

КОНСУЛЬТАЦИЯ  
ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ ГРУПП  
РАННЕГО ВОЗРАСТА

**Тема: «ВОСПИТАНИЕ У ДЕТЕЙ КУЛЬТУРНО-  
ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ И  
САМООБСЛУЖИВАНИЯ»**

Издавна на страже здоровья подрастающего поколения стоят сотни медицинских работников. Но успешно профилактическую работу медики не могут вести только своими силами: в ней должны принимать участие, кто занят воспитанием детей, и в первую очередь родители и детский сад.

Проблема охраны и укрепления здоровья детей встает особенно остро в связи с их подготовкой к школе, которая должна начаться уже с раннего дошкольного возраста. Основной задачей этой работы является организация физического и гигиенического воспитания.

В «Программе воспитания в детском саду» определены те навыки культуры и поведения, которыми должны овладеть дети того или другого возраста. Формирование навыков личной гигиены и самообслуживания составляет одну из основных задач воспитания. Дети, которые в дошкольном возрасте научатся быстро себя обслуживать, опрятны, в школе бывают самостоятельны, дисциплинированы.

Культурно-гигиенические навыки начинают воспитывать у детей с раннего возраста. Так, с 1<sup>го</sup> года 6<sup>ти</sup> месяцев приучают детей мыть руки, есть самостоятельно, соблюдать во время еды чистоту, пользоваться салфеткой. Снимать расстегнутые и развязанные взрослыми части своей одежды. К 2 годам знать свое место за столом, тихо вести себя в спальне.

**Детей 2 лет** учат опрятно есть, хорошо пережевывать пищу, держать ложку в правой руке, выходить из-за стола только по окончании еды, при помощи взрослых мыть руки полотенцем, пользоваться салфеткой, носовым платком. Учить ребенка снимать и одевать одежду в определенном порядке, расстегивать и застегивать спереди пуговицы, расшнуровывать ботинки, складывать одежду, замечать неопрятность в одежде, с помощью взрослых приводить себя в порядок. Приучать детей к выполнению простейших поручений взрослых: помочь воспитателю вынести на участок игрушки, принести и убрать материал для занятий, собрать бумагу с пола или листья на участке, помочь няне перед едой поставить стулья к столам, принести тарелки с хлебом.

**Во 2<sup>ой</sup> младшей группе** учат детей пережевывать пищу с закрытым ртом, пользоваться ложкой, вилкой, не крошить, без напоминания пользоваться салфеткой, выходя из-за стола тихо задвигать стул, благодарить. Учить засучивать рукава, самостоятельно мыть руки и лицо, не разбрызгивать воду, не мочить одежду, пользоваться мылом. Уметь сухо вытираться только личным полотенцем, салфеткой, носовым платком. Самостоятельно одеваться и раздеваться в определенной последовательности, с небольшой помощью взрослого, аккуратно складывать и вешать одежду, стараться исправить беспорядок.

При входе в здание вытирать ноги, Учить поддерживать порядок в комнате, вместе со взрослыми накрывать на стол. Приучать детей испытывать удовольствие от порядка и чистоты в доме. Приучать убирать игрушки на определенное место.

**Детей средней группы** учат одеваться и раздеваться самостоятельно, замечать беспорядок в одежде и исправлять его, беречь одежду и обувь, не мочить и не пачкать платье при умывании и еде, убирать одежду на место. Приучать тщательно умываться, после еды полоскать рот, чистить зубы на ночь, уметь пользоваться расческой, при кашле отворачиваться, закрывать рот платком. Пищу брать понемногу, пережевывать, правильно пользоваться вилкой, ложкой, ножом, салфеткой, тихо задвинуть стул, поблагодарить. Приучать быть приветливыми, здороваться, прощаться, называть взрослых по имени и отчеству, не вмешиваться в разговор взрослого, не перебивать говорящего, оказывать услугу взрослым. Воспитывать заботливое отношение друг к другу, к маленьким, стремиться что-то сделать для них приятное.

В этом возрасте широко применяются трудовые поручения: вытирать стулья, расставлять и убирать посуду.

