

## Семинар «Формирование гигиенических навыков и привычек ребенка 1,5 – 2 лет»

Горлова И.Ю.

Важным условием для формирования гигиенических навыков является систематичность необходимых операций. Так, ребенок привыкает, что перед едой ему обязательно моют руки, надевают нагрудничек и т.д. Взрослый предоставляет ребенку самостоятельность там, где он что-то может сделать сам. Наряду с этим каждый ребенок постоянно нуждается в поощрении и помощи. В начале второго года жизни ребенок должен уметь есть самостоятельно, пользуясь ложкой, есть хлеб с первым блюдом, вытирать рот салфеткой.

В 1,5-2 года ребенок почти все может снять с себя, сложить и большую часть одежды надеть. В значительной степени дети сами умываются, вытираются.

На втором году жизни ребенку необходимо систематически прививать навыки культуры поведения: спокойно сидеть за столом, тихо разговаривать при укладывании спать, благодарить за оказанную помощь.

На третьем году жизни малыш не только более самостоятельно может одеваться, раздеваться и т. д., но и знает определенный порядок действий, входящих в каждый процесс, приемы их выполнения. Для этого необходимо поместить картинку - схему последовательного процесса умывания или раздевания на стене в ванной или детской комнаты.

Для первоначальных действий ребенка существенное значение имеет запоминание места для отдельных вещей, своего места за столом и т. п. В особенности это важно, когда ребенок приходит в детский сад из дома. В таких случаях взрослый вместе с малышом выбирает метку (картинку) на шкафчике, рассматривает ее, предлагает запомнить ее расположение.

Дети отличаются большой подражательностью, поэтому взрослому нужно неоднократно показывать, как выполнять новое действие, сопровождая показ пояснениями, чтобы выделить наиболее существенные моменты данного действия, последовательность отдельных операций.

Начиная со второго года жизни с этой целью с детьми проводятся специальные дидактические игры, используются игровые приемы и фольклор (прибаутки, короткие стихи).

Дети третьего года жизни все действия выполняют быстрее. В этот период нужно чаще приучать детей к взаимопомощи, поручать им несложные задания, которые готовят их к дежурствам. Помощь взрослого выражается меньше в действиях, больше в постоянном контроле, словесных указаниях, поощрениях.

К четвертому году жизни дети должны уметь правильно мыть руки (намылить кисть круговым движением, смыть мыло и вытереть каждый палец), чистить зубы (вначале просто влажной щеткой, а с 4 лет порошком или специально предназначенной для детей пастой), полоскать рот после обеда, пользоваться носовым платком, соблюдать правила культурного поведения за столом (пользоваться ложкой, вилкой, не проливать пищу на стол, благодарить за обед). Дети приучаются бережно обращаться с игрушками, поддерживать и чистоту и порядок в игровом уголке.

Для привития культурно-гигиенических навыков применяются показ, пример, объяснение, пояснение, поощрение, беседы, упражнения в действиях. Содержание культурно-гигиенических навыков прочно и глубоко осваивается детьми прежде всего в самостоятельной деятельности, в процессе обучения, в дидактических играх и игровых ситуациях.

В воспитании культурно-гигиенических навыков важно единство требований между родителями в семье и между сотрудниками детского учреждения и семьей. Поэтому необходимо выработать общие критерии в оценке отдельных действий, установить общий порядок выполнения этих действий, четко определить места расположения вещей, игрушек, порядок их уборки и хранения. И, главное, чтобы ребенок чувствовал внимание и поддержку взрослых при формировании культурно-гигиенических навыков, которые нуждаются в постоянном закреплении.

Рекомендации для родителей

Как прививать малышам полезные привычки и навыки самообслуживания

1. Учитывая, что навыки у детей только формируются, старайтесь облегчить ребенку выполнение действий и предупредить нежелательные формы поведения.
2. Хвалите малыша за все. Пусть он будет уверен в том, что он «самый-самый». Необходимо постоянное одобрение малейших проявлений самостоятельности у детей.
3. Не бойтесь перехвалить своего ребенка. Если похвала оправдана, она пойдет только на пользу.
4. Не забывайте о возможностях ребенка. Важно - любой, даже маленький труд должен приносить малышу удовлетворение.
5. Прививайте детям навыки самообслуживания с учетом возрастных особенностей.

Помните:

- все навыки формируются постепенно;
- лучший пример для подражания - взрослый;
- у малыша есть свои вкусы и привычки;
- в игре обучение проходит легче.

Избегайте:

- необоснованного поторапливания и одергивания детей;
- публичного осуждения малыша за неумения;
- излишнего заигрывания и развлечения во время еды, умывания и т.д.;
- затягивания по времени процесса еды, одевания и т.п.

Для закрепления навыков рекомендуется использовать художественное слово, инсценировки игровых ситуаций:

Потешки

«Водичка Зайчики пушистые»  
Водичка, водичка, ушки мыли?  
Умой мое личико, лапки мыли?  
Чтобы глазки блестели, хвостик мыли?  
Чтобы щечки горели,  
Все помыли-  
Чтоб смеялся роток!  
И кусался зубок!  
И теперь мы чистые,  
Зайчики пушистые!

«Чисто умываемся Петушок»  
Ой, лады-лады-лады, Петушок, петушок,  
Не боимся мы воды, Подари свой гребешок.  
Чисто умываемся, Ну пожалуйста, прошу-  
Маме улыбаемся Я кудряшки причешу  
«Зайка»  
Зайка серый умывается