

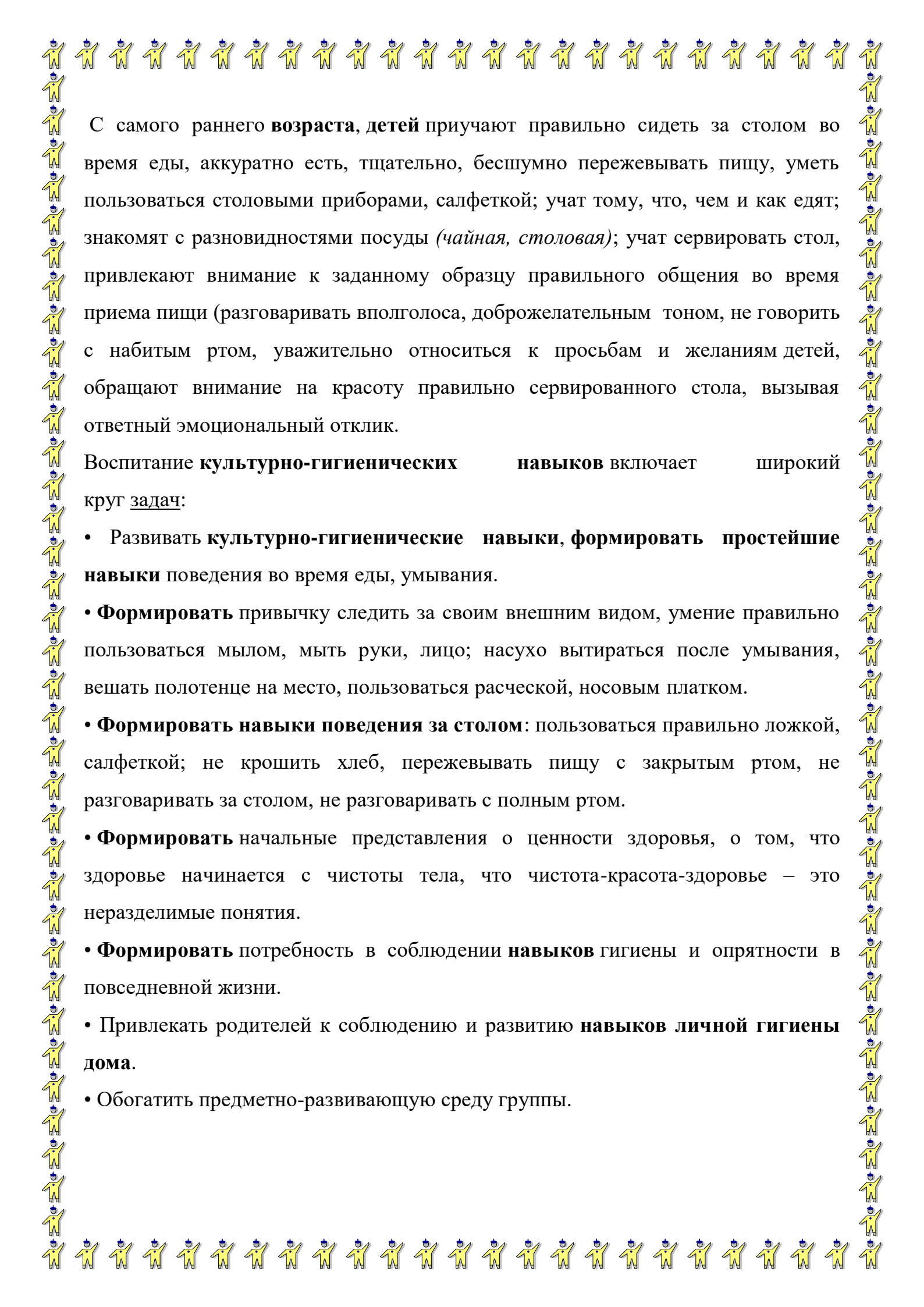
Методическая разработка
«Формирование культурно-гигиенических навыков
у детей дошкольного возраста»

