

## Консультация для родителей

### «Воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольников»

В современном дошкольном учреждении важное внимание уделяется воспитанию здорового дошкольника. Одним из важных факторов здоровой личности является формирование у детей культурно – гигиенических навыков. Воспитание культурно-гигиенических навыков имеет значение не только для успешности социализации детей, но и для их здоровья.

**Умения** – это сформированная у ребенка способность совершать определенные действия на основе полученных знаний.

**Навык** – это автоматизированное действие, формируемое в результате многократных повторений и упражнений.

Навыки закрепляются в результате многократного выполнения действия, в результате упражнений в правильном его выполнении.

Переход навыка в привычку достигается систематическим повторением его при определённых одинаковых или сходных условиях. Привычки в отличие от навыков создают не только возможность выполнения того или иного действия, а обеспечивают сам факт его осуществления. Привычки, приобретённые ребёнком, сохраняются длительное время и становятся, как гласит народная мудрость, второй натурой. Приобретённые привычки становятся устойчивыми и трудно поддаются перевоспитанию.

**Культурно-гигиенические навыки** - важная составная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, тела, одежды, обуви продиктованная не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений.

**Значение формирования культурно-гигиенических навыков в развитии ребенка дошкольного возраста:**

- развитие нравственных чувств
- развитие внимания и воли
- речевое развитие
- условия для здоровья
- стремление к самостоятельности
- контроль за внешним видом
- познание окружающего мира
- предпосылки формирования основ эстетического вкуса

С первых дней жизни при формировании культурно-гигиенических навыков идёт не просто усвоение правил и норм поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации, вхождения малыша в мир взрослых. Нельзя этот процесс пускать на потом, период раннего и дошкольного детства наиболее благоприятный для формирования культурно-гигиенических навыков. Затем на их основе строится развитие других функций и качеств.

Культурно-гигиенические навыки совпадают с такой линией психического развития, как развитие воли. Малыш ещё ничего не умеет делать, поэтому всякое действие даётся с большим трудом. И не всегда хочется доводить начатое дело до конца, особенно если ничего не получается. Для того чтобы завершить действие, получить качественный результат, сделать всё в правильной последовательности, красиво и аккуратно, нужно приложить волевые усилия.

Культурно-гигиенические навыки связаны не только с игрой. Они лежат в основе первого доступного ребёнку вида трудовой деятельности - труда по самообслуживанию. Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей – первооснова всей дальнейшей работы и основа для развития физически крепкого ребенка. К тому же культурно-гигиенические навыки – это элементы самообслуживания, что является первой ступенью и основой для трудового воспитания.

Так для ребёнка важным становится качество выполнения действия, он учится доводить начатое дело до конца, удерживать цель деятельности, не отвлекаться. И теперь уже не взрослый напоминает ему о необходимости того или иного действия, а сам он по своей инициативе его сам совершает, контролирует его ход. При этом формируются такие волевые качества личности, как целеустремлённость, организованность, дисциплинированность, выдержка, настойчивость, самостоятельность. Выполнение культурно-гигиенических навыков создает условия для формирования основ эстетического вкуса.

Так, девочка начинает приглядываться к себе, сравнивать, насколько она изменилась, когда её причесали, завязали бантики. Важно, чтобы взрослый при совершении бытовых процессов ненавязчиво обращал внимание ребёнка на изменения в его внешнем виде.

Смотря в зеркало, малыш не только открывает себя, но и оценивает свой внешний вид, соотносит его с представлением об эталоне, устраняет неряшливость в своей одежде и внешности.

Таким образом, складывается критическое отношение к своему облику, формируется правильная самооценка. Ребёнок постепенно начинает следить за своим внешним видом.

Освоение культурно-гигиенических навыков связано с этическим развитием дошкольника.

Взаимосвязано с формированием культурно-гигиенических навыков складываются и развиваются нравственные чувства. Малыши до трёх лет испытывают удовольствие от того, что они сначала выполняют действия вместе с взрослым, а потом самостоятельно.

В четыре года удовольствие ребёнку доставляет правильность выполнения действия, что подтверждается соответствующей оценкой взрослого. Стремление заслужить одобрение, похвалу является стимулом, побуждающим малыша к выполнению действия.

Оценить действие и только потом, когда он поймёт, что за каждым действием стоит правило, усвоит нравственную норму, соотнесёт её с действием, он начинает испытывать удовольствие от того, что поступает в соответствии с нравственной нормой. Теперь он радуется не тому, что он вымыл руки, а тому, что он аккуратный: "Я хороший, потому что всё делаю правильно!"

К числу основных условий успешного формирования культурно-гигиенических навыков относятся рационально организованная обстановка, четкий режим дня и руководство взрослых.

Условия должны быть постоянными, а методические приемы, которые использует педагог, необходимо менять.

Воспитание у детей навыков личной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту. В процессе повседневной

работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки совершенствовались.

### **Задачи по формированию культурно-гигиенических навыков:**

#### **младшая группа**

Формировать умение овладевать культурно-гигиеническими навыками.

Побуждать детей к самостоятельности.

Развивать предпосылки трудовой деятельности.

Воспитывать бережное отношение к игрушкам и вещам.

Приучать детей следить за своим внешним видом.

Формировать элементарные навыки поведения во время еды: правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой и т. д.

#### **средняя группа**

Продолжать воспитывать у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом.

Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком. Приучать детей при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком.

Совершенствовать навыки аккуратного приема пищи: пищу брать понемногу, хорошо пережёвывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой, полоскать рот после еды.

#### **старшая-подготовительная группа**

Воспитывать привычку следить за чистотой тела, опрятность одежды, причёски.

Воспитывать привычку самостоятельно чистить зубы, следить за чистотой ногтей, при кашле и чихании отворачиваться в сторону, прикрывать рот и нос носовым платком.

Формировать навык быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу, опрятно убирать постель.

Продолжать совершенствовать культуру еды: правильно пользоваться столовыми приборами, есть аккуратно, бесшумно, салфеткой, сохраняя правильную осанку за столом.