

Памятка для родителей:

«Формирование культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей 1,5–2 лет»

1. Культурно-гигиенические навыки:

- **Мытьё рук:** Приучайте ребёнка мыть руки перед едой и после загрязнения, используя игровые методы и стихи, например: «Водичка, водичка, умой моё личико».
- **Чистка зубов:** Начинайте чистить зубы два раза в день с появлением первого зуба, используя мягкую детскую щётку и пасту.
- **Умывание:** Учите ребёнка умываться и вытирать лицо индивидуальным полотенцем.
- **Пользование носовым платком:** Покажите, как правильно пользоваться платком при чихании и сморкании.



2. Навыки самообслуживания:

- **Одевание и раздевание:** Помогайте ребёнку учиться самостоятельно надевать и снимать одежду, поощряйте его попытки самостоятельно одеваться.
- **Пользование столовыми приборами:** Учите ребёнка держать ложку и вилку в правой руке, аккуратно есть и пользоваться салфеткой.
- **Пользование полотенцем:** Покажите, как правильно держать полотенце и вытираться.



3. Методы обучения:

- **Совместные действия:** Выполняйте действия вместе с ребёнком, показывая и объясняя каждый шаг.
- **Наглядные примеры:** Используйте специальные наборы материалов по гигиеническому воспитанию, сюжетные картинки и символы.
- **Поощрение:** Отмечайте любые достижения ребёнка и поощряйте его старания.



4. Создание условий дома:

- **Организация пространства:** Выделите ребёнку место для сна, игр и занятий (кровать, стол, стул).
- **Соблюдение режима:** Поддерживайте режим дня, близкий к режиму детского сада.



5. Родительский пример:

- **Личный пример:** Дети учатся на примере взрослых. Если родители не соблюдают правила гигиены, трудно ожидать этого от ребёнка.
- **Единые требования:** Важно, чтобы все члены семьи соблюдали одни и те же правила и требования.



6. Терпение и настойчивость:

- **Терпение:** Не ожидайте мгновенных результатов. Малыши учатся постепенно, и важно проявлять терпение к их медлительности.
- **Настойчивость:** Последовательно и правильно выполняйте задачи, помогая ребёнку развивать навыки.



7. Дополнительные рекомендации для детей 1,5–2 лет:

- **Простые действия:** Учите ребёнка простым действиям, таким как пить из чашки, держать бутылочку, снимать и надевать простые предметы одежды (шапку, варежки).
- **Игры и занятия:** Используйте игры направленного содержания для обучения детей гигиеническим навыкам и рассматривайте сюжетные картинки, обсуждая действия детей.
- **Повседневные упражнения:** Регулярно повторяйте с ребёнком действия умывания и мытья рук, превращая их в рутину.
- **Одевание и раздевание:** Помогайте ребёнку учиться надевать и снимать одежду, застёгивать пуговицы, расшнуровывать ботинки, приучайте к порядку.
- **Трудовые навыки:** Давайте ребёнку небольшие задания, такие как помощь в выносе игрушек на площадку, уборка материалов для занятий, раскладывание карандашей.
- **Создание мотивации:** Делайте процесс обучения интересным для ребёнка, чтобы он видел результаты своих действий и стремился к лучшим результатам, регулярно хвалите его за достижения.
- **Единство требований:** Обеспечьте единство требований к ребёнку как в семье, так и в детском саду, будьте примером для ребёнка во всём, что касается гигиены и самообслуживания.



Следуя этим рекомендациям, вы сможете эффективно формировать у вашего ребёнка полезные культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, которые станут основой его общей культуры и самостоятельности.