Воспитание навыков самообслуживания – довольно длительный процесс. Безусловно, процесс формирования почти всех навыков осуществляется постоянно и практически одновременно. Воспитывать привычку следить за чистотой своего тела, опрятности одежды, причёски: самостоятельно чистить зубы, полоскать рот после еды, следить за чистотой ногтей: при кашле и чихании закрывать рот и нос платком, отворачиваться в сторону. Знакомство с правилами безопасного поведения; сведения о некоторых возможных травмирующих ситуациях, о важности охраны органов чувств (зрения, слуха). Знание пословиц, поговорок, стихов о здоровье, гигиене и культуре еды.

С первых дней жизни при **формировании культурно-гигиенических навыков** идёт не просто усвоение правил и норм **культуры поведения**, а чрезвычайно важный процесс социализации, вхождения малыша в мир взрослых.

Культурно-гигиенические навыки - важная составная часть **культуры поведения**. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, причёски, одежды, обуви, продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что в соблюдении этих правил проявляется уважение к окружающим, что любому человеку неприятно касаться грязной руки или смотреть на неопрятную одежду. Неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, небрежен в работе.

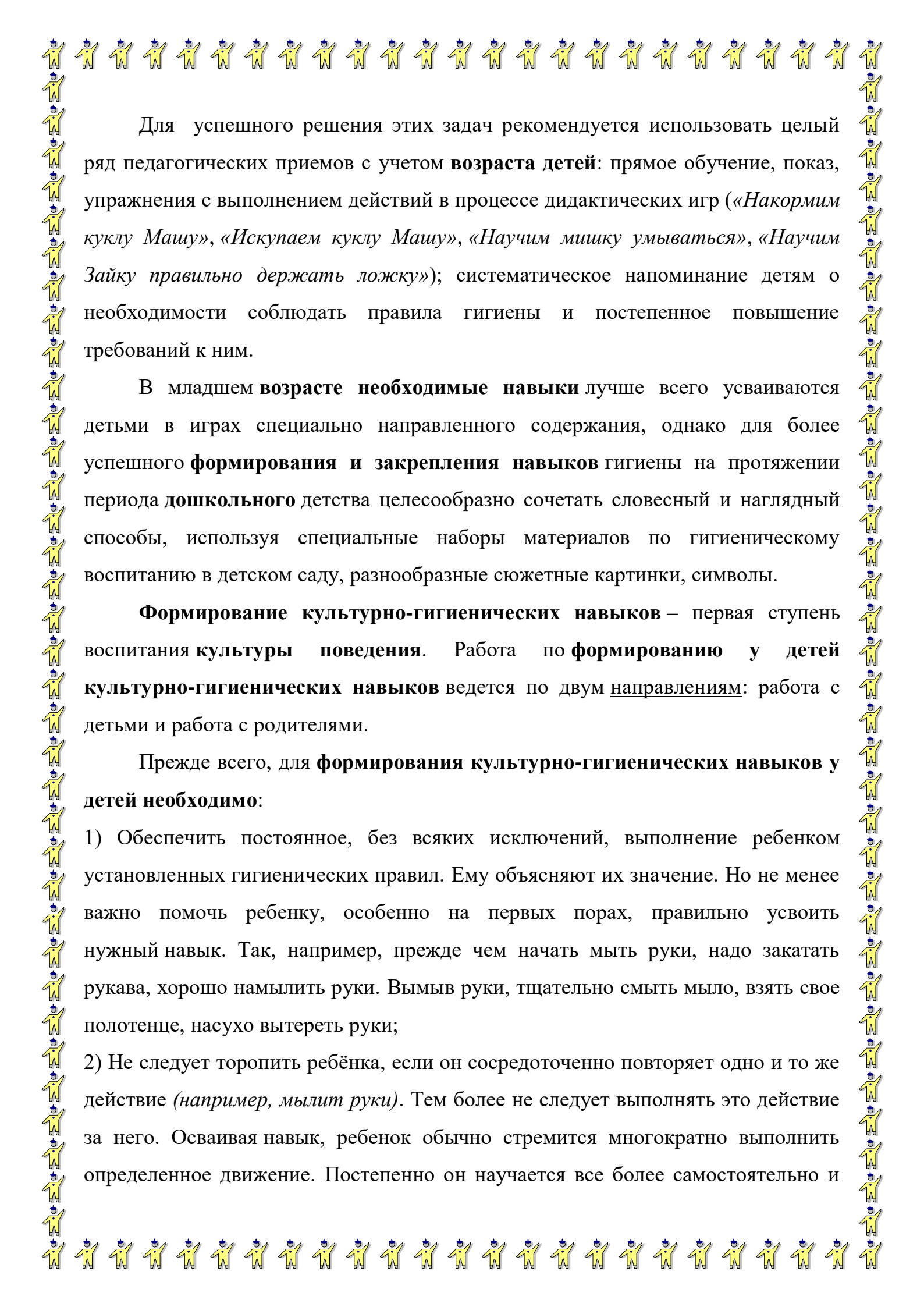
Гигиеническое воспитание и обучение неразрывно связано с воспитанием **культурного поведения**.



