

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Киселёвского городского округа детский сад №61 комбинированного вида

Формирование культурно-гигиенических навыков у
детей младшего дошкольного возраста.

(Творческий отчет)

Составители:

Сабирова Наталья Викторовна

Барашко Наталья Викторовна

Содержание

Введение	3
1. Содержание понятия «культурно-гигиенические навыки» в программах обучения и воспитания в детском саду детей младшего дошкольного возраста	6
2. Значение воспитания культурно-гигиенических навыков.....	11
3. Задачи по формированию КГН в младшей группе.....	14
4. Условия и приемы формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста	15
5.Методика формирования культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников	18
Заключение.....	24
Рекомендации.....	25
Литература.....	27

Введение.

Актуальность исследования.

Культурно-гигиенические навыки в значительной степени формируются в дошкольном возрасте, так как нервная система ребенка в высшей степени пластична, а действия, связанные с принятием пищи, одеванием, умыванием, повторяются каждый день, систематически и неоднократно. В детском саду у детей воспитываются: навыки по соблюдению чистоты тела, культуры еды, поддержания порядка в окружающей обстановке, а также правильных взаимоотношений детей друг с другом и со взрослыми.

Формирование привычек и навыков осуществляется под непосредственным педагогическим воздействием взрослых и всей окружающей обстановки. Прочность, гибкость навыков и привычек зависит от ряда факторов: условий, своевременности начала этой работы, эмоционального отношения ребенка к выполняемым действиям, систематичности упражнений детей в определенных действиях. Особое внимание в дошкольных учреждениях уделяется формированию нового навыка, привычки, когда у детей появляются новые обязанности, новые вещи, новый вид деятельности, которыми дети должны овладеть. При этом детей приучают выполнять не только то, что им приятно, но и то, что необходимо, преодолевая трудности разного возраста.

Культурно-гигиенические навыки – важная составная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, прически, 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.

Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. В конечном счете, от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых. 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. Проблемами воспитания культурно-гигиенических навыков детей занимались такие отечественные авторы, как Выготский Л.С., Забрамная С.Д., Малер А.Р., Шипицина Л.М. Среди зарубежных авторов можно выделить Кристен У., Ньюканен Л., Рюкле Х. Для того, чтобы воспитание культурно – гигиенических навыков осуществлялось успешно в дошкольном образовательном учреждении необходимо организовать обстановку так, чтобы она не препятствовала этому процессу. Перед нами стоит проблема организации в современном ДОУ рациональной обстановки для эффективного формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.

Воспитание культурно-гигиенических навыков имеет значение не только для успешности социализации детей, но и для их здоровья.

Однако, сталкиваясь с задачей воспитания культурно-гигиенических навыков у дошкольников, воспитатель ДОУ не всегда может определить направления, последовательность своей работы, четко представить результат процесса воспитания, обозначить наиболее приемлемые формы и методы воздействия.

Поэтому мы считаем актуальной и правомерной тему нашего исследования: «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста».

Цель исследования – изучение проблемы формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.

Задачи исследования:

- Изучить педагогическую и методическую литературу по данной проблеме;
- Разработать и апробировать комплекс мероприятий по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста;
- Предложить рекомендации по формированию культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста.

Объект исследования – культурно-гигиенические навыки.

Объект исследования – формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.

Гипотеза: Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста будет проходить эффективно при условии взаимодействия дошкольного учреждения с семьей, правильности подбора форм, средств и методов воспитания, а так же высокой культуры поведения взрослых.

Методы исследования:

- теоретические: изучение и анализ литературы.
- эмпирические: наблюдение.

База исследования: МБДОУ №1 «Сказка» г. Киселевск.

1. Содержание понятия «культурно-гигиенические навыки» в программах обучения и воспитания в детском саду детей младшего дошкольного возраста.

Культурно-гигиенические навыки — важная составная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, 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 и в работе.

Воспитание культурно-гигиенических навыков (КГН) направлено на укрепление здоровья ребенка. Вместе с тем оно включает важную задачу — воспитание культуры поведения. Забота о здоровье детей, их физическом развитии начинается с воспитания у них любви к чистоте, опрятности, порядку. Является ли чистота залогом здоровья? Большинство из нас ответят «да» и будут правы. «Чистота приближает человека к божеству» - заметил один европейский социолог. Само слово «гигиена» произошло от имени одной из дочерей греческого бога-врачевателя Асклепия — Гигеи (богини чистоты и здоровья).

