

# ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРНО- ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ



Подготовила  
воспитатель:  
Щелкунова А.Н.

◎ **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.



**Навык** – автоматизированный компонент сознательного действия, возникающий в результате многократного повторения. Другими словами, навык не сразу становится автоматизированным, а складывается в результате многократных повторов.



# ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ НАЧИНАЕТСЯ ЕЩЁ ДО ПОСТУПЛЕНИЯ РЕБЁНКА В ДЕТСКИЙ САД, В СЕМЕЙНОМ КРУГУ

**Самообслуживание включает в себя  
следующее:**

освоение навыков приема пищи;  
одевание и раздевание;  
гигиена тела и опрятность.



# НАЧИНАТЬ УЧИТЬ РЕБЕНКА БЫТЬ АККУРАТНЫМ И САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ НУЖНО С ПЕРВЫХ МЕСЯЦЕВ ЖИЗНИ.

Сначала главную роль в этом играет, безусловно, играет взрослый, но на протяжении роста и развития ребенка его роль существенно меняется.



- Ребенку первых месяцев жизни для комфортного существования требуется быть сухим, чистым и сытым. Задача взрослого обеспечить ему всё это (не держать ребенка мокрым, давать сосать соску не менее 20 минут).
- С третьего месяца жизни лицо, шею и руки по утрам обмывать водой комнатной температуры.
- К четырем месяцам при кормлении из бутылочки , держать её на таком расстоянии, чтобы ребенок мог взять бутылочку, протянув руки.
- К пяти месяцам приучайте ребенка кушать полугустую и густую пищу, учитывая следующие *моменты*:
  - - берите в ложку немного пищи (1/3 ложки без горки);
  - - кормите медленно, не торопитесь;
  - - не вкладывайте ложку в рот, если губы закрыты;
  - - называйте свои действия;
  - - вытирайте рот салфеткой.

К шести месяцам приучайте ребенка пить из чашки жидкую пищу. С того дня, как ребенок начал хорошо сидеть, начинайте приучать к горшку. Обязательно должна быть проведена *предварительная работа*:

- заранее покажите горшок;
- горшок должен быть сухим, чистым и теплым, подходить по размеру;
- не следует держать на горшке слишком долго (3-4 минуты);
- в случае положительного результата - похвалите ребенка.

## СИГНАЛОМ К ВЫСАЖИВАНИЮ МОЖЕТ БЫТЬ БЕСПОКОЙНОЕ ПОВЕДЕНИЕ МАЛЫША, ЗАТОРМАЖИВАНИЕ ДВИЖЕНИЙ, МЫШЕЧНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ.

- обязательно высаживайте перед сном, прогулкой, после сна (если проснулся сухой);
- не высаживайте на горшок, если ребенок уже мокрый;
- не высаживайте ночью, если малыш спит спокойно;
- если что-то беспокоит ребенка – поднять с горшка.



К семи месяцам мойте мылом руки перед едой и после пользования горшком.

К восемью месяцам слегка, придерживая чашку двумя руками, давайте ребенку пить.

К году приучайте ребенка самостоятельно кушать ложкой.

В год - год и три месяца ребенок проявляет интерес к самостоятельной еде ложкой. Главное не упустить этот момент, иначе в 2 года вы скажите; «Ты уже большой и должен кушать сам.», а ребенок в ответ может отказываться, капризничать.

В 1г. 3 м. - 1г. 6м. ребенок активно «помогает» взрослому при одевании и раздевании: подает руку, чтобы надеть варежку, поднимает голову при надевании платка, шапки, подает свои вещи.

К двум годам побуждайте ребенка поднимать руки, когда одеваете платье, свитер; просовывать ноги в колготки, носки, которые придерживает взрослый. Учить малыша самостоятельно снимать некоторые предметы одежды, даже если он делает пока э то неумело.

Ребенок третьего года жизни – это существо, постоянно рвущееся к самостоятельности, но практически во всем зависит от взрослого. Для того, чтобы избежать проблем в период «Я сам» нужно предоставить как можно больше свободы ребенку, обучив его быть свободным от взрослого.

В этом возрасте малыши уже умеют:

- есть густую и жидкую пищу и пить из чашки;
- частично одеваться и раздеваться:
- расстегивать пуговицы, молнии, застёжки;
- мыть руки, пользоваться полотенцем;
- проситься или показывать жестом, что хочет в туалет.

# ВАЖНО ПОМНИТЬ, ЧТО ФОРМИРОВАНИЕ ЛЮБОГО ИЗ НАВЫКОВ ТРЕБУЕТ СЕРЬЕЗНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОЙ РАБОТЫ, ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КОСВЕННЫХ ПРИЕМОВ ОБУЧЕНИЯ.

## Умение мыть руки и умываться:

игры с водой:

переливание воды из одной емкости в другую;

пускание уточек, корабликов, рыбок:

(Рыбки весело играют,  
то от Вани отплывают,  
то к Ванюше подплывают,  
не поймать мне их в воде.)

## Обучение.

При обучении умыванию и мытью рук учитывайте следующие моменты:

Удобно ли ребенку стоять у раковины;

Не велик ли кусок мыла для детских ладоней;

Комфортная ли температура воды;

Учитывайте желание и настроение ребенка.



- Закрепляйте приобретенные навыки в дидактических играх с куклой (умывание куклы, купание).
- При обучении данному навыку не следует использовать стихи, потешки, а вот когда ребенок самостоятельно уже умывается (навык сформирован), данные художественные произведения сделают это занятие интереснее, приятнее (потешки «водичка - водичка», «тонет не тонет», ).



# Алгоритм одевания на прогулку



**НОСКИ → БРЮКИ → САПОГИ → КОФТА**



**ШАПКА → ПАЛЬТО → ШАРФ → ВАРЕЖКИ**

# Алгоритм умывания



**ЗАКАТЫВАЕМ  
РУКАВА**



**ОТКРЫВАЕМ  
КРАН**



**МОЕМ РУКИ  
С МЫЛОМ**



**ЗАКРЫВАЕМ  
КРАН**



**ВЫТИРАЕМ  
РУКИ**



**ОПУСКАЕМ  
РУКАВА**

**Спасибо за внимание!**

