**Формируем культурно-гигиенические навыки малышей**

**из опыта работы воспитателя ДОУ**

*Аксенова Анна Анатольевна, воспитатель*

*МБ ДОУ «Детский сад №125, г. Новокузнецк*

Успешное овладение культурно-гигиеническими навыками является неотъемлемой частью формирования общей культуры человека. Знакомство с гигиеной и культурой поведения начинается в семье с первых дней жизни ребёнка. Работу в этом направлении ведут и в детском саду. Особенно важна она в группах раннего возраста, на третьем году жизни малышей.

**Именно до трёх лет малышу легче всего усвоить распорядок дня со всеми гигиеническими процедурами и элементарные нормы поведения в ближайшем окружении, и они войдут у него в стойкую привычку**. Естественно, это возможно, если в детском саду и дома будет проводиться систематическая, планомерная работа по воспитанию культурно-гигиенических навыков.

Главные правила, которыми должен руководствоваться педагог при воспитании культуры поведения детей:

* Соответствие подаваемого материала возрасту детей, их психологическим и физиологическим особенностям. Так, разыгрывая небольшую сценку в кукольном театре на тему чистоты и порядка, не следует брать неодушевлённые предметы в качестве героев. Малыши ясельной группы не поймут сценки с ожившими мылом, полотенцем, зубной щёткой. Персонажами в небольшой сценке могут быть Зайка, Лисичка, Поросёнок, кукла мальчик или девочка, Колобок, Котёнок.
* То же касается и художественных произведений. Стихотворения, слова физкультминуток должны быть короткими, ритмичными, содержать только главную информацию. Очень удачно будет использование малых фольклорных форм: потешек, прибауток, загадок.
* Обязательное использование наглядности, причём не столько изображений, сколько самих предметов. Детям необходимо увидеть настоящие мыло, полотенце, гребешок. Воспитатель должен предоставить детворе возможность исследовать предметы, определить их свойства: «мыло ароматное, полотенце мягкое, вода тёплая».

Выработка культурно-гигиенических навыков проводится в течение всего дня, в разные режимные моменты: во время утреннего приёма, прогулок, игр, занятий, приёма пищи, подготовки ко сну. Нельзя сказать: «Сегодня мы выучили слова вежливости, работу можно прекратить». Обязательно найдётся момент, который можно использовать для воспитания культуры поведения, закрепления полученных знаний и навыков.

Для детей младшего возраста очень важно поведение педагога. В любой момент пребывания с детьми воспитатель должен контролировать себя и свои действия, быть примером детям. На прогулку, особенно после дождя, летом, ранней весной следует брать с собой влажные салфетки, следить, чтобы у каждого ребёнка был носовой платок. К примеру, после дождя могут остаться лужи, ребёнок испачкал руки, исследуя такой интересный природный объект. Педагог помогает малышу устранить непорядок при помощи влажных салфеток. Но куда девать их после использования? Разумеется, бросать на игровой площадке мусор нельзя. Приходится искать урну и выбрасывать мусор в неё. Таким образом малыши учатся аккуратно вести себя в окружающей среде, не мусорить, что также является проявлением культуры человека.

Обязательное поощрение, создание ситуации успеха. Даже маленький ребёнок — личность, и в силу возможностей стремится к достижению целей. Поддержать его в этих стремлениях, создать условия для дальнейшего развития — обязанность педагога. ***Похвала, фиксирование положительного результата в работе с малышами необходимы.***  «Вы старались, хорошо вымыли руки после прогулки, посмотрите на свои ручки: они стали ароматными, чистыми, теперь и за стол садиться будет приятно».