С самого раннего **возраста**, детей приучают правильно сидеть за столом во время еды, аккуратно есть, тщательно, бесшумно пережевывать пищу, уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой; учат тому, что, чем и как едят; знакомят с разновидностями посуды (*чайная, столовая*); учат сервировать стол, привлекают внимание к заданному образцу правильного общения во время приема пищи (разговаривать вполголоса, доброжелательным тоном, не говорить с набитым ртом, уважительно относиться к просьбам и желаниям детей, обращают внимание на красоту правильно сервированного стола, вызывая ответный эмоциональный отклик.

Воспитание **культурно-гигиенических навыков** включает широкий круг задач:

- Развивать **культурно-гигиенические навыки**, **формировать простейшие навыки** поведения во время еды, умывания.
- **Формировать** привычку следить за своим внешним видом, умение правильно пользоваться мылом, мыть руки, лицо; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой, носовым платком.
- **Формировать навыки поведения за столом**: пользоваться правильно ложкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать за столом, не разговаривать с полным ртом.
- **Формировать** начальные представления о ценности здоровья, о том, что здоровье начинается с чистоты тела, что чистота-красота-здоровье – это неразделимые понятия.
- **Формировать** потребность в соблюдении **навыков** гигиены и опрятности в повседневной жизни.
- Привлекать родителей к соблюдению и развитию **навыков личной гигиены дома**.
- Обогатить предметно-развивающую среду группы.




Для успешного решения этих задач рекомендуется использовать целый ряд педагогических приемов с учетом **возраста детей**: прямое обучение, показ, упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр («*Накормим куклу Машу*», «*Искупаем куклу Машу*», «*Научим мишку умываться*», «*Научим Зайку правильно держать ложку*»); систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила гигиены и постепенное повышение требований к ним.

В младшем **возрасте необходимые навыки** лучше всего усваиваются детьми в играх специально направленного содержания, однако для более успешного **формирования и закрепления навыков** гигиены на протяжении периода **дошкольного** детства целесообразно сочетать словесный и наглядный способы, используя специальные наборы материалов по гигиеническому воспитанию в детском саду, разнообразные сюжетные картинки, символы.

Формирование культурно-гигиенических навыков – первая ступень воспитания культуры поведения. Работа по **формированию у детей культурно-гигиенических навыков** ведется по двум направлениям: работа с детьми и работа с родителями.

