

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ № 30

ГОРОДА Калуги

***Консультация для родителей***

***«Как воспитать культурно - гигиенические навыки  
дошкольника»***

Подготовила педагог-психолог: Сукова Д. В

Г. Калуга, 2018-2019 г.

Обычно непоседливый и активный ребенок дошкольного возраста с трудом может усидеть на одном месте, пока мама причесывает его волосы или остригает ногти, не любит мыть голову, зубы чистит поспешно и то, лишь после неоднократного напоминания взрослых. А как нелегко ребенку просыпаться рано утром, и собираться в детский сад, самостоятельно одеваться. Надо помнить, что надевать, зачем, уметь застегнуть пуговицы, завязать шнурки и т. п.

Ребенок не хочет прилагать усилия, переводит действия по уходу за собой на маму и папу. А родители и сами при появлении у ребенка даже малейших затруднений спешит прийти на помощь. Конечно, маме гораздо проще и быстрее самой умыть ребенка, одеть его, чем ждать пока ребенок будет это делать медленно и неуклюже. И при этом следует понимать, что таким образом она формирует у ребенка пассивную позицию, тормозит развитие у него самостоятельности и культурно – гигиенических навыков. Поэтому ребенок приходит в детский сад и не может справиться, беспомощно просит воспитателей: «помогите», «застегните», «оденьте».

Поэтому вместо того, чтобы делать за ребенка абсолютно все, позаботьтесь о том, чтобы обеспечить дома условия, благоприятные для формирования у ребенка культурно – гигиенических навыков. Постоянно повторяйте вместе с ребенком те или иные действия, пока навыки окончательно не сформируются.

#### – Что должен уметь ребенок на разных возрастных этапах дошкольного возраста?

Прежде всего, выясним последовательность формирования у ребенка дошкольного возраста культурно - гигиенических навыков и навыков, на которые целесообразно ориентироваться.

Так, уже на **втором году** жизни дети должны уметь подставлять руки под струю воды в умывальнике, смывать мыльную пену с рук, вытираться полотенцем, пить из чашки, есть ложкой, пользоваться салфеткой, носовым платком и тому подобное.

Дети в возрасте **трех лет** уже должны есть самостоятельно и аккуратно, тщательно пережевывать пищу, правильно держать ложку, самостоятельно закатывать рукава перед умыванием, пользоваться мылом, умываться, вытирать лицо полотенцем. Детей младшего дошкольного возраста следует обучать пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой, ножом), салфеткой, есть аккуратно, полоскать рот после еды, правильно чистить зубы, причесываться, соблюдать правила пользования предметами личной гигиены. Дети **старшего** дошкольного возраста уже в состоянии самостоятельно контролировать соблюдение личной гигиены, культурно вести себя за столом и тому подобное.

#### Как поощрять ребенка к самостоятельности в уходе за собой?

К активности и самостоятельным действиям по уходу за собой ребенка в значительной мере поощряет благоприятная организация условий для проведения

гигиенических процедур. Поэтому, чтобы обеспечить ребенку удобство и комфортность, создайте в ванной комнате все условия для этого, в частности:

- прикрепите крючок для полотенца на уровне роста ребенка;
- поставьте рядом с умывальником низкий стульчик, стоя на котором ребенку будет удобно достать руками до крана;
- прикрепите ручку – держатель к стене над ванной, чтобы ребенок мог держать за нее обеими руками во время подмывания, мытья ног, принятия гигиенического душа;
- положите рядом с ванной коврик, чтобы ребенок не поскользнулся.

Обязательно приобретите ребенку личные предметы гигиены: полотенца, расческу, зубную щетку, детское мыло, мочалку и тому подобное. Дайте ребенку возможность самостоятельно их выбирать в магазине. Все предметы личной гигиены для ребенка следует подбирать с учетом возрастных возможностей.

#### Что нужно помнить родителям, приучая ребенка к аккуратности?

Работая над формированием у ребенка явных культурно – гигиенических навыков, помните несколько важных правил:

- спешка и нетерпение взрослых приглушают инициативу ребенка, его желание быть самостоятельным;
- в процессе общения с ребенком, как можно чаще, высказывайте положительное отношение к чистоте, опрятности;