**Гөлүсә СӘГЪДИЕВА,**

*Балтач районы 5 нче балалар бакчасы тәрбиячесе*

Мәктәпкәчә яшьтәге балаларда культура-гигиеник күнекмәләрен формалаштыру

Һәр бала индивидуаль үзенчәлекләр белән туа, ләкин аның нинди булып үсүе тәрбиягә бәйле. Акыл үсеше, холык үзенчәлекләре, тирә-юньдәге кешеләргә һәм табигаткә мөнәсәбәт боларның берсе дә нәселдән күчми һәм алдан билгеле булмый, ә тормышта формалаша. Бу сабый чактан ук башлана.

Культура- гигиена күнекмәләренең нигезе мәктәпкәчә яшьтә салына. Чөнки, баланың үзәк нерв системасы югары дәрәҗәдә сыгылмалы. Ә ашау, киенү, юыну кебек күнекмәләр көн дәвамында системалы рәвештә һәм берничә тапкыр кабатлана. Алга таба бу күнемәләрне ныгыту, камилләштерү һәм киңәйтү кирәк. Кече яшьтән үк балалар үз-үзләренә хезмәт күрсәтүдә мөстәкыйльлекләрен күрсәтә башлыйлар. Балаларның кызыксынуы һәм игътибарлылыгы олыларга эшнең эзлеклелеген дөрес итеп төшендерергә ярдәм итә. Әгәр дә бу вакытна уздырсаң дөрес булмаган хәрәкәтләр автоматлаштырыла, бала җыйнаксызлыкка, саксызлыкка өйрәнә. Бу күнекмәләрнең , гадәтләрнең ныклыгы берничә факторга бәйле:

-шартларга

-эшнең үз вакытында башлануына

- эшнең системалы рәвештә алып барылуына.

Ашау белән бер үк вакытта балада культура - гигиена күнекмәләрен һәм табын янында үз-үзләрен тотуның кайбер күнекмәләрен тәрбияләү мөһим. Бала өстәл артына бары кулын юып кына утырсын, ашаганда чисталык һәм җыйнаклык сакласын. Әгәр дә ашаганда ияге яки бите буялса аны сөртып алырга кирәклеген аңлатырга кирәк. Сабый утырган өстәл өсте һәм өстәл тирәсе чиста булырга тиеш. Боларны өйрәтү өчен халык авыз иҗатын куллану яки сюжетлы уеннар уйнау нәтиҗә бирәчәк.

Мәсәлән: балалар кул юарга, юынырга бик яраталар. Өч яшендә инде бала олыларның әз генә ярдәме белән кулын сабынлап юа һәм сөртергә өйрәнә. Бу эшне башкарганда шигырьле уеннарны куллану бик отышлы. Мәсәлән: Юынылар иртә таңда,

Тычкан балалары да.

Бәбкәләр, үрмәкүчләр

Һәм дә коңгызлар да.

Кечкенә мин ләкин файдам зур,

Шуңа да күп дусларым.

Шуам, күбек таратам,

Хәр нәрсәне агартам.

Кече яшьтән үк балалар кулъяулыктан файдалана белергә тиешләр. Бу да культура - гигиеник чараларының берсе булып тора. Әгәр дә әти-әни, тәрбияче балаларга һәрвакыт игътибарлы булып тора икән, бала бервакытта да җыерылып төшкән колготки, баулары чишелгән аяк киеме белән йөрмәс.

Баланы кече яшьтән тәртипкә өйрәтергә кирәк. Ул һәр әйбернең үз урыны барлыгын, аның һәрвакыт шунда торырга тиешлеген белсен. Баланы бары тик куркыныч тудыра торган хәрәкәтләрдән генә тыярга кирәк.

Кайбер әти-әниләр балаларына ачык төстәге яки уңайсыз киемнәр кидерәләр. Бала пычранмасын, егылмасын дип аны хәрәкәтләнүдән тыялар. Бу зур ялгышлык. Бары күп һәм төрлечә хәрәкәтләнә торган бала гына аппетит белән ашый, әйбәт йоклый, физик яктан яхшы үсеш ала.

Кече яшьтән үк баланы ул теләгән һәр нәрсәнең күз ачып йомганчы үтәлә алмавына күнектерергә кирәк. Баланың ялынып, ялварып соравына, елавына каршы тора алмыйча, һәр теләген үтәгән әти-әниләр ялгышалар. Һәм инде өч яшендә ук бала һәр нәрсә аның өчен генә эшләнергә тиеш дип уйлый. Теләген үтәмәгәндә елый, көйсезләнә, кәефе кырыла.

Дөрес тәрбия алган бала 1,5- 2 яшендә үз-үзен тотунын кайбер кагыйдәләрен үзләштерә. Мөстәкыйль ашарга, кашыктан дөрес файдаланырга. Күпмедер дәрәҗәдә үзләре юынырга, корытып сөртергә өйрәнә. Бала инде мөстәкыйль чишенә, киемнәрен урнаштыра белергә, киенә дә алырга тиеш. Ашаганнан соң рәхмәт әйтергә, исәнләшергә, саубуллашырга, тыныч йокы теләргә өйрәнергә тиешләр. Боларның барысын да уен рәвешендә өйрәтү отышлы.

Гаиләдәге гомуми тәртип, андагы узара мөнәсәбәтләр баланың үз-үзен тотышына гаять зур йогынты ясый. Ике-өч яшьлек балалар һәрвакыт үз тирәсендәге кешеләргә ошарга, ишеткән сүзләрен дә нәкъ аларча әйтергә тырыша. Әгәр дә үзара ягымлы, тыныч сөйләшсәләр, шат күңелле булсалар балада бу сыйфатлар җиңел үзләштерелә.

Культура- гигиена күнекмәләрен үзләштерү бала сәламәтлеге өчен дә файдага. Сабый чактан ук тәрбияләгән тәртип һәм җыйнаклык аңа киләчәктә бик кирәк булачак. Кечкенәдән үзләштерелгән гадәтләр шундый ныклы булалар, бала үскәч та аларны кулланамый булдыра алмый.