

**Воспитание
культурно-гигиенических
навыков
у детей 4-5 лет**



О человеке, вежливом, внимательном к окружающим, тактичном и скромном, умеющем красиво держать себя, мы говорим: «Хорошо воспитанный человек». Умение всегда быть аккуратным, красиво есть, проявлять предупредительность, уважение к другим людям нужно начинать воспитывать как можно раньше. В противном случае у ребенка могут закрепиться плохие привычки, и тогда уже придется бороться с ними. А ведь хорошо известно, что воспитывать легче, чем перевоспитывать.

Когда дети были в младшей группе, мы прививали им культурно-гигиенические навыки, приучали их здороваться, прощаться, вежливо обращаться к взрослым за помощью, благодарить, показывали, как нужно аккуратно есть, пережевывая пищу с закрытым ртом, пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой, поесть, благодарить взрослых. У некоторых детей эти навыки стали достаточно прочными. Дети четырех лет уже более самостоятельны, у них больше умений, знаний, они способны многое понять. На пятом году жизни на основе усвоенных ранее навыков необходимо формировать более сложные, например навыки культуры взаимоотношений.

На новом возрастном этапе ребенок уже может осознать, что, выполняя правила культурного поведения, он тем самым выражает свое отношение к окружающим: приветливо здороваясь, прощаясь, проявляет внимание, уважение к другим людям; когда благодарит, выражает им признательность за доброту, помощь; соблюдая чистоту и аккуратность, заботится об удобствах окружающих, проявляет уважение к их труду. Разъяснение детям нравственного значения этих правил вызывает интерес к ним, желание их выполнять, формирует нравственные мотивы поведения.



В детском саду детей приучают мыть руки после прогулки, после пользования туалетом. Но те дети, от которых дома этого не требуют, обычно нуждаются в напоминаниях. Обязательными должны быть полоскание детьми рта после еды, чистка зубов (перед сном). Эта привычка, воспитанная в детстве, помогает сохранить зубы в хорошем состоянии на долгие годы.

Часто можно видеть, как родители, заметив, что ребенок выглядит неряшливо, сразу же принимаются заправлять выбившуюся рубашку, застегивать пуговицы и т.п. И очень редко можно услышать, как папа или мама говорит: «Посмотри на себя, как ты неряшливо выглядишь! Приведи себя в порядок». В первом случае у ребенка создается представление, что за его аккуратность, опрятность ответственность несут взрослые и, если что не так, они все исправят. Во втором – ребенок чувствует, что, если он выглядит неряшливым, это неприятно окружающим и следить за своим внешним видом он должен сам. Только при таком отношении со стороны взрослых у ребенка можно выработать привычку к аккуратности.

Щетки для одежды, обуви нужно хранить в доступном для ребенка месте и научить его правильно действовать ими. Для того чтобы ребенок никогда не пользовался чужими расческами, необходимо, чтобы у каждого в семье была своя расческа. Научите ребенка регулярно мыть ее щеткой с мылом.



Трудно приучить ребенка пользоваться носовым платком, если у него не всегда есть чистый платок и он привык обходиться без него. Поэтому не забывайте давать его ребенку или напоминайте, чтобы он сам доставал чистый платок. Привлекайте сына (дочь) к стирке и глажению его носовых платков.

Не забывайте похвалить ребенка за опрятность, подчеркнуть, что он выглядит красиво и всем приятно на него смотреть. Не спешите, заметив погрешность в costume ребенка, устранять ее, лучше предложите ему подойти к зеркалу и посмотреть, все ли у него в порядке.

Многие правила культурной еды продиктованы заботой о здоровье человека. Так, считается неприличным есть на улице. Но есть на улице в первую очередь не гигиенично, вредно для пищеварения. Неприлично говорить с полным ртом. Это делать также и опасно – можно подавиться.

Не принято резать рыбу ножом. И это вовсе не придуманная кем-то условность: пользуясь ножом можно разрезать мелкие кости и, не заметив их, проглотить. Надавливая на кусок рыбы вилкой, мы чувствуем сопротивление мелких костей, можем их обнаружить и удалить.

Приучайте ребенка правильно пользоваться вилкой, не бойтесь давать ему нож (конечно не слишком острый, с тупым концом). Пусть ребенок привыкает есть, держа вилку в левой, а нож в правой руке. Этот навык легко формируется в детстве и закрепляется на всю жизнь.



Таким образом, наша задача не только приучить детей выполнять те или иные правила поведения, не только обучить их хорошим манерам, но и воспитать у них внутреннюю красоту, чтобы дети поступали должным образом в силу уважительного отношения к людям.

Программой воспитания в детском саду предусматривается воспитание у детей пятого года жизни следующих умений и навыков:

- 1) Поддерживать чистоту тела, одежды, следить за прической;
- 2) Аккуратно, красиво есть, правильно пользоваться столовыми приборами;
- 3) Приветливо здороваться и прощаться, благодарить, быть внимательным и предупредительным, оказывать посильную помощь взрослым и детям в детском саду, дома, в общественных местах;
- 4) Говорить спокойным тоном, членораздельно, при разговоре смотреть на собеседника;
- 5) Выполнять любое дело аккуратно, доводить до конца, бережно относиться к вещам.

Эти умения могут быть сформированы у ребенка и перейдут в привычку только в том случае, если все окружающие взрослые будут предъявлять у нему единые требования. Маленькие дети очень восприимчивы, склонны к подражанию, они легко овладевают различными действиями. Но чтобы эти действия закрепились, стали привычными, нужно время. Взрослые напоминают ребенку о необходимости соблюдения правил культурного поведения, требуют их выполнения, и ребенок, постоянно упражняясь, приобретает полезные привычки. Со временем у него появится потребность выполнять эти правила и тогда, когда нет контроля со стороны старших. Приучить ребенка выполнять правила гигиены – значит оградить его организм от многих инфекционных заболеваний. Ребенок должен твердо усвоить, что нельзя за стол садиться с невымытыми руками, нельзя есть невымытые фрукты, ягоды.

Напоминайте ребенку, что пищу нужно брать понемногу, тогда ее легко пережевывать, что сидеть с набитым до отказа ртом, из которого вываливается не помещившаяся еда, очень некрасиво и соседям по столу это видеть неприятно.

Если вы хотите приучить ребенка пользоваться салфеткой, не забывайте ставить салфетки на стол.

Если ребенок выходит из-за стола не поблагодарив, напомните ему об этом.

Напоминайте также о необходимости благодарить взрослых и детей за оказанную помощь, проявленное к нему внимание.

Дети среднего дошкольного возраста обычно не забывают здороваться, приходя в детский сад, и прощаться, уходя домой. Но и об этом иногда приходится напоминать. Вежливость, внимание к человеку требуют, чтобы, прощаясь, здороваясь, дошкольник называл имя и отчество того, к кому он обращается (воспитателю, няне), чтобы смотрел при этом в лицо. Хорошо, если в семье принято желать родным и соседям доброго утра, спокойной ночи. Взрослые должны подавать в этом пример.



**Успехов вам
родители
по формированию
КГН у ваших детей!**