



## Воспитание культурно – гигиенических навыков у детей

Подготовила воспитатель Соляник Е.Г.

### Памятка для родителей

- Старайтесь поддерживать стремление к самостоятельности ребенка.
- Поощряйте, хвалите своего ребенка даже за небольшие достижения.
- Навыки самообслуживания прививаются быстрее, если взрослый покажет и прокомментирует на примере, как, что и в каком порядке делать.
- Нельзя торопить ребёнка с выполнением какого-либо действия, надо дать ему возможность выполнять всё спокойно, самостоятельно.
- Если у малыша что-то не получается не спешите ему на помощь, пока он этого не попросит.
- Старайтесь всегда поддерживать активность и эмоциональный настрой ребенка.
- В процессе воспитания используйте потешки, стишки, личный пример.
- Старайтесь использовать игровую ситуацию.
- Всегда придерживайтесь доброжелательного эмоционального настроя.

### Ребёнок за столом

- приучать детей правильно сидеть за столом, аккуратно есть, тщательно и бесшумно пережёвывать пищу;
- учить пользоваться столовыми приборами, салфеткой;
- учить тому, что чем и как едят (хлеб, котлета, суп, салат, запеканка).

### Навыки культуры еды включают умения:

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

- Обучать детей, не обливаясь, с помощью взрослого мыть лицо и руки; самостоятельно вытирать их только своим полотенцем.
- 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;
  - насухо вытереть лицо и руки (называют части тела и лица, которые вытирают); аккуратно повесить полотенце;
  - предложить посмотреться в зеркало «Вот такой ты чистый стал и красивый!».