***Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста***

***Уважаемые родители!***

**Культурно-гигиенические навыки формируются в раннем возрасте**, пока нервная система еще пластична, а действия, связанные с приемом пищи, одеванием, умыванием, повторяются систематически.

Самые первые представления о **культурно–гигиенических навыках** ребенок получает именно в семье. Поэтому самое главное в привитии культурно-гигиенических навыков – сформировать положительную установку у малыша на одевание, раздевание, прием пищи, сон , умывание рук и затем лица, купание, высаживание на горшок, причесывание и др. В этом вам помогут потешки. В народном фольклоре их множество. Предлагаем вашему вниманию некоторые из них. Используя потешки, вы дадите большой толчок к развитию речи ребенка.

*во время расчесывания волос:*

Чешу, чешу волосоньки

Расчесываю косоньки!

Что мы делаем с расческой? –

Тане делаем прическу!

Петушок, петушок!

Подари мне гребешок.

Ну, пожалуйста, прошу,

Я кудряшки расчешу.

Расти коса до пояса,

Не вырони ни волоса.

Расти, косонька, до пят,

Все волосоньки в ряд!

 Расти, коса, не путайся,

Маму, дочка, слушайся!

Уж я косу заплету,

Уж я руссу заплету,

Я плету, плету, плету,

Приговариваю

Ты расти, расти, коса,

Всему городу краса.

*во время умывания:*

Водичка, водичка,

Умой мое личико!

Чтобы глазоньки блестели,

Чтобы щечки краснели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок.

Знаем, знаем, да-да-да,

Где ты прячешься, вода!

Выходи, водица,

Мы пришли умыться!

Лейся на ладошку,

Лейся понемножку.

Детки будут умываться

И водичке улыбаться

*во время приема пищи:*

Это – ложка, это – чашка,

В чашке гречневая кашка.

Ложка в чашке побывала –

Кашки гречневой не стало!

Час обеда подошел, сели деточки за стол.

Чтобы не было беды

Вспомним правила еды:

Наши ножки не стучат,

Наши язычки молчат.

Тили-час, тили-час,

Вот у нас обед сейчас.

Скушаем за маму ложку,

Скушаем за папу ложку,

За собачку и за кошку,

Воробей стучит в окошко,

Дайте ложечку и мне…

Вот и кончился обед.

*во время одевания:*

Застегнем застежки

На твоей одежке:

Пуговки и кнопочки,

Разные заклепочки.

Раз, два, три, четыре, пять –

Собираемся гулять.

Завязала Катеньке

Шарфик полосатенький.

Наденем на ножки

Носочки, сапожки

И пойдем скорей гулять,

Прыгать, бегать и скакать.

*во время купания:*

В ручейке вода струится

В речке плещется вода.

А мы в ванне будем мыться,

Без воды мы никуда.

Моем руки, моем лица,

мылом, щеткой и водой,

Если ты не любишь мыться,

эту песенку не пой.

Кран откройся! А

Нос умойся! А

Мойтесь сразу! А

Оба глаза! А

Мойтесь уши! А

Мойся шейка! А

Шейка мойся! А

Хорошенько! А

Мойся, мойся! А

Обливайся! А

Грязь, смывайся! А

Грязь смывайся! А

Перед тем, как спать ложиться,

Нужно нам с тобой умыться.

Моем глазки, бровки, носик,

Чтобы сон пришел к нам в гости.

*высаживание на горшок:*

Начинаем наш урок

Это что стоит? Горшок

Раз, два, тир, четыре, пять

Будем мы штаны снимать.

Присядем аккуратно.

Знают все детишки

Очень неприятно

Писаться в штанишки.

Прыг, скок, прыг скок

Мы присядем на горшок.

Мы поели, мы попили,

Про него чуть не забыли.

Послушные детишки

Сделают делишки

А-а-а и пись-пись-пись

Только ты не торопись.

Чтобы ускорить формирование КГН необходимо в процессе игр напоминать ребенку : «Танечка, ты всегда моешь свои ручки перед едой, а доченьке своей не забыла помыть? Таким образом, идет закрепление навыков самообслуживания и плюс к этому обогащается содержание игры малыша.

Итак: если вы сможете привить ребенку культурно-гигиенические навыки дома,его адаптация при поступлении в детский сад пройдёт быстро и гладко, без нервных стрессов.