**Консультация для родителей**

**«Развитие культурно-гигиенических навыков у детей первой младшей группы»**

Известно, что самые прочные привычки, как полезные, так и вредные, формируются в детстве. Вот почему так важно с самого раннего возраста воспитывать у ребенка полезные для здоровья навыки, закреплять их, чтобы они стали привычками. Культурно-гигиеническое воспитание — основа санитарной культуры, необходимое условие формирования у детей установки на здоровый образ жизни в будущем.

Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. В конечном счете, от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых. 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.

А вот как они это будут делать — зависит от того, что малышам заложили с самого раннего детства сначала родители, а затем воспитатели в детском саду. И чем ярче и интереснее будут впечатления от обучения непростым для малышей навыкам, тем быстрее они им запомнятся, тем приятнее их будет выполнять и совершенствовать день ото дня.

В группу приходят очень разные малыши. Кто-то из них самостоятельно пользуется горшком, а кто-то категорически отказывается с ним дружить, некоторые детки во всю едят ложкой, другие же приучены только к бутылочке или с большим удовольствием копаются в своей тарелке руками. Почему же так происходит?

Самые первые представления о культурно—гигиенических навыках ребенок получает именно в семье. Заботливые родители начинают приучать малышей к аккуратности и самостоятельности  буквально с пеленок.

Одним из первых навыков является навык аккуратного приема пищи. Малыша сразу надо приучать к активному участию в процессе еды. Ребенка 2-3 лет желательно кормить за столом. В этом возрасте необходимо следить за тем, чтобы ребенок, сидя на стуле, упирался ногами в пол, а высота стола приходилась бы на уровне его согнутых локтей.

Помимо этого необходимо воспитывать и закреплять у детей и другие навыки: следить, чтобы они не садились за стол с грязными руками, не выходили из-за стола с куском хлеба, пользовались носовым платком.

При одевании и раздевании также необходимо давать возможность детям в какой-то степени действовать самостоятельно.

Одинаковые требования к правилам гигиены  и навыкам самообслуживания в детском саду и дома, приводят к лучшему запоминанию и закреплению полезных привычек.

На первый взгляд все очень просто, а на самом деле для малышей это целая наука — освоение и применение культурно-гигиенических навыков.

Ежедневно выполняя эти задачи, необходимо закреплять умение перед едой брать стул и садиться за обеденный стол на одно и то же место, правильно держать ложку, аккуратно пить из чашки. Обязательно нужно учить малышей по окончании еды, вставая из-за стола, благодарить взрослых.

У детей всегда есть желание самим расстегивать пуговицы и молнии, но нет умения. Этому их можно учить вечером во время игр: «Матрешке надень фартук», «Застегни пуговицы», «Достань из корзинки». Справиться с пуговицами и «молниями» помогут и игровые элементы.

То, как скоро малыш научится одеваться и раздеваться, зависит от подвижности его пальчиков. Это качество необходимо развивать, время от времени играя с малышами с некрупными предметами, вроде счетных палочек или рисуя в альбоме.

Воспитание культурно-гигиенических навыков включает широкий круг задач, которые необходимо выполнять совместно с вами, уважаемые родители для достижения наилучших результатов.

http://www.maam.ru/