

Памятка для родителей

Воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольника

Обычно ребенок дошкольного возраста с трудом может усидеть на одном месте, пока мама причесывает его волосы или остригает ногти, не любит мыть голову, чистить зубы, не хочет самостоятельно одеваться.



Ребенок не хочет прилагать усилия, переводит действия по уходу за собой на маму или папу. А родители и сами при появлении у ребенка даже малейших затруднений спешат прийти на помощь. Маме гораздо проще и быстрее все сделать самой. И при этом следует понимать, что таким образом она формирует у ребенка пассивную позицию, тормозит развитие у него самостоятельности и культурно-гигиенических навыков.

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.

Последовательность формирования у ребенка дошкольного возраста культурно-гигиенических навыков:

✚ 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.

✚ Трехлетние дети 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, 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 поощряет благоприятная организация условий для проведения гигиенических процедур. Чтобы обеспечить ребенку удобство и комфортность, создайте в ванной комнате все необходимые 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 держаться за нее обеими руками во время подмывания, мытья ног, принятия гигиенического душа;
- положите рядом с ванной коврик, чтобы ребенок не поскользнулся.

Обязательно приобретите ребенку его личные предметы гигиены: полотенца, расческу для расчесывания волос, зубную щетку, детское мыло, мочалку и тому подобное. Дайте ребенку возможность самостоятельно их выбирать в магазине. Обычно детям нравится принадлежности ярких цветов, с интересными узорами или изображениями любимых персонажей или мультфильмов.



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;
- организуйте режимные моменты интересно - тогда ребенок охотно будет выполнять определенные действия.

Во время гигиенических процедур, скажем, рассказывайте ребенку короткие дидактические стихи, берите с собой в ванную любимую игрушку ребенка, «которая тоже хочет быть опрятной»;

- поощряйте любые детские проявления самостоятельности, даже самые неуклюжие;
- ни в коем случае не критикуйте ребенка, только хвалите;
- не оставляйте ребенка без присмотра, даже если он научится самостоятельно выполнять ту или иную гигиеническую процедуру.

Не надейтесь на то, что ребенок научится всему и сразу. В трехлетнем возрасте он умоет лицо только при условии, что взрослый будет стоять «над душой». В четыре года - сделает то же самое, если

вы напомните, что умываться и чистить зубы необходимо каждому человеку. Кроме этого, ребенок непременно будет ждать, что вы похвалите его за правильность выполнения действия.

Стремление заслужить похвалу является именно тем стимулом, побуждающим ребенка дошкольного возраста к самостоятельному уходу за собой.

Родители - будьте хорошим примером для своего ребенка!

Педагог-психолог МДОУ
«ЦРР – детский сад «Улыбка»
Макушина Ю.Н.