Соблюдение правил личной гигиены, привычка следить за чистотой тела, полости рта и носа не только говорят о культуре ребенка, но и являются гигиенической основой для сохранения здоровья в течение всей жизни. Гигиенические навыки очень важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, тела, причёски, одежды, обуви продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Приучая ребенка к порядку и чистоте, мы воспитываем у них общую культуру, организованность, бережное отношение к вещам и труду взрослых.

Педагоги и родители должны постоянно помнить, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течение всей его последующей жизни.

Культуру еды часто относят к гигиеническим навыкам. Но ее значение не только в выполнении физиологических потребностей. Она имеет и этический

аспект — ведь поведение за столом основывается на уважении к сидящим рядом, а также к тем, кто приготовил пищу.

Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. В конечном счете, от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей.

При формировании КГН идет не простое усвоение правил, норм поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации, очеловечивания малыша, «вхождение» его в мир взрослых. Ребенок начинает знакомиться с миром предметов, созданных человеком, он осваивает предметные действия. По мере усвоения КГН переносятся в игровую, воображаемую ситуацию, тем самым влияя на становление игровой деятельности. В игре дети отражают взаимоотношения, которые складываются в ходе игровых процессов. Ребенок так относится к кукле, как родители к нему в соответствующих ситуациях. В игре дети имитируют бытовые действия (мытье рук, прием пищи, тем самым закрепляя действия с бытовыми предметами (ложкой, чашкой и пр.) . Они также отражают правила, которые стоят за выполнением КГН: одежду куклы надо аккуратно сложить, посуду на столе расставить красиво. КГН связаны не только с игрой. Они лежат в основе первого доступного ребенку вида трудовой деятельности – труда по самообслуживанию, т. е. действия ребенка направлены на самого себя. Освоение КГН влияет и на взаимоотношения ребенка с взрослыми и сверстниками. Это дает возможность сравнить себя с другими детьми: лучше или хуже я умею это делать? Так через сравнение себя с другими складываются предпосылки для формирования самооценки, осознания своих умений и возможностей, а также предпосылки для самоконтроля.

КГН направлены на самого ребенка. Выполняя санитарно-гигиенические процедуры, ребенок осознает самого себя. При одевании и умывании, ребенок, рассматривая свое отражение в зеркале, приходит к пониманию некоторых изменений, происходящих в нем самом в ходе бытового процесса: лицо из грязного превратилось в чистое, ножки обулись в сапожки, а ручки надели рукавички. Ребенок начинает контролировать свой внешний вид: обращает внимание на грязные руки, замечает неполадки в одежде, просит взрослого помочь привести себя в порядок, у ребенка формируется потребность в чистоте и опрятности. У него формируется представление о

собственном теле. Обуваясь, малыш рассматривает свои ножки, надевая перчатки – ручки, завязывая бантик или шарфик – свое лицо.

С дошкольного возраста дети должны усвоить определенные правила: нельзя класть локти на стол во время еды; есть надо с закрытым ртом, не спеша, тщательно пережевывая пищу; бережно относиться к хлебу и другим продуктам; правильно пользоваться столовыми приборами. Овладение культурой еды — нелегкое для дошкольников дело, но осуществлять формирование этих навыков необходимо, надо добиваться, чтобы дети ели с удовольствием, аппетитом и опрятно [1].

Рассмотрим, что же вкладывают в понятие «культура поведения дошкольников» авторы современных программ обучения и воспитания детей в детском саду.

В программе Т. Н. Дороновой «Радуга» [21] уделяется большое внимание охране и укреплению здоровья детей, формированию у них привычки к здоровому образу жизни.

Во время пребывания в дошкольном учреждении детей систематически обучают способам самостоятельного выполнения культурно-гигиенических и бытовых действий, формируют у них навыки самообслуживания и личной гигиены, воспитывают чувство бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Таким образом, проблема воспитания культурно-гигиенических навыков поведения дошкольников рассматривается с позиций сохранения здоровья, соблюдения прав личности и обеспечения эмоционального благополучия дошкольников.

В обновленной программе обучения и воспитания дошкольников М. А. Васильевой [20] детей второй младшей группы продолжают учить самостоятельно или с небольшой помощью взрослых мыть руки перед едой после загрязнения и насухо вытирать руки полотенцем; пользоваться индивидуальными предметами (полотенцем, носовым платком, горшком); вытирать ноги у входа; опрятно есть, тщательно пережевывать пищу, держать ложку в правой руке, пользоваться салфеткой.

Наиболее подробное описание требований к формированию культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников представлено в программе Т. И. Бабаевой «Детство» [5].

