

Как помочь малышу освоить гигиеническую культуру человека?

Рекомендации для родителей

Воспитатели: Галкина Ю. И.

Самое главное для
приобретения
гигиенических навыков —
это пример родителей.



РОДИТЕЛИ И ВОСПИТАТЕЛИ —
два берега одной реки

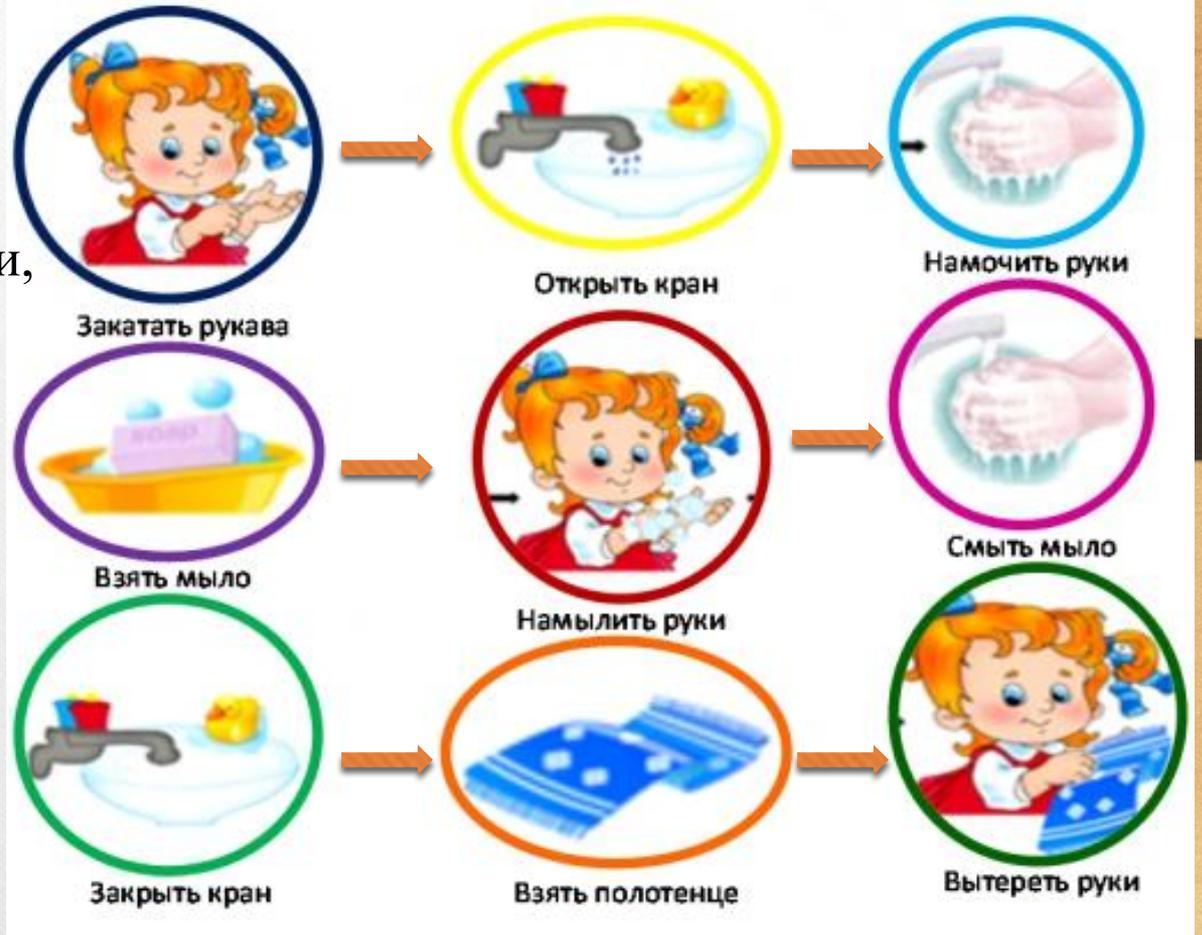


Очень важно чтобы воспитатели и
родители были едины в своих
требованиях.

Алгоритм умывания

Водичка, водичка,
Умой мое личико,
Чтобы щечки покраснели,
Чтоб смеялся роток,
Чтоб кусался зубок.

Ай, лады, лады,
Не боимся мы воды,
Чисто умываемся,
Маше улыбаемся.



