

Государственное бюджетное учреждение здравоохранения Киселёвский дом ребёнка
«Теремок»

Консультация

«Формирование культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста»

Киселёвский городской округ

2023

Ранний детский возраст требует наибольшего внимания к себе в плане предоставляемых возможностей для ускорения психического развития ребенка, использование или неиспользование которых может иметь серьезные последствия. С психолого-педагогической точки зрения это ранний детский возраст, от одного года до трех лет. По данным, которыми в настоящее время располагает психологическая наука, этот возраст является одним из ключевых в жизни ребенка и во многом определяет его будущее психологическое развитие.

Дошкольное детство наиболее благоприятный период для развития культурно – гигиенических навыков, **особенно в ранний возраст**. В этом периоде происходит становления органов и систем и прежде всего функций мозга. Доказано, что функции коры головного мозга не фиксированы наследственно, они развиваются в результате взаимодействия организма с окружающей средой. Особенно интенсивно это происходит в первые три года жизни. В этот период наблюдается максимальный темп формирования предпосылок, обуславливающих все дальнейшее развитие организма, поэтому важно своевременно закладывать основы полноценного развития и здоровья ребенка.

Культурно-гигиенические навыки – важная составная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, тела, прически, одежды, и обуви продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений.

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

Т. С. Богина, Л.К. Ионова, Н. Д. Терехова выделяют следующие виды культурно-гигиенических навыков:[5]

Умывание: засучить рукава; намылить руки до образования пены; набрать в ладони нужное количество воды; вымыть лицо двумя руками; мыть руки до локтя с мылом; насухо вытереть руки; пользоваться личным полотенцем; не стряхивать воду с рук.

Чистка зубов; набирать зубной порошок на щетку; правильно чистить зубы щеткой; полоскать рот.

Причесывание: причесать волосы, если они растрепались; расчесать волосы; следить за аккуратностью головы.

Одевание: быть опрятным; вешать одежду на спинку стула и складывать на сиденье колготки; завязывать и развязывать тесемки у зимней шапки; застегивать и расстегивать пуговицы на нижней и верхней одежде; надевать и снимать одежду; обуваться; самостоятельно или с помощью взрослых устранять неполадки в одежде; складывать одежду лицевой стороной; соблюдать рациональную последовательность при одевании и раздевании.

Чистка и мытье обуви; очищать обувь от грязи по возвращении с улицы в помещение; протирать загрязнившуюся обувь влажной тряпкой; мыть обувь, не заливая воду внутрь.

Уход за верхней одеждой: счищать пыль с верхней одежды платяной щеткой; следить за чистотой и привлекательностью одежды.

Уборка постели: стелить постель перед сном; складывать покрывало; расправлять простыни после сна; прибирать постель после сна.

Прием пищи: мыть руки перед едой; аккуратно есть; брать хлеб и накладывать еду в тарелку столько, сколько съешь; есть молча; жевать с закрытым ртом; пользоваться салфеткой; правильно сидеть за столом; уметь обращаться с ложкой; тщательно пережевывать пищу.

Питье: ополаскивать стакан перед использованием; наливать воды в стакан сколько выпьешь; пить, не обливаясь.

В туалете: пользоваться туалетной бумагой; мыть руки после туалета.

Содержание носа в чистоте: своевременно пользоваться носовым платком.

Перемена одежды с учетом погоды: одеваться теплее при похолодании; покрывать голову при солнечных лучах; поднимать воротник при ветре; снимать лишнюю одежду на жаре.

Содержание личных вещей в порядке: всегда убирать за собой; бережно обращаться с каждой вещью; класть вещи на место; размещать их удобно для пользования и приятно для глаз.

Переход навыка в привычку достигается систематическим повторением в одинаковых или сходных условиях. Если, например, ребенка научили аккуратно складывать кубики в коробку или ящик и требуют делать это всякий раз после игры, то постепенно у него закрепится привычка, и он станет складывать кубики без напоминания взрослых.

Пока привычка не закрепилась, ребенок нуждается в контроле и указаниях взрослых, а также в поощрении, похвале, одобрении.

Вежливость, доброжелательность, размеренная спокойная речь воспитателя, опрятный внешний вид, порядок в группе — все это имеет большое значение в формировании культурно-гигиенических навыков у дошкольников.

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

Привитые с детства **навыки** приносят огромную пользу в дальнейшей жизни.

Одной из главных задач в работе с детьми раннего возраста (*от 1 до 3 лет*) является воспитание **культурно-гигиенических навыков** – **опрятности**, аккуратности в быту, **навыков культуры еды**, как неотъемлемой части **культуры поведения**. Чтобы облегчить ребенку освоение новых **навыков**, необходимо делать этот процесс доступным, интересным и увлекательным. Продолжать учить **детей** под контролем взрослого, а затем самостоятельно мыть руки после загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем. Учить с помощью взрослого приводить себя в порядок. **Формировать навык** пользования индивидуальными предметами (*носовым платком, салфеткой, полотенцем, расчёской, горшком*). В процессе еды побуждать **детей к самостоятельности**, учить держать ложку. В процессе одевания и раздевания напоминать детям их порядок. При небольшой помощи взрослого учить снимать одежду, обувь (*растёгивать пуговицы спереди, застёжки на липучках*); в определённом порядке аккуратно складывать снятую одежду; правильно надевать одежду и обувь.

