

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида «Аленький цветочек»

Консультация для родителей

«Воспитание культурно -
гигиенических навыков
дошкольника»



Подготовили:

Алла Викторовна Белоногова
воспитатель высшей категории

Ирина Сергеевна Шадрина
воспитатель высшей категории

Перегребное 2022

Как известно, с самого рождения ребенка родители ухаживают за ним, соблюдая все правила личной гигиены.

Малыш подрастает, и учится самостоятельно чистить зубки, купаться, мыть руки. Давайте поговорим о том, какие важные моменты нужно учитывать взрослым в отношении личной гигиены родного человечка, чтобы его здоровье, наряду с такими факторами, как питание, режим дня, не вызывало особых волнений у старшего поколения.

О чем говорить?

Малыш не всегда понимает, зачем надо мыть руки или умываться. Задача родителя — понятно и просто объяснить ему, почему не стоит ходить грязным. Психологи утверждают, совсем маленькому ребенку надо рассказывать не о страшных болезнях или абстрактном здоровье.

Для каждой семьи история «про грязь» своя — кто-то может рассказать, что это некрасиво, кто-то сошлется на пример взрослых, а более продвинутые родители могут простыми словами поведать о микробах. Главное — это ребенка **заинтересовать, но и не напугать**.

Дети должны обязательно видеть **положительный пример** взрослых. Мало просто рассказывать ребенку о том, например, что мыть руки полезно, или загонять ребенка в ванную после прогулки. Родители сами должны подавать положительный пример своим малышам — и идти мыть руки вместе с ними.



В гости к Мойдодыру

Маленькие дети зачастую сами желают быть самостоятельными. Поэтому, надо дать ребенку возможность делать все так же, как и взрослые. К умывальнику можно подставить скамейку, позволяющую малышу **самостоятельно дотягиваться** до крана.

Ребенку надо повесить собственное **яркое полотенце**, до которого он сможет дотянуться сам. Поможет в приучении к умыванию и специальное **детское мыло** в виде маленьких забавных фигурок с приятным запахом.

Приучать малыша умываться самостоятельно надо **постепенно**. Хорошо, если первое время ребенок может наблюдать, как папа или мама моет руки и лицо, рассказывая и показывая, как это правильно делать. Потом родитель может сам умыть ребенка и предложить ему воспользоваться полотенцем.

Следующий этап — **в присутствии взрослого** и при его помощи малыш постепенно учится правильно брать мыло, намыливать руки и смывать пену под краном.

Последний этап — **умывание лица**, во время обучения которому папе или маме надо научить малыша вовремя закрывать глаза и не бояться мыла.

Рекомендуют взрослым хвалить малыша за правильные действия и никогда не ругать, если ребенок нечаянно облился водой или уронил мыло. Пусть малыш **все делает сам** — медленно, неуклюже, но самостоятельно!

Дети любят сами открывать краны. Но, если температуру воды нельзя сделать фиксированной, родителям придется открывать и закрывать краны, чтобы малыш **случайно не обжегся**, открыв горячую воду.

В любом случае, родителям еще какое-то время **придется наблюдать** за тем, как ребенок умывается и вытирается полотенцем, помогая ему исправить возникающие ошибки.

Под душ!



Приучать ребенка к душе можно, когда он научится **уверенно стоять** на ногах. Многим детям нравятся струи воды, падающие сверху, но некоторых малышей придется приучать к душе постепенно.

Включайте душ в присутствии ребенка, предложить «поймать» воду руками, побрызгаться и вообще понять, что эта «шумная штука» — **сплошное удовольствие**. Не делайте слишком сильный напор, чтобы льющаяся вода не напугала.

Под ноги малышу лучше положить **резиновый коврик**, чтобы тот не поскользнулся. Купите яркую мягкую мочалку, детский гель для душа, шампунь для волос и купальный халат — чтобы все было **так же, как у взрослых**.

Как и при умывании, учите ребенка постепенно: намыливаться и смывать мыльную пену, включать и выключать душ, задерживать занавеску и вытираться. Процесс, который пока кажется игрой, со временем станет для ребенка **важным ритуалом**.

Чистые зубки!



Некоторые родители считают, что молочные зубы «и так выпадут», и чистить их не надо. Но это **опасное заблуждение**. Они болят также сильно, как и постоянные, а инфекция, которая селится в полости рта из-за нечищенных зубов, способна вызвать заболевание десен и перекинуться на свежевыросшие постоянные зубы.

Научить малыша **чистить зубы** не так трудно, как кажется. Когда первые зубки начинают резаться и доставляют младенцу неприятные ощущения, его можно приучить к специальным прорезывателям или «пальчиковой» зубной щетке — пластиковому колпачку с бугорками, надеваемому на палец, при помощи которого мама может массировать малышу десны.

Для самых первых зубов педиатры разработали щетку с мягкими резиновыми щетинками. А, когда зубов становится 8-12, можно купить первую [щетку с мягкой щетиной](#) и приучать малыша к ежедневной чистке зубов.

К полутора годам двигательные навыки ребенка развиты уже неплохо, и ему можно предложить **самому поддерживать** зубную щетку, повозить ей по зубам — все под присмотром родителей и во время их утреннего туалета. Лучше показывать, как правильно чистить зубы, на собственном примере — малышу приятнее делать все вместе с родителями.

Специальная детская щетка — с толстой нескользкой ручкой, которая хорошо сохраняет положение в руке малыша. Малышу нужна и специальная детская зубная паста. Вот только еще несколько лет дозировать количество зубной пасты на щетке придется родителям — малышей очень трудно **уговорить не съедать** сладкую и ароматную субстанцию.

Научите ребенка полоскать рот после чистки зубов — «пускать пузыри» и плевать водой в раковину нравится практически всем детям.

Подходя к завершению этой статьи, хочется отметить, что личная гигиена детей является одним из главных факторов полноценного воспитания подрастающего поколения. Поэтому, в совокупности с другими важными приоритетами, которые имеют отношение к вышеизложенному материалу, взрослые непременно должны уделять свое внимание вопросу, касающегося личной гигиены подрастающего поколения.