Представления. В жизни и на картинках уверенно узнавать и называть процессы умывания, одевания, еды, ухода за внешним видом и поддержания порядка. Уметь объединять картинки или события по общему процессу. (Например: «На этих картинках все умываются: и девочка, и мальчик, и бабушка, и дедушка, и маленький котенок, и большая кошка-мама».) Понимать, что старшие радуются, когда дети самостоятельно одеваются, умываются, когда они опрятны. Знать многие предметы и действия, связанные с выполнением гигиенических процессов умывания, купания, ухода за внешним видом. Знать отдельные правила поведения за столом (не разговаривать, пока не прожевал и не проглотил пищу, вести себя спокойно, не крошить хлеб, благодарить старших). Знать стихи о чистоте, опрятности, с удовольствием слушать чтение детских книжек и рассматривать картинки, на которых дети умываются, помогают друг другу одеваться, ухаживать за игрушками.

Практические умения. Умывание. Соблюдать последовательность действий при мытье рук и самостоятельно мыть руки, прибегая к помощи взрослых в отдельных действиях, вызывающих затруднение. Знать свое полотенце и пользоваться им. С удовольствием показывать взрослому, как нужно умываться и мыть руки. Замечать грязные руки и мыть их. Испытывать неприятные чувства по поводу своих грязных рук или неопрятности других. Радоваться, когда руки и лицо чистые, чистый носовой платок.

Поведение за столом. Умело пользоваться ложкой и вилкой. Есть самостоятельно, не проливать пищу. Отвечать на вопрос: «"то ты сегодня ел?» Своевременно пользоваться салфеткой. После еды ложку или вилку класть на тарелку. За общим столом не мешать другим детям, не пользоваться их приборами. После еды говорить «спасибо». Откликаться на просьбы взрослого помочь накрыть на стол или убрать со стола отдельные приборы.

Одевание. Самостоятельно одеваться в правильной последовательности, прибегая к помощи взрослого в трудных случаях (застегивание, завязывание). Вежливо обращаться к воспитателю за помощью. Знать свой

шкафчик, порядок складывания одежды в шкафчик. Узнавать свои вещи, не путать с одеждой других детей. В случае загрязнения одежды обращаться к воспитателю за помощью.

Уход за вещами, игрушками. Бережно относиться к игрушкам, вещам, пользоваться ими по назначению. Проявлять особую заботу о любимых игрушках: о любимой кукле, мишке. Участвовать вместе с взрослыми в уходе за вещами: помогать маме полоскать носовые платочки и т. п. Замечать красоту убранной комнаты, выстиранной и выглаженной одежды и радоваться ей.

Игровые умения. В играх самостоятельно воспроизводить цепочку взаимосвязанных игровых действий, отражающих процессы умывания, одевания, еды. Объединяться с другими детьми в играх: «Купаем кукол», «Готовим обед и угощаем кукол», «Куклы собираются в гости» и пр.[5]

2. Значение воспитания культурно-гигиенических навыков.

Основой полноценного физического развития ребенка дошкольного возраста является приобщение его к основам здорового образа жизни. В приобщении детей к здоровому образу жизни важное значение приобретает освоение дошкольниками основ культуры гигиены.

Воспитание культурно-гигиенических навыков (КГН) направлено на укрепление здоровья ребенка. Вместе с тем оно включает важную задачу – воспитание культуры поведения. Забота о здоровье детей, их физическом развитии начинается с воспитания у них любви к чистоте, опрятности, порядку. Является ли чистота залогом здоровья? Большинство из нас ответят «да» и будут правы. «Чистота приближает человека к божеству» - заметил один европейский социолог. Само слово «гигиена» произошло от имени одной из дочерей греческого бога-врачевателя Асклепия – Гигеи (богини чистоты и здоровья).

Соблюдение правил личной гигиены, привычка следить за чистотой тела, полости рта и носа не только говорят о культуре ребенка, но и являются гигиенической основой для сохранения здоровья в течение всей жизни. Гигиенические навыки очень важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, тела, прически, одежды, обуви продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Приучая ребенка к порядку и чистоте, мы воспитываем у них общую культуру, организованность, бережное отношение к вещам и труду взрослых.

Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. В конечном счете, от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей.

При формировании КГН идет не простое усвоение правил, норм поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации, очеловечивания малыша, «вхождение» его в мир взрослых. Ребенок начинает знакомиться с миром предметов, созданных человеком, он осваивает предметные действия. По мере усвоения КГН переносятся в игровую, воображаемую ситуацию, тем самым влияя на становление игровой деятельности. В игре дети отражают

взаимоотношения, которые складываются в ходе игровых 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.) . Они также отражают правила, которые стоят за выполнением КГН: одежду куклы надо аккуратно сложить, посуду на столе расставить красиво. КГН связаны не только с игрой. Они лежат в основе первого доступного ребенку вида трудовой деятельности – труда по самообслуживанию, т. е. действия ребенка направлены на самого себя. Освоение КГН влияет и на взаимоотношения ребенка с взрослыми и сверстниками. Это дает возможность сравнить себя с другими детьми: лучше или хуже я умею это делать? Так через сравнение себя с другими складываются предпосылки для формирования самооценки, осознания своих умений и возможностей, а также предпосылки для самоконтроля.