Ежедневную работу по воспитанию культуры поведения, формированию навыков самообслуживания, гигиенических навыков планирую каждый месяц и вношу в перспективный план наряду со схемой закаливающих процедур, комплексами утренней зарядки и гимнастики после сна. Список мероприятий на месяц состоит обычно из 6–8 пунктов. Воспитателю следует так распределять темы, чтобы в течение учебного года были охвачены все предусмотренные программой требования по этому направлению.(Таблица1)

 *Таблица 1 «Картотека тем и задач формирования культурно-гигиенических навыков в группе детей третьего года жизни»*

|  |  |
| --- | --- |
| Тема | Задачи |
| **«Я умею делать сам»** | Приучать вежливо выражать просьбу о помощи; закреплять умение самостоятельно снимать обувь и одежду и складывать в шкаф. |
| **« Носовой платочек – всегда чистый носик»** | Побуждать детей следить за своим внешним видом, своевременно пользоваться носовым платком, воспитывать опрятность, самостоятельность. |
| **«Да здравствует мыло душистое»** | Побуждать самостоятельно брать мыло из мыльницы, тереть ладошки, смывать мыло, знать местонахождения своего полотенца. |
| **«Сухие рукава»** | Формировать умение аккуратно мыть руки, закатывать рукава, не проливать воду на пол, насухо вытирать их личным полотенцем; формировать умение мыть руки перед едой, хорошо намыливать руки и тщательно смывать грязь. |
| **« Знакомимся со столовым этикетом »** | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки самообслуживания, приучать правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами. |
| **«Одевание–раздевание»** | Закрепить умения расстёгивать и застёгивать застёжки на липучках, упражнять в использовании других видов застёжек, продолжать приучать соблюдать правила поведения в раздевалке, обращаться с просьбой о помощи, употребляя вежливые слова. |
| **«Где моё полотенце? »** | Побуждать детей самостоятельно находить своё полотенце, тщательно вытирать лицо и руки, вешать на место; развивать ориентировку в пространстве, внимательность. |
| **«Обувь ставим по местам»** | Формировать у детей навыки самообслуживания, приучать аккуратно, ставить обувь возле кроватки, самостоятельно обуваться после сна. |
| **«Учусь всё делать сам! »** | Продолжать побуждать детей самостоятельно одеваться, обуваться, быть доброжелательными друг к другу, развивать коммуникабельность. |
| **«Аккуратная причёска»** | Приучать детей пользоваться индивидуальной расчёской, контролировать свой внешний вид с помощью зеркала. |
| **«Стульчик на место»** | Приучать детей правильно брать стул и аккуратно ставить его на место; развивать ориентировку в пространстве, координацию движений. |
| **«Я уже большой! »** | Закреплять умение правильно сидеть за столом, есть аккуратно, брать пищу только ложкой, пользоваться салфеткой; совершенствовать навыки культуры еды. |
| **«Где мой стульчик? »** | Приучать детей находить свой стул, правильно его брать и аккуратно ставить возле стола, знакомить детей с правилами безопасного поведения в группе. |
| **«Вещи по местам! »** | Формировать у детей умение доставать одежду из шкафчика и убирать её на место после раздевания, аккуратно всё складывать; приучать детей словесно выражать просьбу о помощи, воспитывать умение спокойно вести себя в раздевальной комнате. |
| **«Умеем умываться! »** | Во время умывания побуждать детей к правильной последовательности: засучить рукава, намочить руки, взять мыло, намылить ладошки, смыть мыло водой, стряхнуть ладошки. |
| **«Я учусь одеваться и раздеваться сам! »** | Приучать детей самостоятельно убирать одежду в шкаф и доставать из шкафчика, аккуратно всё складывать; словесно выражать просьбу о помощи; спокойно вести себя в раздевальной комнате. |
|  |

Главное, о чём не должен забывать педагог, проводя работу по формированию культурно-гигиеничных навыков - это сохранение здоровья детей, обеспечение их безопасности. Малышей сразу же приучают к простым, но важным правилам, которые помогут сохранить здоровье, поясняют, зачем их нужно соблюдать:

* В умывальной комнате ведём себя спокойно, не бегаем, не толкаемся. Можно поскользнуться, упасть, удариться об умывальник, толкнуть товарища.
* Воду сами не включаем, дожидаемся помощи воспитателя или няни (если установлены смесители, дети могут включить горячую воду, за этим необходимо следить особенно строго), не разбрызгиваем, аккуратно стряхиваем в раковину.
* Лицо моем чистыми от мыла руками, чтобы оно не попало в глаза. Мыло помогает нам соблюдать чистоту, но щиплет глаза.
* За столом сидим ровно, не разговариваем. Еда, напитки, хлеб — не игрушки, к ним нужно относиться серьёзно и бережливо.

