«**Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей средней группы**»

Чтобы ребёнок развивался правильно, родители должны создавать наиболее оптимальные санитарно-гигиенические нормы в семье. Формирование культурно-гигиенических навыков -  это важный процесс социализации, вхождение малыша в мир взрослых. Именно в раннем возрасте ребёнок приучается использовать по назначению предметы быта.

Умение всегда быть аккуратным, красиво есть, проявлять предупредительность, уважение к другим людям нужно начинать воспитывать как можно раньше. В противном случае у ребенка могут закрепиться плохие привычки, и тогда уже придется бороться с ними. А ведь хорошо известно, что воспитывать легче, чем перевоспитывать.

Разъяснение детям нравственного значения этих правил вызывает интерес к ним, желание их выполнять, формирует нравственные мотивы поведения. Таким образом, наша задача не только приучить детей выполнять те или иные правила поведения, не только обучить их хорошим манерам, но и воспитать у них внутреннюю красоту, чтобы дети поступали должным образом в силу уважительного отношения к людям.

Дети пятого года жизни должны уметь:

1) Поддерживать чистоту тела, одежды, следить за прической;

2) Аккуратно, красиво есть, правильно пользуясь столовыми приборами;

3) Приветливо здороваться и прощаться, благодарить, быть внимательным и предупредительным, оказывать посильную помощь взрослым и детям в детском саду, дома, в общественных местах;

4) Говорить спокойным тоном, членораздельно, при разговоре смотреть на собеседника;

5) Выполнять любое дело аккуратно, доводить до конца, бережно относиться к вещам.

Эти умения могут быть сформированы у ребенка и перейдут в привычку только в том случае, если все окружающие взрослые будут предъявлять у нему единые требования. Маленькие дети очень восприимчивы, склонны к подражанию, они легко овладевают различными действиями. Но чтобы эти действия закрепились, стали привычными, нужно время. Со временем у него появится потребность выполнять эти правила и тогда, когда нет контроля со стороны старших. Приучить ребенка выполнять правила гигиены – значит оградить его организм от многих инфекционных заболеваний. Ребенок должен твердо усвоить, что нельзя за стол садиться с немытыми руками, нельзя есть немытые фрукты, ягоды.

В детском саду детей приучают мыть руки после прогулки, после пользования туалетом, перед едой. Но те дети, от которых дома этого не требуют, обычно нуждаются в напоминаниях.

Часто можно видеть, как родители, заметив, что ребенок выглядит неряшливо, сразу же принимаются заправлять выбившуюся рубашку, застегивать пуговицы и т. п. И очень редко можно услышать, как папа или мама говорит: *«Посмотри на себя, как ты неряшливо выглядишь! Приведи себя в порядок»*. В первом случае у ребенка создается представление, что за его аккуратность, опрятность ответственность несут взрослые и, если что не так, они все исправят. Во втором – ребенок чувствует, что, если он выглядит неряшливым, это неприятно окружающим и следить за своим внешним видом он должен сам. Только при таком отношении со стороны взрослых у ребенка можно выработать привычку к аккуратности.

Щетки для одежды, обуви нужно хранить в доступном для ребенка месте и научить его правильно действовать ими. Для того чтобы ребенок никогда не пользовался чужими расческами, необходимо, чтобы у каждого в семье была своя расческа. Научите ребенка регулярно мыть ее щеткой с мылом.

Трудно приучить ребенка пользоваться носовым платком, если у него не всегда есть чистый платок и он привык обходиться без него. Поэтому не забывайте давать его ребенку или напоминайте, чтобы он сам доставал чистый платок.

Не забывайте похвалить ребенка за опрятность, подчеркнуть, что он выглядит красиво и всем приятно на него смотреть. Не спешите, заметив погрешность в костюме ребенка, устранять ее, лучше предложите ему подойти к зеркалу и посмотреть, все ли у него в порядке.

Многие правила культурной еды продиктованы заботой о здоровье человека. Приучайте ребенка правильно пользоваться вилкой, не бойтесь давать ему нож *(конечно не слишком острый, с тупым концом)*. Пусть ребенок привыкает есть, держа вилку в левой, а нож в правой руке. Этот навык легко формируется в детстве и закрепляется на всю жизнь. Напоминайте ребенку, что пищу нужно брать понемногу, тогда ее легко пережевывать, что сидеть с набитым до отказа ртом, из которого вываливается не поместившаяся еда, очень некрасиво и соседям по столу это видеть неприятно. Если вы хотите приучить ребенка пользоваться салфеткой, не забывайте ставить салфетки на стол. Если ребенок выходит из-за стола не поблагодарив, напомните ему об этом. Напоминайте также о необходимости благодарить взрослых и детей заоказанную помощь, проявленное к нему внимание.

Дети среднего дошкольного возраста обычно не забывают здороваться, приходя в детский сад, и прощаться, уходя домой. Но и об этом иногда приходится напоминать. Вежливость, внимание к человеку требуют, чтобы, прощаясь, здороваясь, дошкольник называл имя и отчество того, к кому он обращается (воспитателю, няне, чтобы смотрел при этом в лицо. Хорошо, если в семье принять желать родным и соседям доброго утра, спокойной ночи. Взрослые должны подавать пример.

Необходимо приучать детей сдержано вести себя в общественных местах: на улице, кино, театре, в транспорте и т. д. Дети не должны громко разговаривать, затевать возню, бегать, требовать, чтобы им освободили место у окна. Ребенку следует объяснять, что своим несдержанным поведением он может помешать окружающим, что необходимо считаться с людьми, которые находятся рядом. Дети не должны злоупотреблять заботой и вниманием, которыми окружают их взрослые. С малых лет нужно приучать ребенка сдерживать свои желания, если они идут вразрез с желаниями окружающих. Мы же нередко оправдываем эгоистичное поведение ребенка тем, что *«он еще маленький»*. Ребенка среднего возраста можно учить культуре деятельности, умению приготовить все необходимое, не отвлекаться, доводить начатое до нужного результата, бережно обращаться с вещами. Здесь огромную роль играют показ, разъяснение, пример взрослого. Показывайте ребенку, как, в какой последовательности, какими приемами следует выполнять о или иное дело. Поощряйте желание ребенка принять участие в труде взрослых. Работая вместе со взрослыми, дети перенимают у них рациональные приемы труда, его организации.

Для того чтобы освоенное ребенком умение совершенствовалось, становилось для него привычным, нужно упражнение. Здесь необходимы контроль и напоминание взрослых. Такое напоминание делается доброжелательным, спокойным, но твердым тоном. Наиболее трудно усваивают дети правила взаимоотношений. Поэтому необходимо чаще напоминать сыну, дочери, что они должны здороваться первыми, что нельзя входить в чужую комнату без стука, что нужно уступать место старшим и т. д. Нам, взрослым, нужно помнить, что образовавшиеся привычки очень стойки, и нельзя упускать время, наиболее благоприятное для формирования положительных привычек.