

Формирование культурно-гигиенических навыков детей раннего возраста

Культурногигиенические навыки (КГН) формируются в раннем возрасте. Действия, связанные с принятием пищи, одеванием, умывание повторяются систематически и являются органической потребностью. Главная задача - формировать простейшие навыки опрятности и самообслуживания, закладывать фундамент гигиенической культуры.

Особенности формирования культурно – гигиенических навыков у детей раннего возраста.

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. Нельзя этот процесс оставлять на потом - пусть пока ребёнок останется ребёнком, а приучить его к правилам можно и позже. Это неверное мнение!

Культурно-гигиенические навыки - важная составная часть культуры поведения. 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.
- Обогащать предметно-развивающую среду группы.

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 малыша, 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;

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 культурно – гигиенических навыков относятся:

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

Особое внимание следует уделить игровому методу, потому что игра является ведущим видом деятельности ребенка дошкольного возраста, посредством игры ребенок лучше запоминает и устанавливает причинно – следственные связи. Игра позволяет ребёнку глубже понять окружающий мир. Используя игры, воспитатель закрепляет у детей навыки, которые вырабатываются в повседневной жизни.

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 течение всей его последующей жизни.

Конспект занятия по формированию культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста группы «Чистые ладошки»

Цель: формировать навыки личной гигиены

Программные задачи: Учить детей процессу умывания, соблюдению последовательности действий (закатать рукава, открыть кран, намочить руки, затем намылить, встряхнуть воду с рук, сухо вытереть полотенцем).

Формировать у детей потребность мыть руки перед едой и при загрязнении.

Формировать навыки самообслуживания, самостоятельности.

Развивать ощущение детей при ознакомлении с качествами предметов (*мылом, полотенцем*).

Учить детей понимать обращенную к ним речь.

Обогатить словарь детей

(*душистое, ароматное мыло, мягкое, пушистое полотенце*) .

Воспитывать аккуратность и дружеские отношения.

Вызвать у детей радостное настроение, активность

Дидактический материал: кукла Катя, предметы личной гигиены (*мыло в мыльнице, полотенце*)

ХОД

Воспитатель обращает внимание на картину, где дети играют в песочнице. «Что делают дети? Какие игрушки у них есть? Что они лепят и пекут из песка?» Давайте покажем, как они пекут пирожки.

(*Выполняют действия и поют*)

-Я пеку, пеку, пеку деткам всем по пирожку,

А для милой мамочке испеку два пряничка,

Кушай, кушай мамочка вкусные два пряничка,

А ребяток позову, пирожками угощу.

А вот и наша кукла Катя возвращается с прогулки, она тоже играла с подружками в песочнице, пекла пирожки и испачкала руки

- Что нужно сделать, чтобы они стали чистыми? (*Ответы детей*)

- Правильно, их надо вымыть.

Сейчас мы будем учить Катю правильно мыть руки. (*Приглашаю детей в умывальную комнату*)

- Что нужно сделать прежде, чем мыть руки? Нужно закатать рукава.

Кто рукавчик не засучит,

Тот водички не получит.

Воспитатель выполняет действия, сопровождая словесным:

- Открываем кран, подставляем руки под воду (мочим их, затем берем мыло и намыливаем руки, чтобы появилась пена, кладем мыло в мыльницу, а мыло на ручках размыливаем, делаем «*мыльные перчатки*», трем **ладошки** с внешней и внутренней стороны.

Теплою водою руки **чисто мою**

Кусочек мыла возьму и **ладошки им потру**

- Чем мы намылили ручки? Ребята, понюхайте как оно пахнет, хорошо? Про него можно сказать – оно душистое. Какое? (*Ответы детей*)

- После этого подставляем **ладошки** под воду и смываем всю пену.

Ой, лады, лады, лады

Не боимся мы воды,

Чисто умываемся, всем мы улыбаемся.

Теперь отжимаем ручки над раковиной, чтобы не набрызгать на пол. Снимаем полотенце, разворачиваем, вытираем руки сухо на сухо. Как вытираем? (*сухо на сухо*) Полотенце мягкое, пушистое, свежее.

Мы с вами и научили Катю мыть ручки, посмотрите какие они у нее **чистые**.

Чище мойся, воды не жалея,

Будут **ладошки снега белей**.

Катя: - Спасибо, ребята, что научили меня правильно мыть руки.

Теперь я вас приглашаю поиграть.

Игра: «*Кто умеет чисто мыться*» (*дети стоят полукругом*)

Кто умеет **чисто мыться**

Кто водицы не боится?

Это мы, это мы.

Чтобы **чистенькими быть**,

Надо ручки нам помыть (*дети потирают руки*)

Вот так, вот так.

Кто не хочет быть грязнушкой

Хорошенько моет ушки (*круговые движения руками по ушам*)

Вот так, вот так.

Умываться мы умеем

Мы мочалкой мылим шею (*потираем шею*)

Вот так, вот так.

Чтобы **чисто вымыть ножки**

Мы помylim их немножко (*растираем ножки*)

Вот так, вот так.

Мы помылись, как большие

Вот мы **чистые какие**.

А теперь давайте скажем Кате «*До свидания*», ей пора уходить. Катя мне сказала, что вы ей ребята очень понравились, и ей очень понравилось с вами играть.

Список литературы:

1. Кони́на Е.Ю. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей. Игровой комплект.- Айрис-пресс, 2007 -12 с.
2. Яковенко Т., Ходонецких З. О воспитании культурно-гигиенических навыков.// Дошкольное воспитание.-1979-№ 8-15-20с.