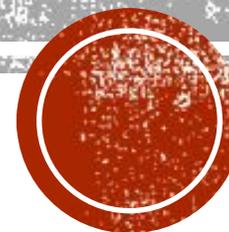


КУЛЬТУРНО- ГИГИЕНИЧЕСКИЕ НАВЫКИ ДЕТЕЙ ОТ 1 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Выполнила студентка 2 курса группы 13-70 ППФ

Руденко Анна



Культурно-гигиенические навыки – важная составная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, тела, одежды, обуви продиктованная не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений.

Выделяют три основные категории:

- гигиенические навыки (приём пищи, умывание и мытьё рук, пользование горшком и т.п.);
- навыки культуры поведения (формирование положительного отношения к окружающим взрослым и детям);
- навыки элементарного самообслуживания (посильная самостоятельность).



С ГОДА ДО ДВУХ ЛЕТ

С 1 года 2 месяцев:

- Приучить мыть руки перед едой с помощью взрослого, правильно пользоваться полотенцем.
- Закрепить умение садиться на стул, пить из чашки
- Сформировать умение пользоваться ложкой;

С 1 года 5 месяцев:

- Научить самостоятельно есть густую пищу ложкой;
- Научить есть из тарелки,
- Пользоваться чашкой;
- Пользоваться салфеткой после еды (вначале с помощью взрослого);
- Выходя из-за стола, задвигать свой стул.

С 1 года 6 месяцев:

- Мыть руки перед едой и после каждого загрязнения;
- Умываться после ночного сна и после каждого загрязнения;
- Принимать ежедневно гигиенический душ перед ночным сном, а летом — и перед дневным сном;
- Есть с хлебом

Не брать пищу грязными руками (под контролем взрослого на протяжении всего раннего детства);



С ДВУХ ДО ТРЕХ ЛЕТ

С 2 лет:

Закрепить умения самостоятельно:

- Мыть руки перед едой;
- Насухо вытирать лицо и руки полотенцем;
- Опрятно есть;
- Научится держать ложку в правой руке;
- Пользоваться салфеткой,
- Полоскать рот (по напоминанию взрослого);
- Пользоваться зубной щеткой;
- Пользоваться расческой, стоя перед зеркалом;



С 2,5 лет:

При небольшой помощи взрослого:

- учить снимать одежду, обувь
- расстёгивать пуговицы спереди, застёжки на липучках;
- в определённом порядке аккуратно складывать снятую одежду;
- правильно надевать одежду и обувь.

Сформировать умения выполнять элементарные правила культурного поведения:

- не выходить из-за стола, не закончив прием пищи;
- говорить «спасибо»;



С ТРЕХ ДО ЧЕТЫРЕХ ЛЕТ



С 3 лет:

- Продолжать учить аккуратно мыть руки, лицо, уши;
- **Формировать элементарные навыки поведения во время еды:**
 - Правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой;
 - Не крошить хлеб;
 - Пережёвывать пищу с закрытым ртом;
 - Не разговаривать с полным ртом.

С 4 лет:

- Ухаживать за ногтями с помощью щеточки;
- Пользоваться носовым платком по мере надобности в помещении и на прогулке (самостоятельно);
- Полоскать рот после приема пищи (самостоятельно);



С ЧЕТЫРЕХ ДО ПЯТИ ЛЕТ

- Продолжать воспитывать у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом.
- Следить, чтобы не были утрачены навыки самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом.
- Закреплять умение пользоваться расчёской, носовым платком.
- Приучать детей при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком.
- Совершенствовать навыки аккуратного приёма пищи: пищу брать понемногу, хорошо пережёвывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка, нож), салфеткой, полоскать рот после еды.
- Ребенок должен уметь застегивает пуговицы, молнии и развязывать шнурки



С ПЯТИ ДО ШЕСТИ ЛЕТ

- Есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом.
- Продолжать прививать навыки культуры поведения: выходя из-за стола, тихо задвигать стул, благодарить взрослых.
- Воспитывать привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, причёски;
- Воспитывать привычку самостоятельно чистить зубы, следить за чистотой ногтей,
- Научить быстро, аккуратно одеваться и раздеваться
- Соблюдать порядок в своём шкафу (раскладывать одежду в определённые места)
- Опрятно убирать постель.
- Делать уборку в комнате.



С ШЕСТИ ДО СЕМИ ЛЕТ

Воспитывать привычку

- быстро и правильно умываться, насухо вытираться,
- пользуясь только индивидуальным полотенцем,
- чистить зубы,
- полоскать рот утром и после еды,
- мыть ноги перед сном,
- правильно пользоваться носовым платком,
- следить за своим внешним видом,
- пользоваться расчёской,
- быстро раздевать и одеваться,
- вешать одежду в определённом порядке и месте, следить за чистотой одежды и обуви.
- **Закрепить навыки культуры поведения за столом:** сидеть прямо
- не класть локти на стол,
- бесшумно пить и пережевывать пищу,
- правильно пользоваться ножом, вилкой, салфеткой.

