Сафина Венера Мансуровна

МБУ детского сада №200 «Волшебный башмачок» г. Тольятти

Воспитатель.

**Консультация для родителей.**

**Воспитание культурно–гигиенических навыков и привычек.**

Известно, что самые прочные привычки, как полезные, так и вредные, формируются в детстве. Вот почему так важно с самого раннего возраста воспитывать у ребёнка полезные для здоровья навыки, закреплять их, чтобы они стали привычками.

**Ребёнок 4-5 лет САМ**

Умеет тщательно умываться.

Правильно моет руки перед едой, по мере загрязнения, после туалета.

Умеет пользоваться расчёской, носовым платком, при кашле и чихании закрывает рот платком, отворачивается.

Он самостоятельно раздевается, одевается, застёгивает пуговицы.

Учится зашнуровывать ботинки.

Бережёт одежду, обувь. Замечая неполадки в одежде, устраняет их, с помощью взрослого приводит в порядок (чистит, просушивает).

Во время еды правильно пользуется столовыми приборами (ложкой, вилкой, ножом), салфеткой.

Пищу берёт понемногу, ест бесшумно, после еды полощет рот водой.

***Переход навыка в привычку достигается систематическим повторением его при определённых одинаковых условиях.***

А на основе привычек у ребёнка формируются черты характера. Так, например, навыки самообслуживания, посильной помощи по хозяйству – основа для воспитания трудолюбия.

Воспитывая у ребёнка привычку убирать свою постель, складывать одежду, поддерживать порядок в игровом уголке, взрослые формируют такие черты характера, как аккуратность, опрятность, вежливость, отзывчивость.

Привычки, приобретённые ребёнком, сохраняются длительно и становятся, как гласит народная мудрость, второй натурой. Многие из них, складываясь в дошкольном возрасте, остаются на всю жизнь.

С привычками ребёнок не рождается. Плохому мы, взрослые, его не учим. Откуда же у детей нежелательные привычки?

Одна существенная причина – пример старших.

Другая – отсутствие своевременного воспитания полезных привычек. Например, если взрослые не требуют от детей, чтобы они не выходили из-за стола, не прожевав пищу, ребята бегут играть с полным ртом.

**Как перевоспитать вредную привычку**? Можно заменить её полезной. Малыш не знает, чем заняться. Надо приучать его находить дело, развивать интересы, дать почувствовать радость достижений.

Ребёнок мусорит в помещении, на улице: бросает на пол фантики от конфет, огрызки яблока, обрезки бумаги – приучайте его на улице использовать урну, укажите, как поступать в таких случаях дома. На первых порах не обойтись без напоминаний. Не менее важно, чтобы остальные члены семьи служили образцом, тогда нужная привычка вскоре закрепится.

Надо ребёнку помогать воздерживаться от нежелательного: напоминать, отвлекать, переключать внимание. Это поможет ему забыть нехорошую привычку. Если он стремится исправиться, его усилия надо поддержать добрым словом. Такое поощрение вызовет ещё большее старание и породит уверенность в своих силах. Однако поощрение не предполагает вознаграждения ребёнка за то, что он поступил так, как требуют правила («Вот тебе конфетка!»). Это порождает нехорошую черту характера – торгашество.

Если ребёнок не выполняет указаний, оставляет их без внимания, он заслуживает порицания. Дети, обычно, очень чутко реагируют на изменение отношения старших и стараются вернуть их расположение, заслужить одобрение. Когда это не помогает, в исключительных случаях, приходится прибегать к наказанию. Но надо всегда помнить, что увлечение наказаниями отдаляет ребёнка от родителей, порождает жестокость. Запуганный наказаниями, малыш продолжает делать недозволенное тайно. Ребёнок нервничает, раздражается. Опираясь на то положительное, что уже воспитано у ребёнка, на его любовь и привязанность к родным и близким, стремление пользоваться их расположением, можно достичь гораздо большего в воспитании навыков и привычек, чем с помощью даже самых разумных наказаний.

*Каплан Л.И*

*Посеешь привычку – пожнёшь характер*