



## Памятка для родителей:

### «Формирование культурно — гигиенических навыков у детей младшего возраста».

Подготовила: воспитатель I группы раннего возраста  
«Земляничка» Антонова С.Ю.

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 оставлять на потом, т.к. период раннего возраста наиболее благоприятный для **формирования культурно-гигиенических навыков**. Затем на их основе строится развитие других функций и качеств.

Задачи работы по **формированию кги** :

- Учить самостоятельно умываться.
- Пользоваться туалетом.
- Воспитывать желание быть аккуратным, замечать неполадки в своём виде.
- Активизировать речь **детей**, используя слова, обозначающие выполняемые действия, а так же используем художественное слово.
- **Формировать умения и навыки опрятности**; положительного отношения к сверстникам.
- **Культуры** поведения в коллективе; скромности, вежливости, сдержанности.

Однако, одним из важнейших условий, необходимых для успешного воспитания самостоятельности, является единство требований со стороны воспитателей и **родителей**. Обязанность **родителей** - постоянно закреплять **гигиенические навыки**, воспитываемые у ребёнка в детском саду. Важно, чтобы взрослые подавали ребёнку пример, сами всегда их соблюдали. Поэтому просто необходимо, чтоб правила и требования в детском саду не отличались от правил и требований дома.

### **Ребёнок за столом.**

- Приучать **детей** правильно сидеть за столом, аккуратно есть, тщательно и бесшумно пережёвывать пищу.
- Уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой.
- Учить, что, чем и как едят (*хлеб, котлета, суп, салат, запеканка*).

## Навыки культуры еды включают умение:

1. Держать ложку.
2. Не крошить хлеб.
3. Не разговаривать за столом; не крутиться, не играть.
4. Благодарить.
5. Пользоваться салфеткой.



## Учим умываться.

- Обучать детей, не обливаясь, с помощью взрослого мыть лицо и руки.
- Самостоятельно вытирать их только своим полотенцем и знать его место.
- Использовать процесс умывания для развития речи и ориентировки в пространстве.

Приступая к гигиенической процедуре, проговаривать с детьми весь процесс:

- Завернуть рукава одежды.
- Поднести руки под струю воды.
- Намылить ладони до образования пены.
- Потереть ими друг о друга.
- Смыть мыло под струёй воды.
- Снять полотенце.
- Насухо вытереть лицо и руки (*называют части тела и лица, которые вытирают*).
- Аккуратно повесить полотенце в свою ячейку.

Все действия следует сопровождать оживлённым разговором, а также использовать целый ряд педагогических приёмов с учётом возраста детей: прямое обучение, показ, упражнения с выполнением действий, в процессе игр.

## «Как научить ребенка мыть руки?»

1. Маленькие дети очень любят подражать взрослым, и такое их поведение можно с успехом использовать для обучения. Вовлекайте малыша в процесс, показывайте, как моете **руки вы**, как намыливаете их и как ополаскиваете под струёй воды.

Комментируйте свои действия, предлагайте использовать на выбор различное мыло – в кусочках, жидкое или даже мыло собственного изготовления. Пусть малыш поможет **помыть руки Вам**, а потом самостоятельно помое свои.

2. Имитация игры – очень действенный способ приучить **ребёнка к чему-либо**, в том числе и к **мытью рук**. Поиграйте с ним в дочки-матери: приготовьте обед и отправьте его **помыть перед едой руки** и лицо любимой кукле.

3. Можно предложить малышу поиграть в интересную игру – «*мыльные перчатки*». В начале этой игры пусть **ребёнок** сам выберет понравившееся мыло,

затем потрогает водичку и наденет белые мыльные перчатки на **руки**. Для этого необходимо будет тщательно намылить каждый пальчик. Когда «перчатки» полностью надеты, пусть малыш самостоятельно «снимет» их – смоев мыло под струёй воды. После этого ручки следует хорошенько вытереть. В игровой форме навыки формируются гораздо быстрее.

4. Дети более охотно приучаются **мыть руки**, если **родители** приобретают им индивидуальные предметы гигиены. Например, набор полотенец и мыльных принадлежностей с любимыми героями мультфильмов.