Как научить ребенка чистить зубы

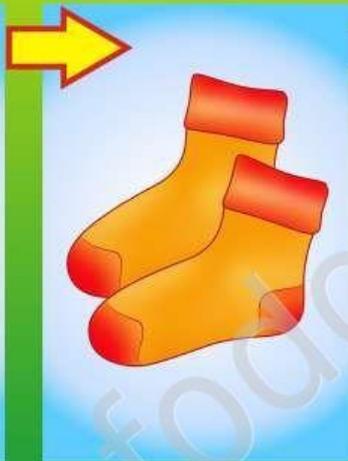
Родители показывайте, как правильно пользоваться зубной щеткой. При этом важно не только научить хорошо и правильно чистить зубы, но и полоскать рот. *Сначала научите малыша в игровой форме удерживать и выплевывать воду, «пускать пузыри».*

Доверить самостоятельное использование зубной пасты можно, когда маленький человечек прочно отработает навык полоскания рта без заглатывания воды.





Алгоритм одевания зимней одежды

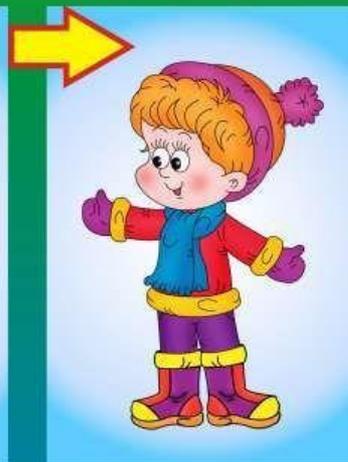


КОЛГОТКИ

НОСКИ

футболка

ШТАНЫ



кофта

сапоги

куртка

**шапка и
шарф**

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ



Не говори ты с полным ртом,
Еду жуй очень тщательно
И не забудь сказать потом
"Спасибо" обязательно!



Не упираться в стол локтями
И спину ты ровней держи,
Еду не надо брать руками —
Есть ложки, вилки и ножи!

★ **Поглядите-ка, друзья,
Как себя вести нельзя!
Баловство любых ребят
Превращает в поросят!**



Ешь спокойно всегда, не крутись,
Не толкай тех, кто рядом, локтями,
Хочешь что-то достать — не тянись,
Попроси, чтоб тебе передали!



★ Пользуйся салфеткой,
На стуле не качайся
И низко над тарелкой
Своею не склоняйся!



Ешь внимательно, опрятно,
Не спеши и аккуратно,
Рот едой не набивай
И кусочки не роняй!



★ Большие куски в рот не следует брать —
Их надо на части всегда разделять!
Старайся посуду свою не разбить,
А то, что в стакане — на стол не пролить!

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ХОЧЕТ УБИРАТЬ ЗА СОБОЙ ИГРУШКИ?

- Будьте примером для ребенка, убирайте за собой вещи.
- Убирайте игрушки вместе с малышом.
- Убирая игрушки, разговаривайте с ребенком, объясняйте ему смысл происходящего.
- Формируйте просьбу убрать игрушки доброжелательно. Не приказывайте.
- Используйте маркировку, схемы на коробках и ящиках для игрушек.
- Учитывайте возраст и возможности ребенка.
- Придумайте интересную игру, чтобы уборка стала желанной для малыша.
- Сделайте уборку игрушек ритуалом перед укладыванием ребенка спать



ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ

- К концу третьего года дети должны уметь самостоятельно или с небольшой помощью взрослых мыть руки перед едой, после загрязнения и насухо вытирать полотенцем;
- Пользоваться индивидуальными предметами (полотенцем, носовым платком, горшком);
- вытирать ноги у входа;
- Опрятно есть, тщательно пережевывать пищу, держать ложку в правой руке, пользоваться салфеткой.



ВОСПИТАНИЕ НАВЫКОВ КУЛЬТУРНОГО ПОВЕДЕНИЯ

- К концу третьего года дети должны уметь здороваться и прощаться со взрослыми, сверстниками, употреблять слова, выражающие просьбу, благодарность (*спасибо, пожалуйста*).
- Воспитывать умение выполнять элементарные правила культурного поведения на улице и в помещении; не топтать зеленые насаждения, бросать мусор в предназначенные для этого места; аккуратно пользоваться туалетом, умывальниками; не выходить из-за стола, не окончив еды, не кричать, не мешать другим детям во время игр, за столом, в спальне, при одевании и раздевании.
- Воспитывать бережное отношение к вещам и игрушкам.
- Учить детей называть по имени и отчеству своих воспитателей, няню, свое имя, фамилию.