*Консультация для родителей*

***«Привитие***

***культурно-гигиенических навыков***

***младшим дошкольникам»***

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.

Проблема формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста является одной из самых актуальных при воспитании детей этого возраста. И насколько она изначально ***продумана, спланирована и организована,*** зависит, будет ли она способствовать укреплению здоровья, физическому и психическому развитию, а так же воспитанию культуры поведения. Главное то, что в этом возрасте происходит быстрое и прочное формирование стереотипов действий, с одной стороны, весьма затруднительна их ломка – переделка, с другой. Иначе говоря, ребенок легко воспринимает определенную последовательность действий, но очень трудно осваивает изменения в ней.

Гигиеническая культура столь же важна для человека, как и умение, разговаривать, писать, читать. Уход за собой дарит человеку ощущение чистоты, здоровья: каждая клеточка организма начинает жить в оптимальном режиме, не огорчая её владельца. Сколько радости доставляет человеку ощущение хорошо и слаженно работающего организма.

В нашу группу дети приходят из домашних условий. С первых дней большое внимание уделяется ***воспитанию культурно-гигиенических навыков:***

        Воспитываем опрятность у детей, учим следить за внешним видом, пользоваться горшком, салфеткой, платком.

        Приучаем ребенка к гигиеническому индивидуализму: своя расчёска, своя постель, свой горшок, свой носовой платок, своё полотенце.

        Воспитываем у детей умение самостоятельно мыть руки с мылом, лицо, насухо вытираться полотенцем.

        За столом воспитываем умение правильно держать ложку, правильно сидеть за столом, обучаем правилам этикета, умению пользоваться салфеткой.

        Воспитываем умение самим надевать колготки, носки, шорты, сандалии, футболки, учим застегивать и расстегивать пуговицы, аккуратно вешать свою одежду на стульчик перед сном и в шкаф после прогулки.

***Воспитываем навыки культуры поведения детей:***

здороваться и прощаться,

благодарить,

 называть взрослых по имени-отчеству,

обращаться с просьбой в вежливой форме,

разговаривать между собой спокойно,

просить игрушку у сверстника вежливо, а не отнимать,

не обижать друг друга.

***Воспитываем умение правильно обращаться с игрушками:***

поиграл – положи на место,

покатал – поставь в гараж,

собирать пазлы только на столе,

играть с атрибутами «больнички» и «парикмахерской» только в уголках сюжетно-ролевых игр «больница» и «парикмахерская»,

почитал – убери на книжную полку, разбросал конструктор – убери на место.

Для достижения эффективности формирования культурно-гигиенических навыков используем разные ***формы организации:***

чтение потешек в процессе,

дидактические игры,

игры – упражнения,

беседы,

чтение художественной литературы,

рассматривание иллюстраций, картин,

наблюдения,

показ инсценировок,

рассказывание,

заучивание,

сюжетно-ролевые игры.

Все сведения по гигиене прививаются детям в повседневной жизни в процессе разнообразных видов деятельности и отдыха, т.е. ***в каждом компоненте режима можно найти благоприятный момент для гигиенического воспитания.***

Для закрепления знаний и навыков личной гигиены желательно давать детям различные поручения. Детям, которые дежурят по столовой, нужно не только уметь правильно накрыть стол и ставить посуду, но и твердо усвоить, что, перед тем как приступить к выполнению своих обязанностей, необходимо тщательно помыть руки с мылом, привести себя в порядок, причесаться.

Навыки детей быстро становятся прочными, если они закрепляются постоянно в разных ситуациях. Главное, чтобы детям было интересно, и чтобы они могли видеть результаты своих действий, (кто-то стал значительно опрятнее и т.д.).

И еще одно ***условие, необходимое для успешного культурно-гигиенического воспитания*** ***– единство требований со стороны взрослых.***Ребенок приобретает гигиенические навыки в общении с воспитателем, медицинским работником, няней и, конечно, в семье. Обязанность родителей – постоянно закреплять данные навыки, воспитываемые у ребенка в детском саду. Важно, чтобы взрослые подавали ребенку пример, сами всегда их соблюдали.

