



МАДОУ ДС  
№29  
"ЁЛОЧКА"

# «Культурно - гигиенические навыки»

ПАМЯТКА  
для  
МОЛОДОГО ВОСПИТАТЕЛЯ



ПОДГОТОВИЛА  
Беляева Наталия  
старший воспитатель

## **Памятка для молодого воспитателя**

### **Следует обратить внимание:**

- ✓ все навыки формируются постепенно;
- ✓ лучший пример для подражания – взрослый;
- ✓ у ребенка есть свои вкусы и привычки;
- ✓ в игре обучение проходит легче.

### **Следует избегать:**

- ✓ необоснованного поторапливания и одергивания детей;
- ✓ публичного осуждения ребенка за неумение;
- ✓ излишнего заигрывания с детьми и развлечения их во время еды, умывания, одевания и т.п.;
- ✓ затягивания по времени процесса еды, одевания и т.д.

### **1 младшая группа:**

Учить детей под контролем взрослого, а затем самостоятельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой (намыливать до образования пены, смывать водой, отжимать руки над раковиной), насухо вытираять лицо и руки личным полотенцем.

Учить с помощью взрослого приводить себя в порядок; формировать навык пользования индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком).

Обучать порядку одевания и раздевания; при небольшой помощи взрослого учить снимать одежду, обувь (расстегивать пуговицы спереди, застежки на липучках); в определенном порядке аккуратно складывать снятую одежду; правильно надевать одежду, обувь. Дети могут: снимать самостоятельно шапку, шарф (если он развязан), колготки, носки; надевать обувь, если она стоит правильно; подтянуть колготки, носки; просунуть руки в рукава; убирать одежду в шкаф.

Во время еды побуждать детей к самостоятельности, учить держать ложку и вилку в правой руке, аккуратно есть суп, второе блюдо, откусывать хлеб, печенье, фрукты, пить из чашки, вытираять рот салфеткой.

### **2 младшая группа:**

Приучать детей следить за своим внешним видом.

Продолжать учить правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки (закатывать рукава, смачивать кисти рук водой, намыливать их до образования пены с последующим смыванием, отживать над раковиной), насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой и носовым платком.

Обучать детей аккуратно пользоваться туалетом, туалетной бумагой, не забывать спускать воду из бочка для слива.

Формировать элементарные навыки поведения за столом: правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, ножом, салфеткой; есть все по порядку; не крошить хлеб; правильно брать еду с тарелок и ртом с приборов; хорошо, тихо, равномерно жевать, глотать, прилагая старания к

тому, чтобы правильно сидеть за столом (ложка идет ко рту, а не голова к тарелке, локти не отведены в стороны, а находятся возле туловища); не набирать в рот много пищи, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать, не отвлекаться; спокойно ждать, когда подадут следующее блюдо; ориентироваться в том, куда кладут оставшиеся косточки от ягод, фантики от конфет, использованные гигиенические салфетки, столовые приборы; полоскать рот после еды.

### **Средняя группа:**

Совершенствовать ранее приобретенные навыки.

Продолжать воспитывать у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом.

Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом.

Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком. Приучать детей при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком.

Совершенствовать навыки аккуратного приема пищи: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка, нож), салфеткой, полоскать рот после еды.

Учить детей самостоятельно выполнять обязанности дежурных: аккуратно стелить салфетки, расставлять хлебницы, чашки с блюдцами, глубокие тарелки, ставить салфетницы, раскладывать столовые приборы (ложки, вилки, ножи, чайные ложки).

### **Старшая группа:**

Необходимо совершенствовать технику уже имеющихся навыков.

Продолжать учить детей замечать неполадки в одежде, в своем внешнем виде и делать то, что могут, для их устранения, помогать друг другу.

Воспитывать привычку следить за чистотой своего тела, опрятностью одежды, прически; самостоятельно чистить зубы, следить за чистотой ногтей; при кашле и чихании закрывать рот и нос платком, отворачиваться в сторону.

Учить быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу (раскладывать одежду в определенные места), опрятно убирать постель.

Продолжать совершенствовать навыки еды: правильно пользоваться столовыми приборами; есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом.

Приучать детей самостоятельно и добросовестно выполнять обязанности дежурных: сервировать стол, раздавать второе блюдо, предварительно собрав тарелки из-под первого блюда и ложки, убирать посуду после еды.

Закреплять у детей осознанное отношение к выполняемым процедурам, формировать постоянство навыков, чтобы, независимо от того, где возникла необходимость в том или ином действии (дома, в детском саду, в гостях), ребенок поступал так, как нужно.

Учить детей в тех случаях, когда кому-то не хватает чего-либо для выполнения процедуры в полном объеме (нет туалетной бумаги, отсутствует мыло, забыли положить нож и т.п.), обращаться к взрослому с просьбой предоставить недостающее.

Учить замечать и самостоятельно устранять непорядок в своем внешнем виде, тактично говорить товарищу о непорядке в его костюме, обуви, помогать устранять его. Формировать такие качества, как отзывчивость, взаимопомощь.