#### Какие же приемы используют взрослые при обучении детей культурно-гигиеническим навыкам?

1. Игра детей. Этот прием чаще применяется в работе с маленькими детьми. Дети умывают, кормят куклу, одевают ее, т.е. упражняются в том, чему должны научиться сами.
2. Показ. Взрослый показывает ребенку, что и как делать.
3. Объяснение: ни один показ не обходится без словесного сопровождения.
4. Пример взрослого. Для того, чтобы привить детям необходимые культурно-гигиенические навыки, надо самому их строго соблюдать.

Многие культурно-гигиенические навыки долгое время остаются неустойчивыми. Причина в том, что работа по воспитанию культурно-гигиенических навыков проводится от случая к случаю. Надо помнить, что это непрерывный и планомерный процесс. Работа эта должна проводиться постоянно как в детском саду, так и дома. Родители не должны делать за ребенка то, что он может делать сам, хотя он и маленький. Растет ребенок, растут и его обязанности, надо только следить, чтобы эти обязанности выполнялись. Конечно, это требует от взрослого выдержки, терпения, большого внимания и любви к детям (разумной любви). Контроль взрослого должен быть постоянным. При его отсутствии ребенок не всегда соблюдает правила личной гигиены, следовательно навык разрушается. В воспитании не допустимы отступления от тех требований, которые предъявлялись ранее.

Прежде, чем приучать к самостоятельности маленького ребенка в самообслуживании, необходимо создать условия, отвести постоянное место для игрушек, чтобы он сам мог их брать когда нужно, а затем убирать. Вешалку сделать на уровне роста ребенка, приобрести маленький стул, на котором ребенку удобно одеваться. Приучая

маленьких детей к самообслуживанию, нужно чаще объяснять и показывать, оценивать его работу. Например показать, как надеть колготки, туфли, как засучить рукава при умывании. Всему этому ребенка нужно учить постепенно, показывая каждое действие, объясняя его смысл и последовательность его выполнения. Маленькие дети еще неумелы, неловки, они не сразу осваивают самые несложные действия: льют воду на одежду, надевают неправильно носки, туфли и т.д. Вот здесь взрослым необходимо проявить максимум терпения: спокойно без спешки показать малышу как надо выполнять то или другое действие, предоставляя ему полную самостоятельность. Надо стремиться к тому, чтобы малыш постарался сам преодолевать свои трудности. За это его надо похвалить, это побуждает его к большей самостоятельности. Маленький ребенок любит играть. Умываясь, играет с водой; одеваясь, ботинок превращает в автомобиль и т.д. В то же время надо учить ребенка отличить игру от труда, спокойно, но настойчиво добиваться нужного результата.

Потребность в игре можно использовать с целью повышения интереса к делу. Например, ребенок отказывается убирать игрушки. Можно напомнить ему, что завтра Мишка собирается к кукле Кате в гости, нужно все убрать, что бы было красиво. Очень хорошо действует на детей оценка их труда, данная взрослым с помощью любой куклы: «Ну-ка я посмотрю, как ты сегодня разденешься и сложишь свою одежду?» - говорит взрослый «мишкиным» голосом, держа игрушку в руках. Стимулирует детей и приятная перспектива: «Убери игрушки, помой руки и приходи на кухню помочь мне ужин готовить». В младшем возрасте следует давать такие поручения, которые позволят ребенку проявить заботу о других членах семьи, участвовать в совместном труде: поручить поставить хлеб на стол, положить ложку, убрать посуду со стола. Малыш с удовольствием выполняет просьбу взрослых помочь им в делах: подержать инструмент, пока папа что-то мастерит, подать бабушке туфли, принести хлебницу. Такие поручения доставляют ребенку радость, т.к. он осознает свою причастность к полезным делам. Малыш проявляет большой интерес к тому, что взрослые дома, к их действиям, результатам труда. Этот интерес детей следует поощрять. Мама готовит обед, дочь не отходит от нее, спрашивает, что она делает, вкусно ли будет. Будет полезно для ребенка, если мать даст ему возможность наблюдать за ее трудом, расскажет, что она делает, что должно получиться, для кого старается приготовить вкусную еду. При этом всегда для ребенка можно найти дело, доставляющее ему интерес: принести ложку, подать соль. Важно, чтобы взрослые в присутствии ребенка отмечали заботу друг о друге, проявляли желание выполнить свою работу хорошо. Взрослые должны пользоваться каждым удобным случаем, чтобы поблагодарить за услугу, за внимание, за хорошее обслуживание. Это воспитывает вежливость, уважение к взрослому, их труду.