КГН направлены на самого ребенка. Выполняя санитарно-гигиенические процедуры, ребенок осознает самого себя. При одевании и умывании, ребенок, рассматривая свое отражение в зеркале, приходит к пониманию некоторых изменений, происходящих в нем самом в ходе бытового процесса: лицо из грязного превратилось в чистое, ножки обулись в сапожки, а ручки надели рукавички. Ребенок начинает контролировать свой внешний вид: обращает внимание на грязные руки, замечает неполадки в одежде, просит взрослого помочь привести себя в порядок, у ребенка формируется потребность в чистоте и опрятности. У него формируется представление о собственном теле. Обуваясь, малыш рассматривает свои ножки, надевая перчатки – ручки, завязывая бантик или шарфик – свое лицо.

Таким образом, следует стремиться к тому, чтобы соблюдение правил личной гигиены стало для детей естественной потребностью, такой же, как потребность в пище, сне, отдыхе, игре; а навыки гигиены постепенно совершенствовались и становились привычными. Известно, что самые прочные привычки, как полезные, так и вредные, формируются в детстве. Вот почему так важно с самого раннего возраста воспитывать у ребенка полезные для здоровья навыки, закреплять их, чтобы они становились привычками. Проблема формирования КГН у детей младшего дошкольного возраста является одной из самых актуальных при воспитании детей этого возраста. В эти годы дети могут освоить все основные КГН, научиться понимать их важность, легко, быстро и правильно выполнять. В младшем

дошкольном возрасте происходит быстрое и прочное формирование стереотипов действий с одной стороны, весьма затруднительна их ломка – переделка с другой. Иначе говоря, ребенок легко воспринимает определенную последовательность действий, но очень трудно осваивает изменения в ней.

3. Задачи по формированию КГН в младшей группе.

В работе дошкольного учреждения уделяется большое внимание воспитанию у детей КГН. Содержание работы по формированию культурно-гигиенических навыков включает следующие задачи.

1. Учить детей под контролем взрослого, а затем самостоятельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем.
2. Формировать умение с помощью взрослого приводить себя в порядок.
3. Формировать навык пользования индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком) .
4. Во время еды учить детей правильно держать ложку.
5. Обучать детей порядку одевания и раздевания. При небольшой помощи взрослого учить снимать одежду, обувь (расстегивать пуговицы спереди, застежки на липучках); в определенном порядке аккуратно складывать снятую одежду; правильно надевать одежду и обувь.

В процессе гигиенического воспитания и обучения необходимо сообщать детям разнообразные сведения: о значении гигиенических навыков для здоровья, о последовательности гигиенических процедур в режиме дня, формировать у детей представление о пользе физкультурных упражнений. Также формируются представления о теле человека, о значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека.

4. Условия и приемы формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста

К числу основных условий успешного формирования 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, занятия и игры).

Для малышей 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. Это повышает интерес детей к умыванию.

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, занятиях, в быту [6].

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

У детей дошкольного возраста преобладает конкретное, наглядно-образное мышление. В связи с этим для успешного формирования у них гигиенических навыков необходимо прибегать к показу и объяснению. Воспитатель показывает, как надо держать ложку, выходить из-за стола, мыть руки. Показ обычно сопровождается объяснением. Детям становится понятна целесообразность требований воспитателя (руки мыть чисто, не лить воду на пол и т. д.). Умелое руководство взрослых сокращает время овладения навыками личной гигиены.

Обучение некоторым навыкам например культурно есть, требует значительного труда, поскольку для этого дети должны овладеть целым рядом действий, осуществляемых в определенной последовательности (правильно сидеть за столом, пользоваться приборами для еды, салфеткой и т. д.). Упражнение ребенка в совершении одних и тех же действий, сопровождаемое постоянным контролем со стороны взрослых, приводит к постепенному формированию требуемых навыков.

Особенно важен контроль на начальной стадии формирования навыка. В дальнейшем воспитатель проверяет тщательность и добросовестность выполнения действий. Отсутствие должного контроля приводит к появлению у детей неверных навыков: они могут неправильно держать ложку, вилку, забывать пользоваться носовым платком, небрежно складывать одежду.

