кто мудр, тот будет полоскать
После еды свой рот!
Гони подальше тётку Лень,
И помни о зубах весь день!

elenaranko.ucoz.ru

ЧИСТОТА ТЕЛА — ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ



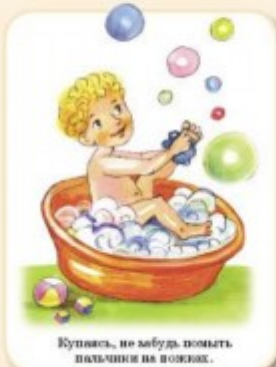
Утром умойся
и почисти зубы.



Мой руки и лицо после
арогулки.

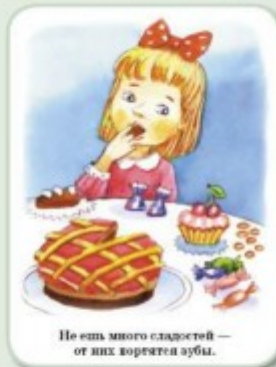


Мойся в душе, встряхнись
мочалкой.

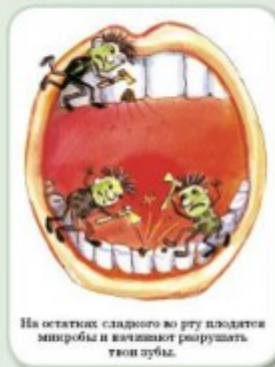


Купаясь, не забудь помыть
пальчики на ногах.

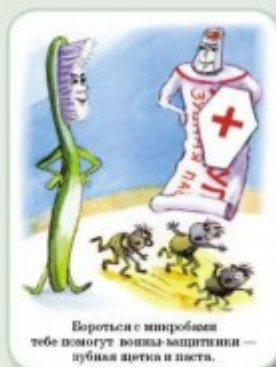
ПРАВИЛЬНО УХАЖИВАЙ ЗА ЗУБАМИ



Не ешь много сладостей —
от них портятся зубы.



На остатках сладкого во рту плодятся
микробы и пытаются разрушить
твои зубы.



Бороться с микробами
тебе помогут воюла-защитники —
зубная щетка и паста.



Обязательно чисти зубы
утром и вечером, чтобы устранить
остатки пищи во рту.



Культурно-гигиенические навыки, их значение в развитии ребёнка

Консультация для родителей

С первых дней жизни при формировании культурно-гигиенических навыков идёт не просто усвоение правил и норм поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации, вхождения малыша в мир взрослых. Нельзя этот процесс оставлять на потом - пусть пока ребёнок останется ребёнком, а приучить его к правилам можно и позже. Это неверное мнение! Психическое развитие - процесс неравномерный, его линии идут не одновременно, есть периоды наиболее быстрого развития тех или иных функций, психических качеств. Эти периоды называются сенситивными, и период раннего и дошкольного детства наиболее благоприятный для формирования культурно-гигиенических навыков. Затем на их основе строится развитие других функций и качеств.

Культурно-гигиенические навыки совпадают с такой линией психического развития, как развитие воли. Малыш ещё ничего не умеет делать, поэтому всякое действие даётся с большим трудом. И не всегда хочется доводить начатое дело до конца, особенно если ничего не получается. Пусть мама или воспитатель покормит, вымоет руки, ведь так трудно удержать скользкое мыло, когда оно выскакивает из рук и не слушается. Очень тяжело встать рано утром, да ещё и самому одеться: надо помнить всю последовательность одевания, уметь застегнуть пуговицы, завязать шнурки: Мама это сделает лучше, да и быстрее. И если взрослые спешат прийти на помощь ребёнку при малейшем затруднении, освободить его от необходимости прилагать усилия, то очень быстро у него сформируется пассивная позиция: "Застегните", "Завяжите", "Оденьте".

Для того чтобы завершить действие, получить качественный результат, сделать всё в правильной последовательности, красиво и аккуратно, нужно приложить волевые усилия.

Так для ребёнка важным становится качество выполнения действия, он учится доводить начатое дело до конца, удерживать цель деятельности, не отвлекаться. И теперь уже не взрослый напоминает ему о необходимости того или иного действия, а сам он по своей инициативе его сам совершает, контролирует его ход. При этом формируются такие волевые качества личности, как целеустремлённость, организованность, дисциплинированность, выдержка, настойчивость, самостоятельность.

Выполнение культурно-гигиенических навыков создает условия для формирования основ эстетического вкуса.

Так, девочка начинает приглядываться к себе, сравнивать, насколько она изменилась, когда её причесали, завязали бантики. Важно, чтобы взрослый при совершении бытовых процессов ненавязчиво обращал внимание ребёнка на изменения в его внешнем виде. Смотря в зеркало, малыш не только открывает себя, но и оценивает свой внешний вид, соотносит его с представлением об эталоне, устраняет неряшливость в своей одежде и внешности. Складывается критическое отношение к своему облику, рождается правиль-

ная самооценка. Ребёнок постепенно переходит к контролю над своим внешним видом.

