

Памятка для родителей

«Правила гигиены»

Подготовила: Фомина А.Г., воспитатель



Цель: Познакомить родителей с правилами гигиены, как важнейшим условием приобщения к здоровому образу жизни.

Какие гигиенические правила следует соблюдать, чтобы все меры воспитания детей дошкольного возраста дали хорошие результаты?

1. Систематичность обучения и воспитания с использованием для этого в течение дня (недели, месяца) всех основных режимных процессов.

С первых месяцев жизни ребенка постоянное повторение в течение суток одних и тех же процессов (кормление, массаж, обтирания и т.д.), совершающихся всегда в определенной последовательности, постоянство условий их проведения- это все способствует формированию многих условных рефлексов.

Поэтому при правильных воспитательных воздействиях у детей легко формируется культурно-гигиенические навыки.

2. Постепенность и последовательность обучения в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями ребенка. Очень важно не пропустить оптимальные строки (возраст) для формирования того или иного навыка. Несвоевременное приобщение того или иного навыка приводит к длительному сохранению более примитивных умений, к закреплению отрицательных форм поведения. Если же ребенок уже чему-то научился и может делать, он должен делать самостоятельно.

3. Обучение новому можно проводить только тогда, когда ребенок находится в состоянии оптимальной возбудимости нервной системы, т.е. он не подавлен, у него хорошее, бодрое настроение.

4. Методика и приемы гигиенического воспитания должны соответствовать возрастным особенностям ребенка и использоваться по мере усложнения программы воспитания – от младшей к старшей возрастной группе.

5. Действия педагогического персонала, всех лиц, ухаживающих за ребенком и обучающих его в дошкольном учреждении и дома, должны быть согласованными. Кроме того, поведение взрослого должно служить для ребенка примером во всех его действиях и поступках.

6. Учитывая возрастающие познавательные потребности детей старшего дошкольного возраста, в обучении им следует давать обоснование важности приобретения и закрепления основных гигиенических навыков: почему тот или иной навык важен для здоровья, почему надо выполнять правила поведения в детском саду, на улице, в транспорте и др.