

# Воспитание у детей культурно-гигиенических навыков.



С раннего детства нужно прививать ребёнку навыки, которые в последствии превратятся в привычку культурного поведения. Если ребёнка постоянно приучают к определённым действиям, связанным с заботой о его чистоте, здоровье, у него легко выработать привычку следить за чистотой своего лица, рук, тела, одежды, предметов домашнего обихода, игрушек.

Приобретённые в детстве гигиенические навыки становятся второй натурой человека, потребностью к чистоте. Чтобы приучить ребёнка к чистоплотности, надо, чтобы все гигиенические процедуры доставляли ему удовольствие. Часто матери жалуются, что ребёнок не любит купания. Если ребёнка выкупали в холодной или горячей воде или ему попало в глаза мыло, или его внезапно облили большой струёй воды - он станет бояться купания. Потребность в чистоте подкрепляется теми приятными ощущениями, которые даёт купание в тёплой воде, сопровождаемое ласковым, внимательным отношением взрослого к ребёнку.

Используйте во время купания народные потешки:

Ай, лады, лады,  
не боимся мы воды.

Чисто умываемся,  
Маме улыбаемся.

\* \* \*

С гуся вода, с лебедя вода,  
с Димочки вся удоба.  
Вода текучая, тело растущее.

У ребёнка старше 2 лет должно быть отдельное небольшое полотенце, которое он может сам повесить на низко прибитый крючок . В доступном для ребёнка месте должны также храниться салфетка или нагрудник . Это вырабатывает у ребёнка привычку к порядку. Умывание надо проводить таким образом, чтобы не причинять малышу неприятных ощущений. Иногда взрослые плохо засучивают рукава, и вода заливается в них, или вода слишком холодная - всё это создаст у ребёнка отрицательное отношение к умыванию.

С 2 лет ребёнок уже может сам умыться, научите его намыливать руки, где надо лучше потереть, как пользоваться щеткой для рук,- это вызовет интерес к умыванию. Если ребёнка ежедневно умывать утром и вечером перед сном, мыть руки перед едой, и он перед обедом сам побежит мыть руки.

Необходимо с раннего возраста приучать детей подстригать ногти, причёсывать волосы. Если всё это делается, то у ребёнка образуется привычка, и он сам будет требовать, чтобы его причесали, подстригли ему ногти.

Со 2-го года ребёнка приучают пользоваться носовым платком.

Приучайте ребёнка к опрятности, надевайте ему передник, чтобы не пачкалось платье. Перед сном



ребёнок должен аккуратно складывать свою одежду на стул, никогда не влезать в одежду и обуви на кровать. Следите за тем, чтобы ребёнок, приходя с улицы, самостоятельно вытирал ноги, снимал обувь и верхнюю одежду. Он должен сам повесить одежду на вешалку.

Для закрепления навыков чистоплотности и аккуратности необходимо, чтобы эти навыки подкреплялись примером взрослых. Родители должны приучать детей, есть только чистыми руками. К сожалению, ещё можно видеть, как взрослые, гуляя с ребёнком, покупают ему на улице яблоко и ребёнок тут же ест. Надо с первых лет жизни приучать ребёнка есть только мытые фрукты и овощи. У ребёнка 2-3 лет можно выработать этот стойкий навык, если старшие последовательны и сами никогда не едят фруктов, только что купленных на улице или в магазине, и никогда не дают их детям.

Мы говорили, что гигиенические навыки тесно связаны с культурными навыками. Ребёнок должен приучаться есть аккуратно, не пачкать скатерть, не бросать ничего на пол, вытирать рот и руки салфеткой, благодарить взрослых.

Чистота и порядок в комнате являются необходимым условием здоровья и хорошего настроения живущих в ней людей. На 2-м году жизни ребёнок уже хорошо запоминает расположение предметов в комнате, у него есть потребность видеть всё на привычном месте.

Вы хотите, чтобы ребёнок вырос здоровым и культурным человеком, поэтому отнеситесь серьёзно и вдумчиво к его воспитанию.