Освоение культурно-гигиенических навыков связано с этическим развитием дошкольника. Трёхлетний малыш уже может дать моральную оценку действиям человека или героя сказки. Пока она ещё основана на переносе общего эмоционального отношения ребёнка к человеку или персонажу: нравится, значит хороший, не нравится, значит плохой.

В четыре-пять лет у детей начинаются складываться моральные понятия "хорошо", "плохо". Дети относят к ним поступки других людей и на этом основании оценивают поведение. Надо помнить, что ребёнку трудно оценить сложные поступки, гораздо легче бытовое поведение.

Взаимосвязанно с формированием культурно-гигиенических навыков складываются и развиваются нравственные чувства. Малыши до трёх лет испытывают удовольствие от того, что они сначала выполняют действия вместе с взрослым, а потом самостоятельно. В четыре года удовольствие ребёнку доставляет правильность выполнения действия, что подтверждается соответствующей оценкой взрослого. Стремление заслужить одобрение, похвалу является стимулом, побуждающим малыша к выполнению действия. И только потом, когда он поймёт, что за каждым действием стоит правило, усвоит нравственную норму, соотнесёт её с действием, он начинает испытывать удовольствие от того, что поступает в соответствии с нравственной нормой. Теперь он радуется не тому, что он вымыл руки, а тому, что он аккуратный: "Я хороший, потому что всё делаю правильно!"

Дети 3-4 лет только начинают осознавать правила поведения, но ещё не видят скрытых за ними нравственных норм, часто не относят этих правил к другому.

Воспитателю надо помнить, что об активном освоении правил поведения свидетельствует появление жалоб-заявлений, адресованных взрослому. Малыш замечает нарушение правил другими детьми и сообщает об этом. Причина подобных высказываний ребёнка в стремлении убедиться, что он правильно понимает правила поведения, получить поддержку со стороны взрослого. Поэтому к таким жалобам следует относиться с большим вниманием. Подтвердите, что малыш правильно понимает общественное требование, и подскажите, как нужно поступить, если он замечает его нарушение.

Советы воспитателя для родителей

Аппетит ребенка раннего возраста, его сон, настроение и поведение во время еды во многом зависят от поведения взрослых и от отношения к этому детей.

Неправильные приемы взрослых при организации питания могут привести к закреплению отрицательных привычек у детей.

«Я — сам»

С полутора лет большинство детей умеют есть самостоятельно. Вы можете лишь докормить малыша другой ложкой - так, чтобы он не очень замечал, что ему помогают. А пить чай из чашки, из стакана дети умеют обычно еще раньше - к году.

Настает день, когда малыш начнет протестовать против того, что вы ему помогаете. «Сам! Сам!» - скажет он. Что ж, сам так сам. От вас потребуется определенное терпение: в первое время некоторое количество пищи малыш будет размазывать по лицу, по нагруднику, по столу. Ничего не поделаешь - должен же он научиться есть самостоятельно. Зато вы избежите капризов за едой.

Если с этой точки зрения мы взглянем на бытующий еще в некоторых семьях обычай развлекать малыша за едой, то поймем, в чем его вред: внимание сосредоточивается не на еде, а на чем-то интересном, к ней отношения не имеющем, еда же становится действием либо механическим, не вызывающим радости и удовольствия, либо - что еще хуже - неприятной процедурой, которую приходится терпеть ради того, чтобы тебя позабавили.

Чтобы малышу было интереснее есть, позвольте ему брать в руку то, что можно взять, - блинчик, пирожок, крутое яйцо. Когда ребенок станет старше, на третьем году, он уже сможет участвовать в приготовлениях к еде: поставить на стол тарелку, чашку, принести ложки, достать салфетку, которую вы ему повяжете.

«Аккуратно и опрятно»

Предоставив малышу самостоятельность, приучайте его к опрятности: испачкает лицо - вытрите его салфеткой, прольет что-нибудь на стол - наготове должна быть специальная тряпочка. Наводить порядок вы будете не молча, а проговаривая свои действия. Это важно для развития речи. С раннего возраста ребенка следует приучать к правильной, красивой сервировке стола, воспитывать умение есть чисто, аккуратно. Удобная посуда, ее смена для каждого блюда, красивая клеенка, на которой не должно быть крошек, в большой мере способствуют воспитанию аккуратности.

«Соблюдение правил»

Детей на третьем году жизни надо приучать к соблюдению правил поведения за столом: есть спокойно, не отвлекаясь, не выходить из-за стола, пока не закончил есть; уметь спокойно подождать, пока дадут следующее блюдо; выражать свои просьбы словами; говорить «спасибо» после еды; убирать свою салфетку; ставить на место стул и т.п. Шалости за столом недопустимы, их надо прекращать сразу. Если увещания не помогают, следует спокойно сказать малышу: «Я вижу, ты есть не хочешь. Что же, иди играй». Не злоупотребляйте запретами. И в то же время не разрешайте малышу делать за столом все, что он захочет.

