

*Консультация для родителей*  
*«Развитие культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста»*

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. 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 счете, 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. А вот как они это будут делать – зависит от того, что малышам заложили с самого раннего детства сначала родители, а затем воспитатели в детском саду. И чем ярче и интереснее будут впечатления от обучения непростым для малышей навыкам, тем быстрее они им запомнятся, тем приятнее их будет выполнять и совершенствовать день ото дня. В группу приходят очень разные малыши. Кто-то из них самостоятельно пользуется горшком, а кто-то категорически отказывается с ним дружить, некоторые детки во всю едят ложкой, другие же приучены только к бутылочке или с большим удовольствием копаются в своей тарелке руками. Почему же так происходит?

Самые первые представления о культурно-гигиенических навыках ребенок получает именно в семье. Заботливые родители начинают приучать малышей к аккуратности и самостоятельности буквально с пеленок. Малыша сразу надо приучать к активному участию в процессе еды. Ребенка старше полутора лет желательно кормить за столом. В этом возрасте необходимо следить за тем, чтобы ребенок, сидя на стуле, упирался ногами в пол, а высота стола приходилась бы на уровне его согнутых локтей. Помимо этого необходимо воспитывать и закреплять у детей и другие навыки: следить, чтобы они не садились за стол с грязными руками, не выходили из-за стола с куском хлеба, пользовались носовым платком.

При одевании и раздевании также необходимо давать возможность детям в какой-то степени действовать самостоятельно. Одинаковые требования к правилам гигиены и навыкам самообслуживания в детском саду и дома, приводят к лучшему запоминанию и закреплению полезных привычек.

В раннем возрасте нужно привить такие полезные привычки, как мытье рук, соблюдение режима дня, самостоятельное пользование горшком, умение правильно держать ложку.

К двум годам малыш может научиться умываться и причесываться, снять шапочку или носочки, вытирать рот салфеткой после еды и сморкаться в носовой платочек. На первый взгляд все очень просто, а на самом деле для малышей это целая наука – освоение и применение культурно-гигиенических навыков.

Необходимо закреплять умение: перед едой брать стул и садиться за обеденный стол на одно и то же место, правильно держать ложку, аккуратно пить из чашки. Обязательно нужно учить малышей по окончании еды, вставая из-за стола, благодарить взрослых.

Начинать работу по воспитанию навыков одевания (раздевания) надо с простых манипуляций: учить снимать и надевать колготки, носки, ботинки, шапку. Также необходимо не только учить детей самостоятельно одеваться, но и быть аккуратными.

У детей всегда есть желание самим расстегивать пуговицы и молнии, но нет умения. Этому их можно учить вечером во время игр: «Матрешке надень фартук», «Застегни пуговицы», «Достань из корзинки». Справиться с пуговицами и «молниями» помогут и игровые элементы. То, как скоро малыш научится одеваться и раздеваться, зависит от подвижности его пальчиков. Это качество необходимо развивать, время от времени играя с малышами с некрупными предметами, вроде счетных палочек или рисуя в альбоме.

Из практики видно, что очень сложно научить детей умываться, пользоваться правильно полотенцем. Малыши не боятся воды, но умываться не умеют: подставят руки под струю и держат. Подготовку к умыванию необходимо начинать заранее: дети засучивают рукава, как показывает родители, и объяснять, для чего это нужно, используя стихотворные строки: «Руки надо чисто мыть, рукава нельзя мочить», или «Кто рукавчик не засучит, тот водички не получит». Обучая детей умыванию, нужно проводить дидактические игры: «Катя умывается», «Миша в гостях у Маши».

Воспитание культурно-гигиенических навыков включает широкий круг задач, и для их успешного решения можно использовать целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей: прямое обучение, показ кукольного театра, упражнения в выполнении действий в процессе дидактических игр, систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила гигиены и постепенное повышение требований к ним.