В дошкольном возрасте дети особенно склонны к подражанию, поэтому в формировании навыков большую роль играет личный пример взрослых. Внешний вид воспитателя и родителей, их поведение должны служить образцом для детей; их указания не должны идти вразрез с собственным поведением, так как ничто не проходит мимо внимательных детских глаз. «Если вы требуете, чтобы дети за обедом не читали книгу,— советовал А. С. Макаренко,— то и сами этого не должна делать. Настаивая, чтобы дети мыли руки перед обедом, не забывайте и от себя требовать того же. Старайтесь сами убирать свою постель, это вовсе не трудная и не позорная работа. Во всех этих пустяках гораздо больше значения, чем обыкновенно думают». Об этом всегда должны помнить и воспитатели детского сада, и родители [6].

В воспитании навыков следует опираться и на хороший пример самих детей. Воспитатель обращает внимание малышей на тех их сверстников, кто умеет хорошо мыть руки, аккуратно обращаться с вещами, самостоятельно одеваться, так как дети не всегда могут сами заметить это.

Предложив детям убрать игрушки после игры, воспитатель замечает, что им помогает и не участвовавший в игре ребенок. «Посмотрите, дети,— говорит педагог, — Игорь не играл с вами, а тоже убирает, помогает товарищам. Все вместе вы быстро уберете игрушки». Другие дети тоже принимаются помогать. Однако, используя положительные примеры, воспитатель должен проявлять такт, не допускать противопоставления одних детей другим.

В воспитании культурно-гигиенических навыков огромную роль играет педагогическая оценка, т. е. положительное или отрицательное суждение педагога об отдельных поступках и поведении ребенка. Более широко воспитатель пользуется в своей работе положительной оценкой: одобрением, поощрением, похвалой. Одобрение поддерживает в детях желание в дальнейшем поступать так же, сделать еще лучше.

Положительная оценка дается и в том случае, когда нужно показать успехи в овладении новыми навыками. Если трехлетний ребенок впервые сам надел рубашку, застегнул пуговицу, воспитатель его одобряет. Чтобы малыш лучше осознал свои новые умения, воспитатель может сравнить его теперешние действия с прошлыми, новую оценку с предыдущей, например: отмечает в присутствии всех детей: «Наташа стала быстро одеваться. Раньше делала ей замечания, а сегодня хвалю» [6].

Если дети ошибаются при выполнении тех или иных правил, воспитатель напоминает им, что и как надо сделать, не торопится с замечанием или осуждением.

Положительную оценку надо давать и в том случае, если дети сами помнят, как нужно поступать. Похвала ускорит выработку необходимого навыка. Например, воспитатель говорит: «Я не напомнила Гале, как нужно сесть, а она села правильно. Молодец!» Оценка дается перед всей группой, если всем остальным детям нужно овладеть этим навыком. Если же они в основном уже им овладели, а отстают лишь некоторые, то воспитатель одобряет ребенка индивидуально.

Особая роль в воспитании культурно-гигиенических навыков принадлежит игровым приемам. Используя их, воспитатель закрепляет у детей навыки, которые вырабатываются в повседневной жизни. Видное место отводится при этом дидактическим играм («Уложи куклу спать», «Оденем куклу на прогулку», «Накормим куклу обедом» и т. п.).

Большое влияние на формирование навыков оказывают соответствующие иллюстрации, художественные произведения, фольклор, уточняющие представления детей о том, например, как надо умываться, сидеть за столом, помогать друг другу. Воспитатель обращает их внимание на иллюстрации из детских книг, подбирает картины: «Дети играют», «Дорогие гости», «Новенькая» и т. п. В формировании навыков важен индивидуальный

подход к детям. Необходимо помнить о том, что эта задача сложная, требующая систематичности, настойчивости, взыскательности и большого терпения. Все указания детям должны даваться в дружелюбном, спокойном тоне, вызывающем у них положительное отношение к действиям, которые должны стать привычками [6].

5. Методика формирования культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников.

Формирование КГН осуществляется под руководством взрослых – родителей, воспитателей. Поэтому должна быть обеспечена полная согласованность в требованиях дошкольного учреждения и семьи.

У детей дошкольного возраста преобладает конкретное, наглядно-образное мышление. В связи с этим для успешного формирования у них гигиенических навыков необходимо прибегать к показу и объяснению. Взрослые показывают, как надо держать ложку, выходить из-за стола, мыть руки. Показ обычно сопровождается объяснением. Детям становится понятна целесообразность требований взрослого. Умелое руководство взрослого сокращает время овладения навыками личной гигиены. По мере приобретения навыка непосредственная помощь взрослого сокращается, а доля самостоятельного участия ребенка увеличивается. Взрослый только наблюдает за тем, как малыш выполняет ту или иную процедуру, показывает правильное действие, направляет на следующий ход.

