

Культурно-гигиенические навыки младших дошкольников.

Воспитатель Пантелеева Н.А.

Здоровье человека закладывается в детстве. Организм ребенка очень пластичен, он гораздо чувствительнее к воздействиям внешней среды, чем организм взрослого; и от того, каковы эти воздействия – благоприятные или нет, зависит, как сложится его здоровье. Большое значение в охране и укреплении здоровья ребенка принадлежит его гигиеническому обучению и воспитанию.

Гигиеническое воспитание — это часть общего воспитания, а гигиенические навыки — это неотъемлемая часть культурного поведения. К культурно – гигиеническим навыкам относятся навыки по соблюдению чистоты тела, культурной еды, поддержания порядка в окружающей обстановке и культурных взаимоотношений детей друг с другом и со взрослыми.

Одна из важнейших задач дошкольного учреждения – привить воспитанникам навыки, укрепляющие их здоровье.

Наиболее успешно гигиенические навыки формируются у детей раннего и младшего дошкольного возраста. В дальнейшем приобретенные навыки необходимо закреплять и расширять. В младшем дошкольном возрасте дети начинают проявлять самостоятельность в самообслуживании. Интерес, внимание ребенка к бытовым действиям, впечатлительность нервной системы дают возможность взрослым быстро научить ребенка определенной последовательности операций, из которых складывается каждое действие, приемам, которые помогают выполнять задание быстро, экономно. В дальнейшем приобретенные навыки необходимо закреплять и расширять. 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.

С младшего 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 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.

К числу основных условий успешного формирования культурно – гигиенических навыков можно отнести и рационально организованная обстановка, и четкий режим дня, и единство требований взрослых.

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, во время проведения основной образовательной деятельности, труде, в быту.

Освоение культурно–гигиенических навыков влияет не только на игровую и трудовую деятельность, но и на взаимоотношения ребенка с взрослыми и сверстникам, 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 возможностей и умений, а также предпосылки для самоконтроля. При выполнении бытовых процессов малыш наблюдает, сравнивает, анализирует, устанавливает причинно – следственные связи.

Формирование культурно – гигиенических навыков осуществляется приёмами прямого воздействия, через упражнения, беседы, игровые и проблемные ситуации, сюрпризные моменты, тематические дни, дидактические и настольные игры, игры-имитации.

Игровые ситуации по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста:

1. Покажем Мишке как мы умеем одеваться.

Цель: в игровой форме побуждать детей соблюдать алгоритм одевания.

2. Попросим соседа передать салфетку, поблагодарим его за это.

Цель: закрепление правил этикета за столом.

3. Обучение использования туалетной бумаги.

Цель: привитие правил гигиены.

4. Самостоятельно обуваюсь.

Цель: с помощью эстафеты отработать навык самостоятельно обуваться.

5. Намыливаем руки.

Цель: отработка алгоритма мытья рук.

Дидактические игры по формированию культурно-гигиенических навыков.

Ребенка привлекает в игре не обучающая задача, которая в ней заложена, а возможность проявить активность, выполнить игровые действия, добиться результата, выиграть. Активное участие, тем более выигрыш в дидактической игре зависят от того, насколько ребенок овладел знаниями и умениями, которые диктуются ее обучающей задачей. Это побуждает ребенка быть внимательным, запоминать, сравнивать, классифицировать, уточнять свои знания. Значит, дидактическая игра поможет ему чему - то научиться в легкой, непринужденной форме.

Дидактическая игра хороша еще и тем, что малыш сразу видит конечный результат своей деятельности. Достижение результата вызывает чувство радости и желание помочь тому, у кого пока что-то не получается. Эти игры способствуют развитию познавательной деятельности, интеллектуальных операций, представляющих основу обучения.

1. «Разложи картинки по порядку»

Цель: систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, развивать речь, внимание, память.

2. **«Оденем куклу на прогулку»**

Цель: закреплять знания детей об одежде, формировать умение детей одевать куклу соответственно сезону года, погоде, систематизировать представления детей о здоровье, развивать у детей внимание, память, логическое мышление.

3. **«Азбука здоровья»**

Цель: систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, развивать речь, внимание, память.

4. **«Зайчик простудился»**

Цель: способствовать формированию навыка пользования носовым платком, закреплять знание о том, что при чихании и кашле нужно прикрывать рот носовым платком, а если кто-то находится рядом, отворачиваться

5. **«Подбери картинки»**

Цель: уточнить представления детей о предметах личной гигиены, формировать навыки здорового образа жизни.

Сюжетно-ролевые игры в младшей группе по формированию навыков самообслуживания.

Для закрепления культурно – гигиенических навыков и привычек целесообразно использовать сюжетно – ролевую игру. Необходимо обратить внимание на игры малыша, вот он посадил куклу за стол и собирается её кормить. Подскажите ему: «Ты всегда перед едой моешь руки. Не забыл ли ты помыть руки своей дочке? ». Или другая ситуация. Ребёнок укладывает спать куклу одетую. Нужно ему напомнить: «Перед сном ты всегда снимаешь одежду и аккуратно складываешь её. Твоя дочка тоже не хочет спать одетой». Таким образом, усвоение культурно-гигиенические навыки закрепляются и обогащают содержание детских игр. Малыши начинают переносить их в разные игровые ситуации, и тогда предметные действия превращаются в игровые. исполнение, проявлять инициативу.

1. **«Сделаем кукле красивую причёску»**

Цель: обогащение содержание игр; способствовать объединению детей для совместных игр.

2. **«Стирка кукольного белья»**

Цель: Учить детей объединяться по двое-трое для самостоятельных игр. Способствовать становлению сюжетной игры с куклами, обогащать содержание таких игр, развивать самостоятельность. Закреплять последовательность процесса.

3. **«День рождения куклы»**

Цель: Формирование у детей игрового интереса к игровым действиям, уважение к игровому персонажу.

Игра помогает быстрее сформировать культурно - гигиенические навыки, так как в ситуации игры процессы восприятия протекают в сознании

ребенка более быстро и точно, а в младшем дошкольном возрасте игра – это основной вид деятельности.