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 своей расческой, влажной салфеткой.
- **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.

При формировании культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста идет не простое усвоение норм и правил поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации малыша.

При овладении культурно – гигиеническими навыками важна постепенность: по мере овладения простыми навыками можно вводить новые, более сложные. 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. Малыши до трех лет испытывают удовольствие от того, что они сначала выполняют действия со взрослым, а потом самостоятельно.

Дети отличаются большой подражательностью, поэтому взрослому нужно неоднократно показывать, как выполнять новое действие, сопровождая показ пояснениями, чтобы выделить наиболее существенные моменты данного действия, последовательность отдельных операций.

Начиная со второго года жизни с этой целью с детьми проводятся специальные дидактические игры, используются игровые приемы. («Оденем куклу на прогулку», «Накормим куклу обедом», «Научим куклу умываться» и т.п.

В 2 года ребенок почти все может снять с себя, сложить и большую часть одежды надеть. В значительной степени дети сами умываются, вытираются. На втором году жизни ребенка, необходимо систематически прививать ему навыки культуры поведения: спокойно сидеть за столом, тихо разговаривать, при укладывании спать, благодарить за оказанную помощь. На третьем году жизни малыш не только более самостоятельно может одеваться, раздеваться и т.д., но и знает определенный порядок действий, входящих в каждый процесс, приемы их выполнения. При активном формировании навыков самообслуживания важно в первую очередь надо отработать те из них, которые связаны с организацией всего коллектива.

Дети третьего года жизни все действия выполняют быстрее. В этот период нужно чаще приучать детей к взаимопомощи, поручать им несложные задания, которые готовят их к дежурствам. Помощь воспитателя выражается меньше в действиях, больше в постоянном контроле, словесных указаниях, поощрениях

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

Например:

при умывании:

Водичка, водичка,

Умой мое личико,

Чтобы глазоньки блестели,

Чтобы щечки алели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок.

Теплою водою

Руки чисто мою.

Кусочек мыла я возьму

И ладошки им потру.

Для привития **культурно-гигиенических навыков у детей** используются алгоритмы:

- одевания, умывания, складывания одежды в шкафчиках;
- показ, пример, объяснение, пояснение, поощрение;
- беседы;
- упражнения в действиях;
- игровые приёмы, сюжетно-ролевые («Семья»);
- дидактические игры «Кому что нужно?», «Для чего нужен предмет»;
- игры – имитации «Моем руки», «Одеваемся на прогулку»;
- решение проблемных ситуаций «У куклы грязные руки», «Научим Незнайку правильно мыть руки», «Научим куклу Катю одеваться»;
- чтение потешек «Водичка, водичка», «Спать пора»;
- использование стихотворения, м\ф «Мойдодыр», «Федорино горе»;
- игры-эксперименты «Чистый-грязный»;
- рассматривание сюжетных и предметных картинок «Что это и для чего?», «Так делать нельзя».

Как не важны навыки, не следует забывать что, одно только овладение ими не обеспечивает правильного поведения. Взрослые должны подавать пример во всем и требуя от ребенка выполнения определенных правил, сами всегда их должны соблюдать, быть аккуратными, внешне опрятными

Культурно-гигиенические навыки нуждаются в постоянном закреплении, поэтому одним из ведущих приёмов во **всех возрастных** группах является повторение действий, упражнение, без этого **навык не может быть сформирован**.

На основе изученной и проанализированной литературы и интернет – ресурсов можно сделать вывод, что для успешного формирования культурно – гигиенических навыков детей раннего возраста необходимо:

1. Знать особенности культурно – гигиенических навыков у детей раннего возраста;
2. Знать методы и приёмы формирования культурно – гигиенических навыков у детей раннего возраста;

3. Ознакомиться с диагностическими методиками культурно – гигиенических навыков у детей раннего возраста.

Заключение

Таким образом, формирование культурно - гигиенических навыков младших дошкольников – задача сложная, требующая систематичности и большого терпения. Все указания необходимо давать в спокойном тоне, вызывающем у детей положительное отношение к действиям, которые должны стать привычками. Воспитатель сможет достичь положительного результата, учитывая задачи формирования культурно - гигиенических навыков в соответствии с возрастными особенностями детей.



▶ Личная гигиена

ЧИСТИМ
зубки



Утренний туалет



Умываемся после прогулки



Знаем место своему полотенцу



► Самообслуживание



Готовимся к солнцу





► Культура еды





► Трудовая деятельность

