

Воспитание у детей КГН играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах.

Уважаемые родители!

Вы должны знать, что у ребёнка 3-4 лет должны быть сформированы культурно-гигиенические навыки (КГН) согласно его возрасту:

- ребёнок способен самостоятельно выполнять доступные возрасту гигиенические процедуры и в детском саду и дома;
- самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания;
- имеет элементарные представления о необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни в детском саду и дома;
- умеет замечать беспорядок в одежде и устранять его при небольшой помощи взрослых;
- ребёнок с желанием и интересом принимает участие в играх, направленных на формирование культурно-гигиенических навыков.

В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной

гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались.

Именно в дошкольном возрасте очень важно воспитать у ребенка привычку к чистоте, аккуратности, порядку.

Навыки и привычки, прочно сформированные в дошкольном возрасте сохраняются на всю жизнь.

Навыки мытья рук и личной гигиены включают умение:

- ✚ Мыть лицо, уши, руки
- ✚ Закатать рукава;
- ✚ Смочить руки;
- ✚ Взять мыло, намыливать до появления пены;
- ✚ Смыть мыло;
- ✚ Сухо вытереть руки, аккуратно сложить полотенце и повесить в свою ячейку;
- ✚ Пользоваться расческой.



Навыки опрятной еды включают умение:

- ✚ Правильное пользование столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой;

- ✚ Не крошить хлеб;
- ✚ Пережевывать пищу с закрытым ртом;
- ✚ Не разговаривать с полным ртом;
- ✚ Тихо выходить по окончании еды из-за стола;
- ✚ Благодарить;
- ✚ Пользоваться только своим прибором.



Навыки снятия и надевания одежды в определенном порядке включают умение:

- ✚ Расстегнуть пуговицы;
- ✚ Снять платье (брюки);
- ✚ Аккуратно повесить;
- ✚ Снять рубашку и аккуратно её повесить на брюки;
- ✚ Снять обувь;
- ✚ Снять колготки, повесить на рубашку (платье);
- ✚ Надеть в обратной последовательности.



Советы родителям по воспитанию КГН:

- ❖ Старайтесь поддерживать стремление ребёнка к самостоятельности.
- ❖ Поощряйте, хвалите своего ребёнка даже за малейшие успехи.
- ❖ Навыки самообслуживания прививаются быстрее, если взрослый покажет и прокомментирует на пример.
- ❖ Нельзя торопить ребёнка с выполнением какого-либо действия, нужно дать ему время выполнить всё спокойно.
- ❖ Не спешите ребёнку на помощь, пока он не попросит.
- ❖ Старайтесь всегда поддерживать активность ребёнка.
- ❖ Старайтесь использовать игровую ситуацию.
- ❖ В процессе воспитания используйте потешки, стишки.

Водичка, водичка,
Умой моё личико,
Чтобы глазоньки блестели,
Чтобы щечки краснели,
Чтоб смеялся роток,
Чтоб кусался зубок.

Расти, коса, до пояса,
Не вырони ни волоса.

Расти, косынка до пят –
Все волосоньки в ряд.
Расти, коса, не путайся –
Маму, дочку, слушайся.

Чистая водичка
Моет Вове личико,
Танечке – ладошки,
А пальчики Антошке.
Махровое, душистое,
Мягкое, пушистое.
Любит воду промокать,
Где что влажно вытирать.

Теплою водою
Руки чисто мою.
Кусочек мыла я возьму
И ладошки им потру.

МБДОУ «Детский сад №2»

Воспитание культурно- гигиенических навыков



Шафоростова Е.И.