

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

Подготовили: Блинкова А.Б. и Казакова Е.В

**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 с 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.

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. Малыши очень любят, когда взрослые замечают их достижения, и 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 куртку или комбинезон и т.д. Главное нужно замечать успехи ребенка и хвалить его.

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