Прежде всего, для **формирования культурно-гигиенических навыков у детей необходимо**:

- 1) Обеспечить постоянное, без всяких исключений, выполнение ребенком установленных гигиенических правил. Ему объясняют их значение. Но не менее важно помочь ребенку, особенно на первых порах, правильно усвоить нужный навык. Так, например, прежде чем начать мыть руки, надо закатать рукава, хорошо намылить руки. Вымыв руки, тщательно смыть мыло, взять свое полотенце, насухо вытереть руки;
- 2) Не следует торопить ребёнка, если он сосредоточенно повторяет одно и то же действие (*например, мылит руки*). Тем более не следует выполнять это действие за него. Осваивая навык, ребенок обычно стремится многократно выполнить определенное движение. Постепенно он научается все более самостоятельно и



быстро справляться с поставленной задачей. Взрослый только напоминает или спрашивает, не забыл ли ребенок сделать то или другое, а в дальнейшем предоставляет ему почти полную самостоятельность. Но проверять, правильно ли ребенок все сделал, приходится на протяжении всего **дошкольного возраста**;

3) В **дошкольном возрасте дети должны усвоить**, что мыть руки надо перед едой, после пользования уборной, по возвращении с прогулки, игры с животными и всегда, когда они грязные. Детям, которые дежурят по столовой, нужно не только уметь правильно накрыть стол и ставить посуду, но и твердо усвоить, что, перед тем как приступить к выполнению своих обязанностей, необходимо тщательно помыть руки с мылом, привести себя в порядок, причесаться.

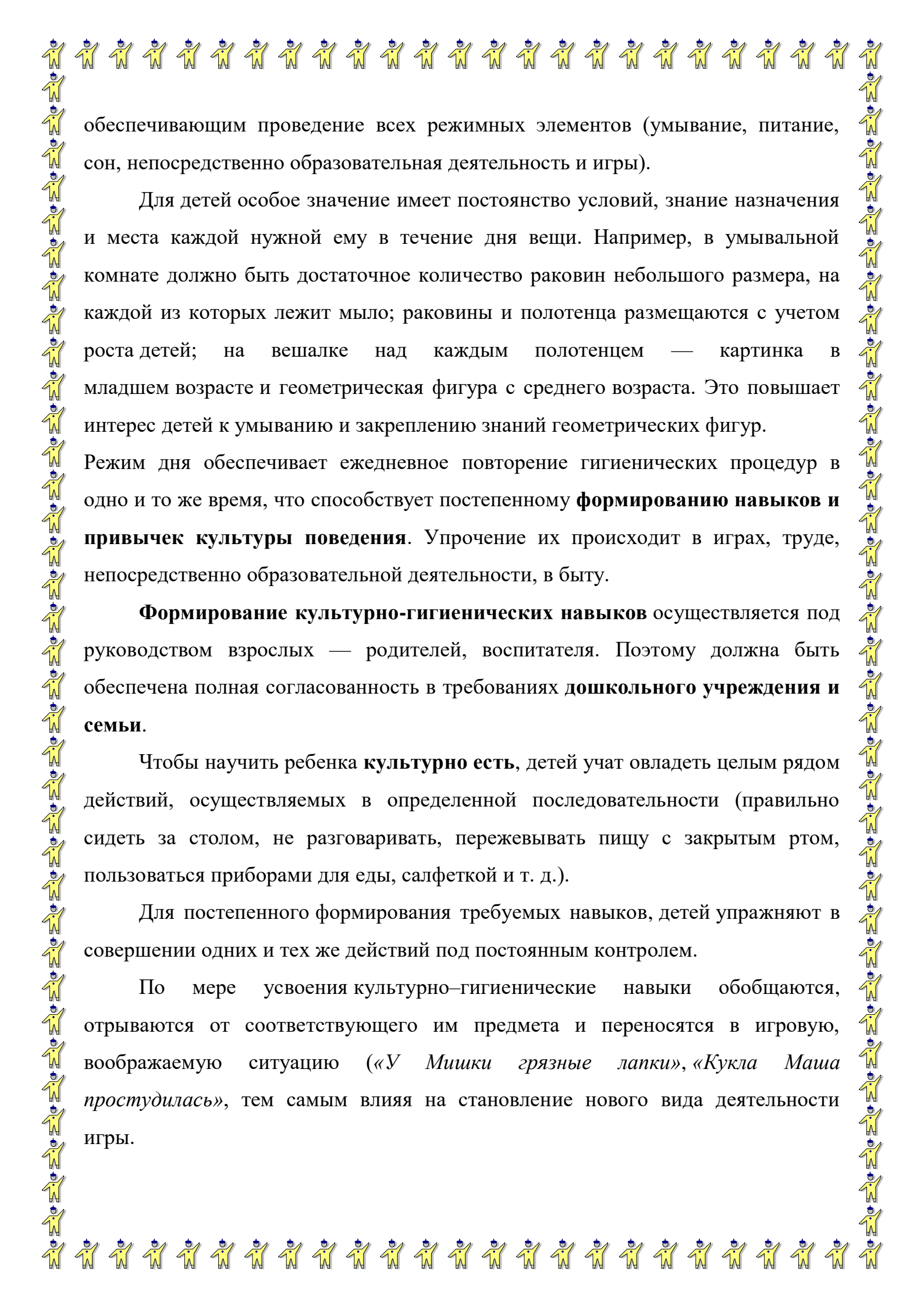
4) К **навыкам личной гигиены**, которые ребенок должен усвоить в дошкольном возрасте, относится и **уход за полостью рта**. С трехлетнего возраста ребенка следует научить полоскать рот, с четырех лет - правильно чистить зубы (*сверху вниз - вверх, с наружной и внутренней стороны*) перед ночным сном. Утром после сна достаточно полоскать рот. Полоскать рот надо тёплой водой и после еды;