Для ребенка, приученного к личной гигиене с раннего возраста, гигиенические процедуры - потребность, привычка. Обучение гигиеническим навыкам начинается со знакомства с предметами личной гигиены: полотенце для лица и рук, полотенце для тела, полотенце для ног, банная простынка, небольшая расческа (по руке малыша) с тупыми зубчиками, стаканчик для полоскания рта, зубная щетка, носовые платки, щеточка для мытья ногтей, мочалка для тела.

Гигиеническое воспитание направлено на приобщение ребенка к следующим гигиеническим навыкам:

- Мыть руки перед едой и после каждого загрязнения;
- Умываться после ночного сна и после каждого загрязнения;

- Принимать ежедневно гигиенический душ перед ночным сном, а летом и перед дневным сном;
- Мыться с мылом и мочалкой (через два дня на третий);
- Подмываться перед сном и после сна, если малыш проснулся мокрым;
- Полоскать рот после приема пищи (с 2 лет);
- Пользоваться зубной щеткой (с 2 лет);
- Пользоваться носовым платком по мере надобности в помещении и на прогулке (самостоятельно с 2,5 лет);
- Пользоваться расческой, стоя перед зеркалом (с 1,5-2 лет);
- Ухаживать за ногтями с помощью щеточки (с 2,5 лет);
- Не брать грязными руками пищу (под контролем взрослого на протяжении всего раннего детства);
- Мыть ноги перед сном.

Любую гигиеническую процедуру с маленьким ребенком следует проводить аккуратно, осторожно, чтобы не испугать его, не вызвать не приятных ощущений. И никогда, даже тогда, когда ваш малыш научится самостоятельно выполнять ту или иную процедуру, не оставляйте его без присмотра.

Приступая к гигиенической процедуре, заранее продумайте все действия, расположите не обходимые предметы так, чтобы ими свободно можно было пользоваться, не тратя время на их поиски, не отвлекаясь. Например, готовясь к купанию, продумайте, где поставить кувшин, куда положить мыло, на какой крючок повесить полотенце. Проверьте температуру воды, уберите все лишние предметы из ванной комнаты.

Для проведения гигиенических процедур с ребенком создайте все необходимые условия:

- Разместите крючок для полотенца на уровне роста (но не глаз!) ребенка;

- Подставьте к умывальнику скамеечку, стоя на которой он сможет достать кран;
- Прикрепите ручку-держатель к стене, чтобы ребенок мог держаться за нее обеими руками при подмывании, мытье ног, принятии гигиенического душа;
- Положите коврик (решетку) в ванной, предотвращающий скольжение.

Предметы, которыми ребенок будет пользоваться самостоятельно, следует подобрать с учетом его возрастных возможностей. Размер мыла должен соответствовать руке ребенка; полотенце и петелька на нем должны быть такими, чтобы малыш одним движением мог снять и повесить его; стаканчики для зубной щетки и полоскания рта должны быть устойчивыми, удобными и безопасными; расческу следует выбрать с тупыми зубчиками, чтобы не повредить нежную кожу малыша, а ее размер должен соответствовать его руке.

Предметы личной гигиены ребенка должны быть красочными, располагающими к запоминанию.

Удобная организация условий для гигиенической процедуры должна побуждать ребенка к активности, самостоятельным действиям.

Учим умываться:

Завернуть рукава одежды ребенка.

Проверить температуру воды.

Намылить ладони малыша до образования пены, потереть ими друг о друга. Можно поиграть: «Чьи это лапки? Лапки-царапки? Нет, это ручки! Чьи это ручки? Да, моей внучки (дочки)!» и т. п.

Смыть мыло под струей воды, побуждая малыша к самостоятельным действиям.

Вымыть лицо, называя каждую его часть. Учить сморкаться: зажимая то одну, то другую ноздрю, предложить с усилием «выдуть» струю воздуха.

Еще раз обмыть водой руки ребенка.

Закрывать воду.

Снять полотенце, привлекая малыша к участию в этом.

Насухо вытереть лицо и руки, называя части тела и лица, которые вытираются.

Предложить посмотреть в зеркало: «Вот какой ты стал чистенький и красивый!».

При умывании взрослый называет все действия, которые происходят перед глазами ребенка («Это водичка. Вот как бежит водичка. Какая водичка? Теплая, прозрачная, резвая, быстрая, ласковая. Это мыло. Какое мыло? Красивое, гладкое, скользкое. Ой, ой! Хочет убежать. Нет, мы не дадим тебе, мыло, убежать!»).

Очень важно учить малыша самостоятельно пользоваться полотенцем, вытирать насухо руки. Его возросшая активность требует частого мытья рук. Помните: если при этом их не вытирать насухо, очень скоро может образоваться «грубая» кожа (т. н. «цыпки»), трещинки и т. п.

