

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад «Белочка»**

**Консультация: « Воспитание культурно гигиенических навыков
в раннем возрасте».**

Подготовил: воспитатель
К. А. Макаренко

Улькан, 2021 г.

Культурно-гигиенические навыки очень важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, причёски, одежды, обуви продиктованы не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что если они регулярно будут соблюдать эти правила, то у них проявляется уважение к окружающим и возникнет представление о том, что неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, не будет одобрен окружающими людьми.

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. В начале детей приучают к выполнению элементарных правил: самостоятельно мыть руки с мылом, намыливая их до образования пены и насухо их вытирать, пользоваться индивидуальным полотенцем, расческой, стаканом для полоскания рта, следить, чтобы все вещи содержались в чистоте.

Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей играет важнейшую роль для их здоровья. С первых дней жизни при формировании культурно-гигиенических навыков идет усвоение правил и норм поведения, вхождение малыша в мир взрослых. Нельзя этот процесс откладывать на потом, период раннего и дошкольного детства наиболее благоприятный для формирования культурно-гигиенических навыков. Затем на их основе строится развитие других функций и качеств.

Культурно-гигиенические навыки лежат в основе первого доступного ребенку вида трудовой деятельности - самообслуживание.

Здесь важна постепенность: по мере овладения простыми, вводить новые, более сложные составляющие навыка. При обучении использовать показ самого действия, знакомить со способами его выполнения.

По мере приобретения навыка непосредственная помощь взрослого сокращается, а доля самостоятельного участия ребёнка увеличивается. Дети до трех лет испытывают удовольствие, что они сначала выполняют действия с взрослым, а потом самостоятельно.

Ласковый голос, спокойное и доброжелательное отношение настраивают ребенка на взаимодействие. Потешки, песенки, делают процесс формирования навыка более привлекательным. Ими можно сопровождать любые действия ребенка.

Например:

- при умывании: Зайка начал умываться.

Видно в гости он собрался.

Вымыл ротик, вымыл носик,

Вымыл ухо, вот и сухо!

- при расчёсывании: Петушок-петушок,

Расчеши мне гребешок.

Ну, пожалуйста, прошу,

Я кудряшки, расчешу.

- при кормлении: Каша вкусная дымится,

Лёша кашу есть садится,
Очень каша хороша,
Ели кашу не спеша.
Ложка, за ложкой,
Ели понемножку.

● при засыпании: Вот лежат в кровати розовые пятки.

Чьи это пятки- мягки, да сладки?

Прибегут гусятки, ущипнут за пятки.

Прячь скорей, не зевай, одеяльцем накрывай!

● при одевании: Даша варежку надела. "Ой куда я пальчик дела?"

Даша варежку сняла, посмотрите-ка, нашла.

Навыки детей быстро становятся прочными, если они закрепляются постоянно. Главное, чтобы детям было интересно, и чтобы они могли видеть результаты своих действий.

Следующее условие - единство требований со стороны взрослых.

Обязанность родителей - постоянно закреплять гигиенические навыки, воспитываемые у ребенка в детском саду. Важно, чтобы взрослые подавали ребенку пример, сами всегда их соблюдали.

● Ребенок за столом.

Культуру еды часто относят к гигиеническим навыкам, но она имеет этический аспект - ведь поведение за столом основывается на уважении к сидящим рядом, а также к тем, кто приготовил пищу.

Гигиеническое воспитание и обучение неразрывно связано с воспитанием культурного поведения и имеет следующие задачи:

- приучить детей правильно сидеть за столом во время еды, аккуратно есть, тщательно, бесшумно пережевывать пищу;
- уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой;
- учить тому, что, чем и как едят (хлеб, котлета, салат, суп, каша, бутерброд, запеканка);
- познакомить с разновидностями посуды (чайная, столовая).

Прием пищи - сложный процесс, в котором должно сложиться четкое взаимодействие руки, глаз, рта. К трем годам навык пользования ложкой закрепляется, можно считать, что обучение действиям приема пищи состоялась. Далее умение будет оттачиваться.

Важно обеспечить правильную посадку ребенка за столом.

Желательно, чтобы прием пищи проходил на уровне высокого сервиса: на стол ставят хлебницу (малыш должен учиться брать хлеб самостоятельно), бумажные салфетки в салфетницах (ребенок будет сам вытирать лицо), красивую посуду. Все это привлекает внимание ребенка и повышает аппетит.

Критерии опрятной еды:

- Правильно держать ложку (правая или левая рука)
- Не крошить хлеб.
- Опрятно есть, пережевывать пищу с закрытым ртом.
- Не разговаривать с полным ртом.
- Тихо выходить по окончании еды из-за стола.
- Пользоваться салфеткой.
- Благодарить.
- Пользоваться только своим прибором.

● Ребенок умывается.

Для ребенка, приученного к личной гигиене с раннего возраста, гигиенические процедуры - потребность, привычка. Обучение гигиеническим навыкам начинается со знакомства с предметами личной гигиены (полотенце, расческа, носовые платки).

При умывании необходимо учитывать следующие умения и навыки:

- Учить детей с помощью взрослого мыть лицо и руки, самостоятельно вытирать их только своим полотенцем и знать его место.

