

Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста

Культурно-гигиенические навыки - это навыки по соблюдению чистоты тела, культурной еды, поддержания порядка в окружающей обстановке и культурных взаимоотношений детей друг с другом и со взрослыми.

Забота о здоровье детей, их физическом развитии начинается с воспитания у них любви к чистоте, опрятности и порядку.

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

Основополагающую роль в воспитании полезных привычек играет родительский пример. Ребенок автоматически усваивает принятые в семье правила. Именно в семье, за общим столом у ребенка вырабатываются (или не вырабатываются) хорошие манеры. Если родители не моют руки перед едой, то не стоит ждать от ребенка иного поведения. Дети быстро перенимают манеру поведения взрослых: если родители говорят с набитым ртом, сидят, развалившись, кладут локти на стол или едят руками, то вряд ли можно требовать от малыша иного поведения. За столом абсолютно все имеет значение: не только что мы едим, но и как мы это делаем. Ребенок - это зеркальное отражение взрослых.

Гигиеническое воспитание детей заключается в рациональном использовании условий внешней среды, сообщения детям элементарных гигиенических навыков и формирования на их основе привычек, способствующих укреплению здоровья, физическому развитию, а так же воспитанию культуры поведения. Для решения этих задач необходимы совместные усилия медицинского, педагогического персонала детского учреждения, а так же родителей. В детском саду гигиеническое обучение проводится как индивидуально с каждым ребенком, так и коллективно, со всей группой в целом. Специальных занятий не планируется, но гигиеническое воспитание постоянно осуществляется в повседневной жизни детского сада.

По мере роста и развития детей самостоятельность и активность их увеличивается. Это естественно учитывается, поэтому в младшем дошкольном возрасте обучения строится на совместных действиях взрослого и ребенка, показе, объяснении.

В первый младшей группе ребенок пытается мыть руки сам, взрослый помогает ему, показывая и объясняя как нужно вымыть руки. Напоминать, что это надо делать перед едой и после загрязнения.

Так же постоянно необходимо приучать детей пользоваться своим полотенцем: показать, как нужно держать полотенце, как вытираться.

По окончании умываний взрослый обращает внимание детей на внешний вид, отличает, что они стали чистыми, аккуратными. Малыши очень любят,

когда взрослые замечают их достижений, и в следующий раз будут стараться еще лучше.

Культурно - гигиенические навыки формируются у детей и в процессе питания: это умение самостоятельности и аккуратно есть, правильно держать ложку.

Повседневные упражнения, позволяют научить детей к 3 годам есть быстрее, опрятнее. Готовясь к обеду или к завтраку, хорошо обратить внимание детей на то, как чисто на столах, напомнить, что надо есть аккуратно, не проливать.

Также необходимо приучать детей пользоваться салфеткой. Обязанность родителей - постоянно закрепить гигиенические навыки. Важно, чтобы взрослые подавали ребенку пример во всем, требуя от него выполнения определенных правил. В одевании и раздевании дети 3 года жизни первоначально проявляют большую беспомощность. У воспитателя и у няни уходит много времени, прежде чем дети научатся самостоятельности.

Обучая ребенка одеваться, взрослый одновременно побуждает активно действовать в самом процессе одевания: надеть колготки, штаны, сапожки, достать из шкафа пальто и т.д. Главное нужно отличать успехи ребенка.

В семье должно быть созданы условия для выполнений гигиенических рекомендаций. Ребенку следует выделить место для сна, игр и занятий (кровать, стол, стул).

Дети группы раннего возраста к концу учебного года должны овладеть следующим культурно гигиеническими и трудовыми навыками.

1. Навыки личной гигиены.

- с помощью взрослых ребенок моет руки перед едой;
- моет лицо, пользуется индивидуальным полотенцем, носовым платком;
- вытирает ноги у входа.

2. Навыки самообслуживания.

- снимает и надевает одежду в определенном порядке, расстегивает и застегивает пуговицы спереди, складывает одежду, расшнуровывает ботинки.
- замечает неопрятность в одежде, с помощью взрослых приводит себя в порядок.

3. Навыки культуры еды.

- ребенок ест самостоятельно, опрятно.
- держит ложку в правой руке.
- пользуется салфеткой.

4. Навыки трудовой деятельности.

- выполняет простейшие поручения взрослых.

А.С Макаренко, обращаясь к родителям писал: « Ваше собственное поведение - самая решающая вещь. Не думайте, что вы воспитываете ребенка только тогда, когда с ним разговариваете, или получаете его, или приказываете ему. Вы воспитываете его каждый момент жизни вашей, даже тогда, когда вас нет дома».

Как вы одеваетесь, как вы разговариваете с другими людьми и о других людях, как вы обращаетесь с друзьями и с врагами, читаете книги, газеты - все это имеет для ребенка большое значение.