Все эти правила не просто заучивают, а отрабатывают во время игровых тренингов, смоделированных ситуаций, дидактических игр. Они помогают педагогу завуалировать свою «поучающую» позицию и в то же время позволяют без усилий привлечь внимание детей, активно на них воздействовать.

Игровые ситуации могут быть примерно следующими:

1. Умение вести себя во время приёма пищи: «Расскажем Зайчику, как следует правильно кушать», «Поможем куклам накрыть столик к обеду», «День рождения у куклы Наташи», «Чаепитие со зверюшками».
2. Навыки умывания, мытья рук: «Научим Зайчика умываться», «Мыльные перчатки».
3. Навыки одевания и раздевания: «Соберём куколку на прогулку», «Поможем кукле Даше собраться в гости к Мише», «Сандалики поссорились, а потом подружились», «Покажем Зайчику, как нужно складывать одежду перед сном», «Найди пару носочку, а потом сложи их».

Занятие для младших дошкольников можно выстроить вокруг следующих произведений:

1. Культура поведения за столом: русская народная сказка «Лиса и журавль», стихотворения «Вкусное каша» З. Александровой, «Кто скорее допьёт», «Маша обедает» С. Капутикян, «Обедать» Е. Благининой, «Маша и каша» Э. Мошковской.
2. Навыки одевания, раздевания: сказка Н. Павловой «Чьи башмачки», С. Прокофьевой «Сказка про башмачки», стихотворения И. Муравейка «Я сама», З. Алксандровой «Мой Мишка».
3. Навыки умывания, мытья рук: сказка К. Чуковского «Мойдодыр», стихотворения А. Барто «Девочка чумазая», С. Капутикян «Хлюп-хлюп», Г. Лагздынь «Аккуратные зайчата, потешка «Водичка, водичка…».

КГН можно также связывать с продуктивной деятельностью. Например, предложить дошкольникам занятие «Раскрась блюдце и чашку» (готовые шаблоны), «Мыло» (самостоятельное рисование и раскрашивание).

Поскольку внимание малышей четвёртого года жизни ещё очень неустойчиво при проведении занятия важно создать у них мотивацию, заинтересовать предстоящей деятельностью. **Наилучший вариант при этом — задействовать любимые игрушки или известных ребятам сказочных персонажей.**

Например, в группу стучится почтальон (кто-то из взрослых) и приносит посылку. В ней оказывается письмо от Мойдодыра (дошкольники уже знают про него сказку). Герой сообщает малышам, что вчера во время прогулки он встретил мальчика. Она рассказал, что у них в детском саду есть кукла Маша, у которой всё личико и ручки грязные. Мойдодыр хочет, чтобы дети продемонстрировали ей, как следует умываться.

Таким образом, малыши смогут выступить в роли «учителей», что им всегда очень нравится, ведь так они чувствуют себя взрослыми и значимыми.

Другой пример такого «поучения». В гости к дошкольникам приходит Винни-пух (игрушка) Он сообщает, что долго добирался, устал и хочет подкрепиться мёдом, который принёс с собой. Медвежонок начинает есть мёд руками, перемазав всю мордочку. Задача детей — объяснить персонажу, что он поступает неправильно и научить, как нужно правильно принимать пищу.

Другой вариант мотивации — подарок. Это также можно представить в виде посылки. На этот раз её присылает какой-нибудь зверёк из леса, например, зайчик Стёпа. В коробке оказывается несколько интересных предметов: мыло, полотенце, расчёска и пр. Воспитатель рассматривает их вместе с ребятами, беседует о назначении каждой вещи, просит подобрать эпитеты (полотенце мягкое, пушистое, впитывает жидкость, мыло же ароматное, гладкое).