Перед гигиеническими процедурами нужно:

- Завернуть рукава одежды ребенка
- Проверить температуру воды
- Ребенок подносит руки под струю воды, берет мыло, намыливает ладони, трет ими друг о друга
- Смывает мыло под струёй воды
- Малыш самостоятельно снимает полотенце и насухо вытирает лицо и руки.

Все действия сопровождаются разговором.

● **Ребенок одевается и раздевается.**

Формирование навыков личной гигиены предполагает, и умение детей быть всегда опрятными, замечать неполадки в своей одежде, самостоятельно или с помощью взрослых их устранять. В процессе одевания и раздевания детей необходимо научить самостоятельно, снимать одежду, обувь, расстегивать и застегивать пуговицы спереди, развязывать шнурки у ботинок, знать порядок одевания, раздевания и аккуратно складывать снятую одежду. Учим оказывать помощь друг другу.

● **Учим пользоваться расчёской.**

- Знать свою расчёску и место, где она лежит
- Показать назначение расчёски и формировать навык её использования
- Учить спокойно относиться к процедуре причёсывания
- Позволять ребенку проявлять самостоятельность, исходя из его желания (Я сам)
- Переносить навык использования расчёски в игровую ситуацию
- Исключить возможность пользования чужой расчёской.

● **Ребенок перед зеркалом.**

- Знать, что такое зеркало и его назначение.
- Учить спокойно рассматривать себя в зеркале, не трогая его руками

● **Учим пользоваться носовым платком.**

- Знать назначение носового платка
- Самостоятельно брать платок и побуждать к его использованию (по необходимости обращаться за помощью)
- Постепенно формировать умение разворачивать платок.

Условия и методы формирования культурно-гигиенических навыков

- рационально организованная обстановка,
- четкий режим дня,
- руководство взрослых.

Воспитание культурно-гигиенических навыков включает широкий круг задач, и для их успешного решения рекомендуется использовать целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей: прямое обучение, показ, упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр, систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила

гигиены и постепенное повышение требований к ним. Нужно добиваться от дошкольников точного и четкого выполнения действий, их правильной последовательности.

Однако для более успешного формирования и закрепления навыков гигиены на протяжении всего периода дошкольного детства используется словесный и наглядный способ, используя различные наборы материалов по гигиеническому воспитанию в детском саду, художественное слово, разнообразные сюжетные картинки, символы. В процессе гигиенического воспитания и обучения детей детям сообщаются разнообразные сведения: о значении гигиенических навыков для здоровья, о последовательности гигиенических процедур в режиме дня, что формирует у детей представление о пользе физкультурных упражнений.

Гигиенические знания целесообразны и в ОУД по физической культуре, труду, ознакомлению с окружающим, естествознанием. Для этого используем некоторые дидактические и сюжетно-ролевые игры позволяющие взрослым закрепить у детей навыки, которые вырабатываются в повседневной жизни: «Чистоплотные дети», «Накрываем стол», «Одеваем куклу», «Накормим гостей», «За дастарханом (Правила этикета за столом)» и т.д. Интересны детям и литературные сюжеты "Мойдодыр", "Федорино горе" и др. На их основе разыгрываются маленькие сценки, роли распределяются между детьми. Для успешного решения этих задач и прочного закрепления навыков культурного поведения применяются: художественное слово по данной тематике, которое позволяет сформировать у детей хорошее настроение, положительное отношение к выполнению навыков КГН, показ настольных театров «В гости к зайке», «У Айсулу день рождение», «Напоим куклу чаем», «Мишкины именины», используется прием поощрения, похвала, одобрение, педагогическая оценка, наглядный пример взрослого. Важно вовремя похвалить ребенка, но не нужно этим злоупотреблять, чтобы он не ждал похвалы постоянно.

Но дети становятся старше, и воспитатель постепенно предоставляет им всё больше самостоятельности. Он переходит от прямых указаний к напоминанию, от показа к совету, от примера к методам позволяющим развивать у детей осознанное отношение к правилам, убеждению, разъяснению смысла правил. Только тогда, когда педагог учитывает постоянно возрастающий опыт детей, совершенствование их навыков, всё более самостоятельно выполнять установленные правила, только тогда у них формируются устойчивые привычки, не разрушающиеся при переходе в новые условия. Если этого не учитывать, то у детей вырабатывается, лишь умение подчиняться требованию взрослого.

Важно, чтобы старшие дошкольники самостоятельно пользовались культурно - гигиеническими навыкам.

Навыки детей быстро становятся прочными, если они закрепляются постоянно в разных ситуациях. Главное, чтобы детям было интересно, и чтобы они могли видеть результаты своих действий, (кто-то стал значительно опрятнее и т.д.). И еще одно условие, необходимое для успешного культурно-гигиенического воспитания – единство требований со стороны взрослых. Ребенок приобретает гигиенические навыки в общении с воспитателем, медицинским работником, помощником воспитателя и, конечно, в семье. Обязанность родителей – постоянно закреплять данные навыки, воспитываемые у ребенка в детском саду. Важно, чтобы взрослые подавали ребенку пример, выполняя всех действий. В связи с этим родителями консультации, индивидуальные беседы, может быть

запланирован и проведен день открытых дверей, с показом навыков умывания, одевания после сна.