

# Культурно-гигиенические навыки детей дошкольного возраста

Воспитатель МАДОУ 6 Герк К.И

# «Здоровье детей - это будущее нашей страны»

---



# Режим дня

Это четкий распорядок жизни в течение суток.

Включаясь в режим дня, выполняя бытовые процессы, ребенок осваивает серию культурно–гигиенических навыков. Эти навыки одна из составляющих культуры поведения в быту. Навык, ставший потребностью – это привычка.



# Личная гигиена

Первая младшая гр	Вторая младшая гр	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
при напоминании с помощью взрослых моет руки перед едой и после загрязнения, вытирает их насухо. Моет лицо, пользуется индивидуальным полотенцем, носовым платком. Вытирает ноги у входа.	при мытье рук и умывании засучивает рукава, не разбрызгивает воду, не мочит одежду, пользуется мылом. Умеет сухо вытираться полотенцем, вешать его на определенное место. Чистит зубы, своевременно пользуется носовым платком	тщательно умывается, правильно моет руки перед едой по мере загрязнения, после туалета, умеет пользоваться расческой, носовым платком, чистит зубы на ночь, при кашле закрывает рот платком, отворачивается	следит за чистотой тела, умеет мыть ноги, тщательно чистит зубы, без напоминания полощет рот после еды. Просит своевременно сменить носовой платок, приводит в порядок волосы, самостоятельно проводит влажные обтирания до пояса.	выработана привычка самостоятельного, быстрого и тщательного выполнения навыков, полученных ранее.



# Умения следить за внешним видом

1 младшая гр	2 младшая гр	Средняя гр	Старшая гр	Подготовительная гр
снимает и надевает одежду в определенном порядке, расстегивает и застегивает пуговицы спереди, расшнуровывает ботинки, складывает одежду. Замечает неопрятность в одежде, с помощью взрослых приводит себя в порядок.	самостоятельно одевается и раздевается в определенной последовательности с небольшой помощью, аккуратно складывает и вешает одежду, выворачивает на лицевую сторону, старается сам исправить неполадки в одежде, в случае необходимости обращается к взрослому.	большая самостоятельность в самообслуживании (раздевание, одевание, застегивание пуговиц, зашнуровывание ботинок). Бережет одежду, обувь. Замечая неполадки в одежде, самостоятельно устраняет их, с помощью взрослого приводит одежду в порядок (чистит, просушивает).	совершенствует навыки, полученные ранее, чистит пальто, учится стирать носки, платок. Быстро одевается и раздевается, правильно и аккуратно складывает одежду в шкаф, ставит обувь, ухаживает за обувью (моет, чистит), за спортивным инвентарем. Тактично говорит товарищу о неполадке в его костюме, обуви, помогает устранить их.	быстро одевается, раздевается, следит за чистотой одежды, обуви, пришивает пуговицу, стирает платок, носки, фартук. Должен всегда быть опрятным, аккуратным, иметь привлекательный внешний вид.

Для привития культурно-гигиенических навыков во всех возрастных группах применяется показ, пример, объяснение, пояснение, поощрение, беседы, упражнения в действиях. Широко используются, в дошкольном возрасте, игровые приёмы: дидактические игры, потешки, стихотворения («Чище мойся – воды не бойся»).

