

Поради батькам з формування культурно - гігієнічних навичок у дітей дошкільного віку.

Культурно-гігієнічні навички дуже важлива частина культури поведінки. Необхідність охайності, утримання в чистоті обличчя, зачіски, одягу, взуття, культури їжі, дбайливе ставлення до особистих речей, предметів і іграшок, підтримання порядку продиктовані не тільки вимогами гігієни, а й нормами людських відносин. Діти повинні розуміти, що якщо вони регулярно будуть дотримуватися цих правил, то у них проявляється повага до оточуючих і виникне уявлення про те, що неохайний чоловік, який не вміє стежити за собою, своєю зовнішністю, вчинками, як правило, не буде схвалений оточуючими людьми.

Виховання у дітей навичок особистої і громадської гігієни відіграє важливу роль в охороні їх здоров'я, сприяє правильній поведінці в побуті, в громадських місцях. Від знання та виконання дітьми необхідних гігієнічних правил і норм поведінки залежить не тільки їхнє здоров'я, але і здоров'я інших дітей і дорослих. У процесі повсякденної роботи з дітьми прагнемо, щоб виконання правил особистої гігієни стало для них природним, а гігієнічні навички з віком постійно вдосконалювалися.



На початку ми привчаємо дітей до виконання елементарних правил: самостійно мити руки з милом,

насухо їх витирати, користуватися індивідуальним рушником, гребінцем, стаканом для полоскання рота, стежити, щоб всі речі були у чистоті.

Формування навичок особистої гігієни та вміння дітей бути завжди охайними, помічати неполадки в своєму одязі, самостійно або за допомогою дорослих їх усувати.

Для успішного формування та закріплення навичок гігієни протягом періоду дошкільного дитинства доцільно поєднувати словесний і наочний способи, використовуючи спеціальні набори матеріалів по гігієнічному вихованню. Різноманітні сюжетні картинки.



В процесі гігієнічного виховання і навчання дітей ми повідомляємо їм різноманітні відомості: про значення гігієнічних навичок для здоров'я, про послідовність гігієнічних процедур в режимі дня, формуємо у дітей уявлення про користь фізкультурних вправ. Гігієнічні знання доцільні і на заняттях з фізичної культури, праці, ознайомлення з навколишнім, з природою. Для цього використовуємо деякі дидактичні і сюжетно-рольові ігри: «пригостити Мишка чаєм», «Укладаємо спати ляльку» і т.д. Читаємо дітям Чуковського "Мойдодир", "Федорина горі" і ін. На їх основі можна розігрувати маленькі сценки. Для успішного закріплення навичок культурного поведінки ми застосовуємо різні вірші з даної тематики.

Для закріплення знань і навичок особистої гігієни даємо дітям різні доручення. Дітям, які чергують по їдальні, потрібно не тільки вміти правильно накрити стіл і ставити посуд, але і твердо засвоїти, що, перед тим як приступити до виконання своїх обов'язків, необхідно ретельно помити руки з милом, привести себе в порядок.

Навички дітей швидко стають міцними, якщо вони закріплюються постійно в різних ситуаціях. Головне, щоб дітям було цікаво, і щоб вони могли бачити результати своїх дій. І ще одна умова, необхідне для успішного

культурно-гігієнічного виховання - єдність вимог з боку дорослих. Дитина набуває гігієнічні навички в спілкуванні з вихователем, медичним працівником, нянею і, звичайно, в сім'ї. Обов'язок батьків - постійно закріплювати дані навички, що виховуються у дитини в дитячому саду. Важливо, щоб дорослі подавали дитині приклад, самі завжди їх дотримувалися.

ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ ЗА СТОЛОМ

Мити руки перед їжею

Багато захворювань дітей раннього віку викликані бактеріями і вірусами, що потрапляють разом з їжею, водою або з брудних рук. Навчання дітей простим гігієнічним навичкам зменшить захворюваність. Багато захворювань дітей можна попередити якщо дотримуватися санітарно - гігієнічні правила і норми, правила особистої гігієни.



Їсти слід акуратно

- дрібними шматочками, не набиваючи рід під зав'язку, щоб потім неможливо було прожувати.
- їжу потрібно пережовувати повільно і ретельно, не плямкаючи і не розбризкуючи.
- розмовляти з повним ротом не красиво і незручно.
- не варто зловживати розмовами за їжею.
- за стіл сідають в першу чергу для прийняття їжі, а не для позвяги.

Не можна пустувати за столом

це диктується елементарними правилами безпеки. Не можна грати з скатертиною і розгойдуватися на стільці, це загрожує розбиванням посуду, травмами та забоями. Крім того дитина може обшпаритися гарячими напоями (чай, кава). Для ігор існують дитячі кімнати.