5. Многие **родители** используют в целях обучения мультфильмы, в которых рассказывается о детях-грязнулях, которые не хотели умываться и **мыть руки**. Вспомните хотя бы старые добрые мультики «Мойдодыр» и «Королева Зубная щётка». Существуют и современные обучающие мультики, которые объясняют, почему необходимо поступать так, а не иначе. Такие примеры наилучшим образом воздействуют на **ребёнка** и прививают любовь к чистоте и порядку.

6. Чтобы малыш быстрее **научился мыть руки**, не лишне использовать наглядную агитацию – плакаты с картинками процесса. Их можно временно разместить в ванной комнате и обращать внимание **ребёнка** на рисунки каждый раз, когда он заходит в это помещение.

Обучая **ребёнка мыть руки**, следует помнить некоторые правила.

1. Создайте ему комфортные условия для **мытья рук**. Если **ребёнок** не достаёт до умывальника, приобретите специальную подставку или приставьте обычный детский стульчик.

2. Проверяйте и регулируйте температуру воды, чтобы малыш не обжёгся и не испытывал неприятных ощущений от слишком холодной воды.

3. Закатывайте **ребёнку рукава на одежде**, чтобы он не намочил их.

### Обязательные правила:

- руки моем после туалета, перед столовой и по мере загрязнения;
- после еды вымыть губы.

### **Навыки мытья рук и умывания включают умение:**

1. закатать рукава;
2. смочить руки;
3. взять мыло, намыливать до появления пены;
4. мыть руки;
5. смыть мыло;
6. умыть лицо;
7. сухо вытереть руки, лицо, аккуратно повесить полотенце в свою ячейку.

## Учимся одеваться.

Основные правила одевания и раздевания:

- научить **детей** самостоятельно снимать одежду и обувь;
- научить расстёгивать пуговицы спереди;
- знать порядок раздевания и одевания;
- уметь аккуратно складывать снятую одежду;
- самостоятельно надевать на себя одежду и обувь в нужном порядке.

### Формирование правил поведения:

- Начав раздеваться, не отвлекаться игрой;
- Аккуратно убирать одежду. Одновременно знакомить **детей** с различными свойствами и качествами предметов одежды, названиями действий, упражнять в правильном употреблении глаголов «надеть», «одеть», «обуть» и т. д.
- Во время всего процесса одевания или раздевания побуждайте **детей к самостоятельности.**

**Навыки** снятия и надевания одежды в определенном порядке включают умение:

1. Расстегнуть пуговицы.
2. Снять платье (*брюки*).
3. Аккуратно повесить.
4. Снять обувь.
5. Снять колготки, носки.
6. Надеть в обратной последовательности.



### **Учим пользоваться расчёской.**

- Знать свою расчёску и место, где она лежит.
- Показать функциональное назначение расчёски и **формировать навык её использования.**
- Учить спокойно относиться к процедуре причёсывания, повторять её по мере надобности.
- Позволять ребёнку проявлять самостоятельность, исходя из его желания («Я сам!»).
- Переносить **навык** использования расчёски в игровую ситуацию (с куклой, повторяя знакомое действие в сюжетно-ролевой игре).
- Исключить возможность пользования чужой расчёской.

### **Учим пользоваться носовым платком.**

- Знать назначение носового платка. Не использовать его как предмет игры.

- Спокойно относиться к процедуре использования платка по назначению.
- Находить носовой платок в кармане платья, кофты, рубашки и т. д.
- Самостоятельно доставать платок из кармана и вытирать самому нос (*в случае необходимости обращаться за помощью*).
- Постепенно **формировать** умение разворачивать и сворачивать платок, аккуратно класть его в карман.
- Обращать внимание на чистоту носового платка!

#### Правила поведения в туалете:

- Прививать элементарные **культурно-гигиенические навыки** при пользовании туалетом: пользоваться туалетной бумагой, мыть руки после посещения туалета;
- Пользоваться туалетом: умение проситься в туалет, умение пользоваться крышкой и сиденьем, сливать воду после посещения туалета.