Культурно-гигиенические навыки — важнейшее условие гармоничного развития дошкольника. Чем раньше они сформируются у ребёнка, тем лучше для становления его личности. Работая с ребятами в данном направлении, воспитатель второй младшей группы должен проявить максимум терпения и чуткости, подключить всю свою фантазию, использовать больше игровых приёмов. И тогда соблюдение несложных правил войдёт у ребят в привычку, а пребывание в детском саду станет более комфортным.

Кроме того, культурно-гигиенические навыки лежат в основе первого доступного ребёнку вида трудовой деятельности - труда по самообслуживанию. Малыш научился одевать платье, колготки, туфли и начинает осваивать последовательность одевания: что сначала, что потом. При этом сформированные навыки объединяются, образуя схему действий в ситуациях одевания, умывания, укладывания спать и т. д. То есть происходит укрупнение единиц действия, когда малыш работает уже не с одним элементом, а с их группой. Постепенно трудовые действия объединяются в сложные формы поведения. При этом он переносит отношение к себе на отношение к предметам, начинает следить за чистотой не только своего внешнего вида, но и своих вещей, за порядком.

Таким образом, можно утверждать, что сформированные культурно-гигиенические навыки обеспечивают переход к более сложным видам деятельности, стимулируют их развитие, обогащают содержание.

Для закрепления знаний и навыков личной гигиены желательно давать детям различные поручения, например, назначить санитаров для систематической проверки у сверстников состояния ногтей, рук, одежды, содержания личных вещей в шкафу. Навыки и 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.).

Обязательным условием формирования гигиенических навыков у детей, воспитания привычки к здоровому образу жизни является высокая санитарная культура персонала дошкольного учреждения. Где должны быть созданы необходимые условия для сохранения здоровья детей, полноценного физического и гигиенического развития.

Следующее условие, необходимое для успешного гигиенического воспитания – единство требований со стороны взрослых. Ребенок приобретает гигиенические навыки в общении с воспитателем, медицинским работником, няней и, конечно, в семье. Обязанность родителей – постоянно закреплять гигиенические навыки, воспитываемые у ребенка в детском саду. Важно, чтобы взрослые подавали ребенку пример, сами всегда их соблюдали.

**Список литературы:**

1. Белостоцкая Е.М., Виноградова Т. Ф. и др. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до . - М.: Просвещение,2011. - 273с.

2. Гурина И. В. Первые шаги от 0 до 3 лет. Засыпаем, кушаем, маму с папой слушаем. - СПб.: Литера, 2007. - 30с.

3. Зайцев Г.К. Уроки Мойдодыра. - СПб.: Акцидент, 2009. - 34с.

4. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ. /Под ред. Бе- ресневой З.И. - М.: ТЦ Сфера, 2003. - 32с.

5. Каплан Л. Посеешь привычку, пожнешь характер. - М.: Просвещение, 2010. - 98с.

6. Конина Е.Ю. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей. Игровой комплект. - М: Айрис-пресс, 2007 -12 с.

7. Лямлина Г.М. Воспитание культурно - гигиенических навыков в старшем дошкольном возрасте// Дошкольное воспитание - 1976 - №2. - С. 80- 82.

8. Паунова С. Гигиенические навыки - с малых лет // Дошкольное воспитание. - 1993. -№ 11. - С. 67.

9. Урунтаева Г. А, Афонькина Ю.А. Как приобщить малыша к гигиене и самообслуживанию. - М.: Просвещение, 2007. - 215с.

10. Чулкова Н. Воспитание культурно-гигиенических навыков // Дошкольное воспитание. - 1991 - №5 - С.11

11. Шалаева Г.П., Журавлева О.М. Правила поведения для воспитанных детей. - М.: Слово - Эксмо, 2010. - 160с.

12. Ясвин В.А. Развивающий потенциал разновозрастных групп детского сада // Образование и наука. - 2006. - № 5. - С. 27-33.