Учим пользоваться полотенцем:

Предложить ребенку

Снять полотенце с крючка.

Положить его на одну руку, затем «спрятать» под него вторую руку.

Ровно держа полотенце посередине, поднести его к лицу, наложить на него, прижимая, касаться каждой части лица.

Насухо вытерев лицо, освободить одну руку из-под полотенца и вытирать ее движениями руки, спрятанной под ним.

Поменять руки местами.

Все действия следует сопровождать оживленным разговором с малышом. А в конце, предложив показать ручки и пальчики Зайке, Мишке, спросить: «Какие теперь ручки?». Ответить: «Сухие, чистые!». Затем прочитать потешку «Мальчик-пальчик»:

Мальчик-пальчик, где ты был?

С этим братцем в лес ходил,

С этим братцем щи варил,

С этим братцем кашу ел,

С этим братцем песни пел!

При чтении потешки побуждать малыша показывать поочередно каждый пальчик.

Учим пользоваться носовым платком:

Ребенок младшего дошкольного возраста должен знать назначение носового платка. Не использовать его как предмет игры.

Спокойно относиться к процедуре использования платка по назначению.

Находить носовой платок в кармане платья, кофты, рубашки, пальто и т. п.

Самостоятельно доставать платок из кармана и побуждать к его использованию (в случае необходимости обращаться за помощью).

Постепенно формировать умение разворачивать и сворачивать платок, аккуратно класть его в карман.

Обращать внимание на чистоту носового платка.

Учим пользоваться расческой

Знать свою расческу и место, где она лежит.

Показать функциональное назначение расчески и формировать навык ее использования.

Учить спокойно относиться к процедуре причесывания, повторять ее по мере надобности (после сна, после прогулки, после пользования головным убором и т. п.).

Позволять ребенку проявлять самостоятельность, исходя из его желания («Я сам!»).

Переносить навык использования расчески в игровую ситуацию (с куклой), повторяя знакомое действие в сюжетно-отобразительной игре.

Исключить возможность пользования чужой расческой.

Учим пользоваться зеркалом:

Знать, что такое зеркало и его функциональное назначение (причесываться перед зеркалом, рассматривать свою одежду и т. д.).

Учить спокойно, с интересом рассматривать себя в зеркале, не трогая его руками.

Подводить малыша к зеркалу, обращать его внимание на чистоту одежды и лица.

В содержании культуры поведения дошкольников можно условно выделить следующие компоненты: культура деятельности, культура общения, культурно-гигиенические навыки и привычки.

Культурно-гигиенические навыки — важная составная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, 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 и в работе.

К числу основных условий успешного формирования культурно-гигиенических навыков относятся рационально организованная обстановка, четкий режим дня и руководство взрослых. Необходимо стремиться к тому, чтобы ребенок был не просто наблюдателем и слушателем, а активным участником всех доступных ему бытовых процессов. Если все необходимые правила гигиены будут достаточно четко усвоены ребенком, можно рассчитывать на то, что и в дальнейшем он будет всегда их выполнять. А это — главное условие формирования ЗОЖ, охраны и укрепления здоровья растущего человека.

Заключение.

В содержании культуры поведения дошкольников можно условно выделить следующие компоненты: культура деятельности, культура общения, культурно-гигиенические навыки и привычки.

Культурно-гигиенические навыки — важная составная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, 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 и в работе. В результате работы, я узнала, что ещё классики отечественной педагогики (Н.К. Крупская, А.С. Макаренко, К.Д. Ушинский) писали, что формирование культурно - гигиенических навыков - одно из важнейших направлений в работе с детьми. Современные педагогические исследования и опыт работы показал, что главное не упустить благоприятный период, когда навыки и привычки формируются быстро, т.е. сенситивный период. Работа по формированию культурно - гигиенических навыков должна вестись в непосредственном контакте с семьёй. Изучение первоисточников, позволило углубить знания о значении культурно-гигиенических навыков в воспитании ребёнка дошкольного возраста. Чаще всего дети учатся культурно-гигиеническим навыкам в процессе игр или же с помощью художественного слова. Изучая опыт работы по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста, мне стало известно, что в этом помогают разные игровые приёмы и методы. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, причёски и т. д. продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. А человеческие отношения маленький ребёнок воплощает, прежде всего, в игре. Поэтому в своей опытной работе мы отдадим предпочтение разным игровым приёмам и методам. Культурно-гигиенические навыки - важная составляющая часть культуры поведения. Педагоги и родители должны постоянно помнить, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течении всей его последующей жизни. Формируя у детей дошкольного возраста культурно - гигиенические навыки, мы параллельно влияем на многие психические

процессы в развитии ребёнка, при этом педагог должен набраться большого терпения и понимания.