5) Закреплять умения пользоваться расчёской, носовым платком. Нужно приучать **детей при кашле**, чихании отворачиваться, прикрывать рот носовым платком;

6) Совершенствовать **навыки аккуратной еды**: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой, ножом, салфеткой, не разговаривать во время еды).

К числу основных условий успешного **формирования у детей культурно-гигиенических навыков** относятся рационально организованная обстановка, четкий режим дня и руководство взрослых.

Под рационально организованной обстановкой понимается наличие чистого, достаточно просторного помещения с необходимым оборудованием,



обеспечивающим проведение всех режимных элементов (умывание, питание, сон, непосредственно образовательная деятельность и игры).

Для детей особое значение имеет постоянство условий, знание назначения и места каждой нужной ему в течение дня вещи. Например, в умывальной комнате должно быть достаточное количество раковин небольшого размера, на каждой из которых лежит мыло; раковины и полотенца размещаются с учетом роста детей; на вешалке над каждым полотенцем — картинка в младшем возрасте и геометрическая фигура с среднего возраста. Это повышает интерес детей к умыванию и закреплению знаний геометрических фигур.

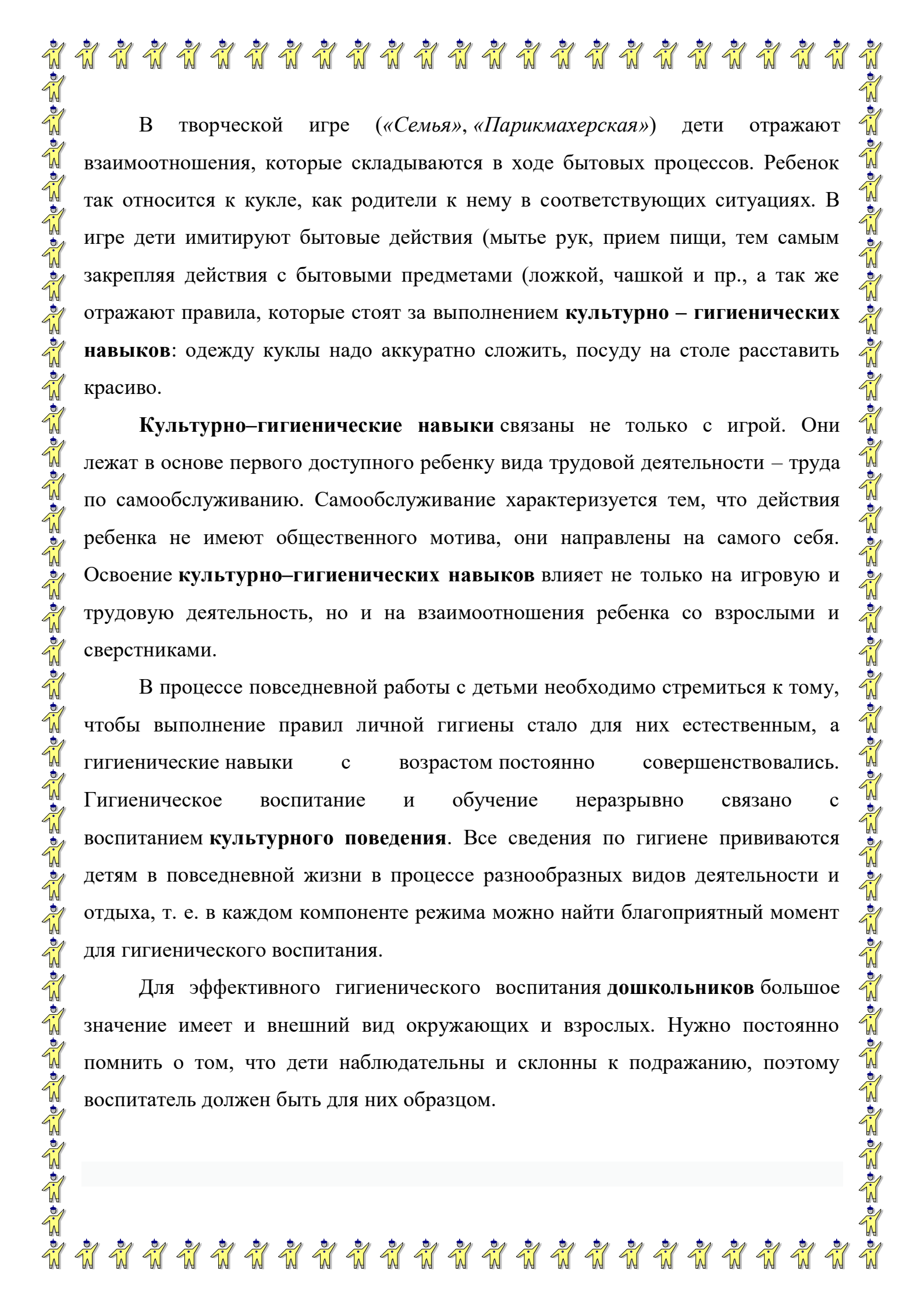
Режим дня обеспечивает ежедневное повторение гигиенических процедур в одно и то же время, что способствует постепенному **формированию навыков и привычек культуры поведения**. Упрочение их происходит в играх, труде, непосредственно образовательной деятельности, в быту.

Формирование культурно-гигиенических навыков осуществляется под руководством взрослых — родителей, воспитателя. Поэтому должна быть обеспечена полная согласованность в требованиях **дошкольного учреждения и семьи**.

Чтобы научить ребенка **культурно есть**, детей учат овладеть целым рядом действий, осуществляемых в определенной последовательности (правильно сидеть за столом, не разговаривать, пережевывать пищу с закрытым ртом, пользоваться приборами для еды, салфеткой и т. д.).

Для постепенного формирования требуемых навыков, детей упражняют в совершении одних и тех же действий под постоянным контролем.

По мере усвоения культурно-гигиенические навыки обобщаются, отрываются от соответствующего им предмета и переносятся в игровую, воображаемую ситуацию («У Мишки грязные лапки», «Кукла Маша простудилась»), тем самым влияя на становление нового вида деятельности игры.