Полезные и хорошие навыки, привитые с  детства в культурно-гигиеническом развитии, делают ребенка более свободным, т.к. о многих своих действиях он перестает задумываться, они совершаются автоматически, словно сами собой. Они помогают сохранить здоровье и облегчить жизнь.

***Памятка для взрослых***

        Старайтесь поддерживать стремление к самостоятельности  ребенка.

        Поощряйте, хвалите ребенка даже за небольшие достижения.

        Навыки самообслуживания прививаются быстрее, если взрослый покажет и прокомментирует на примере, как, что и в каком порядке делать.

        Нельзя торопить ребенка с выполнением какого-либо действия, надо дать ему возможность выполнять все спокойно, самостоятельно.

        Если у малыша что- то не получается, не спешите ему на помощь, пока он этого не попросит.

        Старайтесь всегда поддерживать активность и эмоциональный настрой ребенка.

        В процессе воспитания используйте потешки, стишки, личный пример.

        Старайтесь использовать игровую ситуацию.

        Всегда придерживайтесь доброжелательного эмоционального настроя.

***Потешки для прочного закрепления культурно-гигиенических навыков.***

Водица, водица,

Умой наши лица

Умой наши щечки,

Умой наши губки,

Умой наши зубки,

Умой наши ручки!

 Мышка плохо лапки мыла:

Лишь водичкою смочила,

Мылом мылить не старалась -

И на лапках грязь осталась.

Полотенце - в черных пятнах!

Как же это неприятно!

Попадут микробы в рот -

Может заболеть живот.

Так что, дети, постарайтесь,

Чаще с мылом умывайтесь!

Надо теплою водой

Руки мыть перед едой!

Расти, коса, до пояса,

Не вырони ни волоса.

Расти, косынка до пят –

Все волосенки в ряд.

Расти, коса, не путайся –

Маму, дочка, слушайся.

Ешь внимательно, опрятно,

Не спеша и аккуратно!

В рот еду не забивай,

И кусочки не роняй!

Мыс тобою за столом

Себя правильно ведём,

Потому что мы с тобой

Не болтаем за едой.

УЧИСЬ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЛОЖКОЙ

За столом щенок Антошка

Рыбу ел столовой ложкой,

Вилкой суп пытался кушать -

Не хотел советов слушать.

И хотя вовсю старался,

Так голодным и остался.

Ну, куда это годится!

Всем пора бы научиться

Кушать вилкой, кушать ложкой,

А не делать, как Антошка.

УМЕЙ ЕСТЬ НЕ СПЕША И АККУРАТНО

Медвежонок хлеб жевал -

Крошки хлебные ронял.

Говорил с набитым ртом -

Что? Не мог понять никто.

После взялся за компот -

Стол облил и свой живот!

Все над ним хохочут звонко,

Застыдили медвежонка:

- Ты не знаешь? За столом

Надо есть с закрытым ртом,

Не спешить, не говорить,

Крошки на пол не сорить.

После встать из-за стола

В шубке чистой, как была.

 НЕ БАЛУЙСЯ ЗА СТОЛОМ

За столом сидела Белка,

Перед ней была тарелка,

В ней из хлеба, масла, сала

Белка дом сооружала.

Так, друзья, не поступают

И с едою не играют.

За столом едят, друзья,

Баловаться здесь нельзя!

А поели - вы свободны,

И играйте как угодно.

За столом Кроты сидят,

Нос воротят, не едят:

- Эту кашу не хотим!

Черный хлеб мы не едим!

Дайте лучше чаю нам,

Бедным маленьким Кротам!

Я напомню об одном:

Не кривляйтесь за столом,

Не капризничайте тут -

Ешьте все, что вам дадут!

ПОМОГАЙ НЯНЕЧКЕ НАКРЫВАТЬ НА СТОЛ

В группе завтракать хотят,

Все вокруг помочь спешат

На столы носить посуду.

Только Ёж сказал: - Не буду!

Не пойду я, посижу,

И на вас я погляжу

Не желаю помогать,

Лучше просто подождать.

Неприятно это всем.

Все Ежа не уважают.

Сам он маленький совсем,

А какая лень большая!