Памятка для родителей.

Формирование культурно-гигиенических навыков у детей 3-4 лет

Каждый день и каждую минуту ребёнок словно губка впитывает информацию из внешнего мира и активно вживается в окружение, стараясь во всём быть похожим на взрослых. И этот период раннего детства очень важен для ребёнка, его социализации, когда формируются культурно-гигиенические навыки и на их основе формируются функции и качества.

**Задачи:**

• учить самостоятельно умываться;

• пользоваться туалетом;

• воспитывать желание быть аккуратным, замечать неполадки в своем виде;

• активизировать речь детей, используя слова, обозначающие выполняемые действия, а также используем художественное слово;

• формировать умения и навыки опрятности; положительного отношения к сверстникам;

• культуры поведения в коллективе; скромности, вежливости, сдержанности.

Но надо заметить, что результат не заставит ждать себя при условии общих требований взрослых: дома и детском учреждении.

Обязанность родителей – постоянно закреплять гигиенические навыки, воспитываемые у ребёнка в детском саду. Важно, чтобы взрослые подавали ребёнку пример, сами всегда их соблюдали.

Поэтому просто необходимо, чтоб правила и требования в детском саду не отличались от правил и требований дома:

**а). Ребёнок за столом.**

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

Навыки культуры еды включают умение:

1. Держать ложку;

2. Не крошить хлеб;

3. Не разговаривать за столом; не крутиться, не играть.

4. Благодарить;

5. Пользоваться салфеткой.

**б). Учим умываться.** Обязательные правила:

- руки моем после туалета, перед столовой и по мере загрязнения.

- после столовой вымыть губы.

Навыки мытья рук и умывания включают умение: закатать рукава; смочить руки; взять мыло, намыливать до появления пены; мыть руки; смыть мыло; умыть лицо; насухо вытереть руки, лицо, аккуратно повесить полотенце в свою ячейку;

**в). Основные правила одевания и раздевания.**

-научить детей самостоятельно снимать одежду, обувь;

- расстёгивать и застёгивать пуговицы спереди;

- знать порядок раздевания и аккуратно складывать снятую одежду;

- самостоятельно надевать на себя одежду и обувь в нужном порядке.

Формирование правил поведения:

- Начав раздеваться, не отвлекаться игрой;

- Аккуратно убирать одежду. Одновременно знакомить детей с различными свойствами и качествами предметов одежды, названиями действий, упражнять в правильном употреблении глаголов надеть, одеть, обуть и т. д

- Во время всего процесса одевания или раздевания побуждать детей к самостоятельности.

Навыки снимания и надевания одежды в определенном порядке включают умение:

1. Расстегнуть пуговицы;

2. Снять платье (брюки);

3. Аккуратно повесить;

4. Снять обувь;

5. Снять колготки, носки

6. Надеть в обратной последовательности.

* **Учим пользоваться расчёской.** Ребёнок должен знать свою расчёску, где хранится, использовать по назначению, пользоваться только своей.
* **Учим пользоваться носовым платком:** знать назначение носового платка, спокойно использовать по назначению, доставать и убирать, вытерев самостоятельно нос или обращаться за помощью.
* **Правила поведения в туалете:**

-Прививать элементарные культурно-гигиенические навыки:

-пользоваться туалетом (умение проситься в туалет).

Все эти правила не просто существуют сами по себе, а продиктованы целесообразностью.