Запреты необходимы тогда, когда избежать их нельзя, и то, что однажды запрещалось, не должно и в дальнейшем разрешаться.

«Если ребенок не ест»

Что же делать, если вас тревожит недостаточный, плохой (подкрепленный точным подсчетом того, что ребенок действительно съедает) аппетит малыша?

Прежде всего попытайтесь выяснить причины. Возможно, ребенок время от времени отказывается от еды потому, что он устал или расстроен чем-нибудь. Предложите ему спокойно: «Ты устал, давай-ка я покормлю те-

бя». Если малыш продолжает отказываться от еды - не настаивайте, предложите ему отдохнуть, но без упреков, без выговора и угрозы: «Ну, не хочешь есть, не надо, поешь потом».

«Терпение»

Дети раннего возраста еще не могут соотнести свои возможности с потребностями (ребенку кажется, что он может сделать все, а у него не получается). Это вызывает негативную эмоциональную реакцию ребенка. Взрослым не надо сердиться на него, расценивая все как каприз. Не надо настаивать на беспрекословном послушании без учета этой особенности. Иначе ребенок может дойти до нервного напряжения. Важно проявлять терпеливое, ровное отношение к ребенку, сохранять положительные эмоции у детей.

Надо помнить, что все навыки формируются и закрепляются постепенно в процессе многократного повторения. Поэтому нельзя считать, что если ребенок сегодня самостоятельно ест, то завтра он сможет это сделать без помощи и напоминаний. Требовать от детей раннего возраста самостоятельности в еде без участия взрослого нецелесообразно. Важно обеспечить спокойное, доброжелательное отношение к ребенку.

Уважаемые родители, не забывайте, что ключ к успеху в укреплении и сохранении здоровья вашего ребенка — в разумном физическом, интеллектуально-личностном развитии.



Чистоплотность – это один из необходимых навыков культурного человека.

Если вы, родители сейчас уделите достаточно внимания здоровью своего ребенка, то в будущем он обязательно оценит вашу заботу и внимание о нем, он навсегда будет вам благодарен за самый важный подарок в жизни каждого человека — здоровье!

Наряду с организацией правильного режима, питания, закаливания большое место в работе детского сада отводится воспитанию у детей культурно-гигиенических навыков, привычек. От этого и значительной мере зависят здоровье ребенка, его контакты с окружающими.

К культурно-гигиеническим навыкам относятся:

- навыки по соблюдению чистоты тела;*
- культурной еды;*
- поддержанию порядка в окружающей обстановке;*
- культурных взаимоотношений детей друг с другом и с взрослыми.*

Начиная с 3 лет ребенка нужно приучать мыть руки и насухо вытирать их полотенцем.



Обязательными должны быть **полоскание** детьми рта после еды, **чистка зубов** (утром после сна, вечером перед сном). Эта привычка, воспитанная в детстве, помогает сохранить зубы в хорошем состоянии на долгие годы.



Навыки опрятной еды включают умение:



1. Правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой;
2. Не крошить хлеб;
3. Пережевывать пищу с закрытым ртом;
4. Не разговаривать с полным ртом;
5. Тихо выходить по окончании еды из-за стола;
6. Пользоваться только своим прибором;
7. Благодарить.



Трудно приучить ребенка пользоваться носовым платком, если у него не всегда есть чистый платок, и он привык обходиться без него. Поэтому не забывайте давать его ребенку или напоминайте, чтобы он сам доставал чистый платок. Привлекайте сына (дочь) к стирке и глажению его носовых платков.



Учим пользоваться носовым платком:

1. Знать назначение носового платка;
2. Не использовать его как предмет игры;
3. Спокойно относиться к процедуре использования платка по назначению;
4. Находить носовой платок в кармане платья, кофты, рубашки, пальто и т. п.;
5. Самостоятельно доставать платок из кармана и использовать (в случае необходимости обращаться за помощью);
6. Постепенно формировать умение разворачивать и сворачивать платок, аккуратно убирать его в карман;
7. Обращать внимание на чистоту носового платка.



Учим пользоваться расческой:



1. Знать свою расческу и место, где она лежит;
2. Показать функциональное назначение расчески и формировать навык ее использования;
3. Учить спокойно, относиться к процедуре причесывания, повторять ее по мере надобности (после сна, после прогулки, после пользования головным убором и т. п.);
4. Позволять ребенку проявлять самостоятельность исходя из его желания («Я сам!»);
5. Переносить навык использования расчески в игровую ситуацию (с куклой), повторяя знакомое действие в сюжетно - образительной игре;
6. Исключить возможность пользования чужой расческой.