Рекомендации

Воспитателю:

При построении педагогического процесса по формированию культурно-гигиенических навыков соблюдать принципы систематичности и последовательности;

Повышать собственный уровень культуры поведения, быть примером для детей;

Постоянно как на занятиях, так и в повседневной жизни следить за уровнем сформированности культурно-гигиенических навыков у детей;

Включать задачи формирования культурно-гигиенических навыков во все виды деятельности дошкольника (занятия, режимные процессы, самостоятельную деятельность, игру);

Создавать условия для формирования культурно-гигиенических навыков дошкольников в группе детского сада.

Методисту:

Обогащать библиотеку детского сада психолого-педагогической и методической литературой по данной проблеме;

Проводить семинары-практикумы по проблеме формирования культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста.

Проводить родительские собрания по данной проблеме.

Заведующей ДОУ:

Обеспечить материальную базу для решения проблемы формирования культурно-гигиенических навыков у дошкольников;

Обеспечить участие родителей в процессе воспитания культурно-гигиенических навыков у дошкольников.

Родителям:

Помнить, что вы являетесь примером для подражания ваших детей;

Консультироваться с воспитателем или методистом ДОУ по проблеме воспитания культурно-гигиенических навыков у ребенка.

Список литературы

1. Белостоцкая Е.М., Виноградова Т. Ф. и др. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7. – М.:Просвещение,1991.
2. Бондаренко А.К. Дидактические игры в детском саду. – М.: Просвещение,1991.
3. Бондаренко А.К. Дидактические игры в д/с: Пособие для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение,1985.
4. Буре Р.С., Островская А.Ф. Воспитатель и дети. – М.: Просвещение, 2006.
5. Богуславская З.М., Смирнова Е.О. Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста. – М.: 1991.
6. Введение в теорию воспитания. — М., 1994.
7. Воспитание нравственных чувств у старших дошкольников / Под ред. А. М. Виноградовой. - М., 1989.
8. Воспитателю о работе с семьёй / Под ред. Н.Ф. Виноградовой. – М.: Просвещение, 1989.
9. Голицина Н.С Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении. – Скрипторий 2003, 2007.67
10. Гурина И. В. Первые шаги от 0 до 3 лет. Засыпаем, кушаем, маму с папой слушаем. – СПб., 2007.
11. Детство: Программа развития и воспитания детей в детском саду/ В. И. Логинова, Т. И.Бабаева, Н. А.Ноткина и др.; Под ред. Т. И.Бабаевой, З. А.Михайловой, Л. М.Гурович. – СПб.: Детство-Пресс, 2004. – 244 с.
12. Детство/Под ред. В.И. Логиновой и др. – СПб.:Акцидент, 2008.

13. Дошкольная педагогика/ В. И. Ядэшко, Ф. А. Сохин, Т. А. Ильина и др.; Под ред. В. И. Ядэшко, Ф. А. Сохина. – М.: Просвещение, 1986. – 415 с.
14. Дошкольная педагогика/ Под ред. В. И. Логиновой, П. Г. Саморуковой. – М., 1988.
15. Дуброва В.П., Милашевич Е.П. Педагогическая практика в детском саду. – М.: издат. центр «Академия», 1998.
16. Запорожец А.В. Психология и педагогика игры дошкольника. М., 1966.
17. Зебзеева В.А. Организация режимных процессов в ДОУ. – М.: Сфера, 2007.
18. Игра дошкольника / Под ред. С.А. Новосёловой. – М.: Просвещение, 1989.
19. История дошкольной педагогики в России: Хрестоматия. С.В. Лыков, Л.М. Волобуева; Под ред. С.Ф. Егорова. – М.: Издательский центр «Академия», 1990.
20. Комарова Т.С., Куцакова Л.В., Павлова Л.Ю. Трудовое воспитание в детском саду. – М.: 2005/
21. Крупская Н.К. О дошкольном воспитании. – М.: Просвещение, 1973.
22. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Как приобщить малыша к гигиене и самообслуживанию. – М.: Просвещение, 1997
23. Программа воспитания и обучения в детском саду/ Под ред. М. А.Васильевой, В. В.Гербовой, Т. С.Комаровой. – М.: Издательский дом «Воспитание дошкольников», 2004. – 208 с
24. Радуга: Программа воспитания, образования и развития детей дошкольного возраста в условиях дет. Сада / Т. Н. Доронова, С. Г. Якобсон, Е. В. Соловьева и др.; Научн. рук. Т. Н. Доронова. – М., 2003.