Консультация для воспитателей.

Культурно - гигиенические навыки в раннем возрасте

Курылева Марина Николаевна,

 воспитатель первой категории

МДОУ«Детский сад №3 «Капелька»

 г.Вольска Саратовской области»

Гигиеническая культура столь же важна для человека, как и умение разговаривать, писать, читать. Уход за собой дарит человеку прекрасные ощущения чистоты, здоровья: каждая клеточка организма начинает жить в оптимальном режиме, не огорчая её владельца. Сколько радости доставляет человеку ощущение и наслаждение работающего организма.

Именно на третьем году жизни закладывается фундамент гигиенической культуры: ребёнок уже многое понимает. Не использовать данное свойство просто недопустимо.

С чего начать решение этой трудной задачи? С формирования у ребёнка доброго, заботливого отношения к своему телу. Важно, чтобы малыш усвоил, что в его теле нет органов, отделов ненужных, некрасивых, что обо всех частях тела надо одинаково постоянно заботиться и в первую очередь содержать в чистоте. Приучать надо ребёнка к гигиеническому индивидуализму: своя расчёска, своя постель, свой горшок, свой носовой платок, своё полотенце, своя зубная щётка. И не потому, что жаль поделиться, а наоборот, чтобы не причинять ненароком беды ни себе, ни другому. Каждый из нас индивидуален не только цветом глаз, волос, но и обитающими в нас микроорганизмами: запахами, следами деятельности желёз и других органов. Ведь недаром перечисленные выше предметы называют во всём мире предметами личной гигиены. А определить их круг довольно просто: всё что требуется для обслуживания своего организма, ухода за ним, содержания, должно быть личным. Вот с этой целью и маркируются они в детском саду. Только маркировка должна быть удобной и детям и взрослым. Для малышей это яркие цветные картинки наклейки.

В первое время пребывания малыша в детском саду нужно познакомить с «его» картинками и предметами, объяснить их назначение. Знакомство малыша с умывальной комнатой лучше провести в присутствии его мамы. Показать ребёнку полотенцу, вешалку для него, красивые мыльницы. Пусть он вымоет руки, потрогает поленце.

Но не только чистота и привлекательность умывальных принадлежностей будет завесить отношение малыша к различным гигиеническим процедурам. Важно помнить, что дети тяжело переживают любой физический дискомфорт. Поэтому: будьте внимательны в отношении температуры воды. Для каждого ребёнка она индивидуальна и то, что нравиться одному другому может доставлять неприятные ощущения; следите и ухаживайте за кожей малыша, не настаивайте на проведении таких процедур, которых дети бояться (мытьё лица с мылом и т.д.) Грязные щёки можно вначале протереть влажной салфеткой, а затем, не допуская слёз малыша, подвести к мытью лица. Обязательно за тем, чтобы кожа рук у вас была гладкой, мягкой и сухой и не причиняла малышу беспокойства. Прикосновения ваших рук должны бать мягкими и приятными для ребёнка. Вещи, окружающие малыша в детском саду, могут не только радовать его, но и пугать. Испугавшись однажды малыш будет всячески избегать находиться в комнате со «страшными» предметами (например, унитаз). Помогите ребёнку освоиться в незнакомой обстановке и привыкнуть к ней. На этом этапе достаточно, чтобы ребёнок знал места хранения предметов личной гигиены, умел находить эти предметы и отличать от других и понял, что пользоваться нужно только своим. Обстановка в туалетной комнате должна быть удобной для малышей (туалетная бумага в том месте, где дети обычно сидят на горшках, расчёски возле зеркала, полотенце недалеко от умывальных раковин и т.п) Нужно приучать детей самостоятельно (с помощью взрослого) мыть руки перед едой, после прогулки, насухо вытирать лицо и руки полотенцем, вытирать нос, пользоваться индивидуальными предметами, вытирать ноги у входа, опрятно есть, тщательно пережёвывать пищу, держать ложку в правой руке, пользоваться салфеткой. Причёсываться и умываться после сна и главное всё самостоятельно в индивидуальном темпе в благоприятных условиях. При такой организации распорядка дня создаются прекрасные отношения педагога с детьми.

Список испоьзованных источников

1. <http://www.vmest.ru/nuda/imenno-na-treteem-godu-jizni-zakladivaetsya-fundament-gigienic/main.html>

2. <https://multiurok.ru/files/proiekt-nado-nado-umyvat-sia.html>

3. http://www.fizkultika.ru/lichnaya-gigiena-i-zdorovee.html