В творческой игре («Семья», «Парикмахерская») дети отражают взаимоотношения, которые складываются в ходе бытовых процессов. Ребенок так относится к кукле, как родители к нему в соответствующих ситуациях. В игре дети имитируют бытовые действия (мытьё рук, прием пищи, тем самым закрепляя действия с бытовыми предметами (ложкой, чашкой и пр., а так же отражают правила, которые стоят за выполнением **культурно – гигиенических навыков**: одежду куклы надо аккуратно сложить, посуду на столе расставить красиво.

Культурно–гигиенические навыки связаны не только с игрой. Они лежат в основе первого доступного ребенку вида трудовой деятельности – труда по самообслуживанию. Самообслуживание характеризуется тем, что действия ребенка не имеют общественного мотива, они направлены на самого себя. Освоение **культурно–гигиенических навыков** влияет не только на игровую и трудовую деятельность, но и на взаимоотношения ребенка со взрослыми и сверстниками.

В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались. Гигиеническое воспитание и обучение неразрывно связано с воспитанием **культурного поведения**. Все сведения по гигиене прививаются детям в повседневной жизни в процессе разнообразных видов деятельности и отдыха, т. е. в каждом компоненте режима можно найти благоприятный момент для гигиенического воспитания.

Для эффективного гигиенического воспитания **дошкольников** большое значение имеет и внешний вид окружающих и взрослых. Нужно постоянно помнить о том, что дети наблюдательны и склонны к подражанию, поэтому воспитатель должен быть для них образцом.



Перспективное планирование

Режимные процессы

Содержание навыков

Методические приемы

Сентябрь, октябрь, ноябрь

Питание

Совершенствовать умение держать ложку большим и средним пальцем, придерживать сверху указательным пальцем, есть разные виды пищи, не меняя положения ложки в руке, а лишь слегка поворачивая кисть.

Беседа «Вспомним, как надо правильно кушать».

Чтение: Н.Литвинова «Королевство столовых приборов».

Одевание - раздевание

Совершенствовать умение самостоятельно одеваться и раздеваться в определенной последовательности, правильно размещать свои вещи в шкафу, аккуратно раскладывать и развешивать одежду на стуле перед сном, закреплять умение пользоваться различными видами застежек.

Беседа: «Каждой вещи – свое место».

Чтение: И.Бурсов «Галоши», С.Михалкова «Я сам».

Дидактическое упражнение «Кто правильно и быстро положит одежду»

Умывание

Совершенствовать навыки умывания: намыливать руки до образования пены, тщательно смывать, мыть лицо, насухо вытирать полотенцем, своевременно пользоваться носовым платком.

Чтение: И.Ищук «Мои ладошки»

Дидактическое упражнение «Расскажи малышам, как надо умываться»

Декабрь, январь, февраль

Питание

Закреплять умение есть второе блюдо, держа ложку большим и средним пальцем, придерживать сверху указательным пальцем, совершенствовать умение пользоваться салфеткой по мере необходимости.

Беседа «Культура поведения время еды»

Одевание -

Самостоятельно поддерживать

Беседа «Как мы наводим

раздевание чистоту и порядок в своем шкафу шкафу для одежды»
для одежды.

Умывание Совершенствовать умение быстро и правильно умываться, насухо вытираться полотенцем, взяв его из шкафчика и развернув его на ладонках. Игра – драматизация к произведению А.Барто «чумазая»

Март, апрель, май

Питание Закреплять умение есть второе блюдо, держа ложку большим и средним пальцем, придерживать сверху указательным пальцем, совершенствовать умение пользоваться салфеткой по мере необходимости, есть с закрытым ртом, пережевывать пищу бесшумно. Беседа «Культура еды – серьезное дело»

Одевание - раздевание Закреплять умение аккуратно складывать одежду перед сном, вывертывать рукава рубашки и платья, расправлять одежду, аккуратно ставить обувь. Чтение: М.Зощенко «Глупая история»

Умывание Совершенствовать умение быстро и аккуратно умываться, соблюдать порядок в умывальной комнате. Чтение: Е.Винокурова «Купание детей»

Закреплять умение мыть руки после посещения туалета и по мере необходимости.