«Формирование санитарно-гигиенических навыков у младших школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в условиях школы-интерната»

Воспитание у детей с ОВЗ навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. В процессе повседневной работы с детьми с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались.   
 Жизнь в XXI веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья.

В школе разработана адаптированная основная общеобразовательная программа в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), предъявляемыми к структуре, условиям реализации и планируемым результатам освоения.

Содержательный раздел программы включает в себя программу по формирования здорового и безопасного образа жизни.

**Основные задачи программы**:

* формирование представлений об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
* пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье;
* формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья;
* развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков по самообслуживанию и личной гигиене;

**Формирование санитарно -гигиенических навыков** и навыков самообслуживания - это начальный этап по трудовому воспитанию ребенка. Санитарно-гигиенические навыки нуждаются в постоянном закреплении. Изменения системы воспитательной работы, отсутствие внимания к формированию и использованию навыков может привести к их быстрой утрате. Свои особенности имеет формирование санитарно-гигиенических навыков у детей с ограниченными возможностями здоровья.

Значительная часть детей с ОВЗ оказывается неспособной к самообслуживанию и постоянно нуждается в опеке и помощи со стороны родителей или лиц, их заменяющих, что значительно затрудняет их дальнейшую адаптацию и интеграцию с социальной средой. Нарушения двигательного и/или психического развития, трудности, которые испытывают дети в повседневной практической жизни, гиперопека со стороны родителей - все это снижает мотивацию к овладению навыками самообслуживания и санитарно-гигиеническими навыками.

На характер формирования навыков у этих детей оказывают влияние особенности восприятия, процессы внимания и памяти, анализа и сравнения. Дети испытывают значительные затруднения при выполнении координационных двигательных действий, а все это негативно влияет на процесс формирования навыка.

При формировании санитарно-гигиенических навыков у детей необходимо специальное, индивидуальное обучение, в котором равноправно сочетаются обучение, воспитание и развитие. В коррекционной работе с детьми отвожу основную роль обучению.

Процесс обучения санитарно-гигиеническим навыкам у детей с ОВЗ включает в себя: уход за кожей, уход за зубами, сохранение слуха и зрения, уход за волосами.

При организации работы продумываю свою работу с учетом возможностей детей. Детей держу под непосредственным контролем и оказываю им практическую помощь.

Каждому ребенку мы маркируем предметы пользования. На первоначальном этапе обучения достаточно, чтобы ребенок знал места хранения предметов личной гигиены, умел находить эти предметы и отличать их друг от друга и дать понять, что пользоваться можно только своими.

Даже за небольшие успехи в освоении навыков самообслуживания детей хвалю.

**Воспитание гигиенических навыков играет важнейшую роль в охране здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах.**

**Поэтому в процессе повседневной работы с детьми стремлюсь к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались.**

В работе с детьми ставлю задачи на формирования санитарно-гигиенических навыков в соответствии с возрастом и особым развитием детей:

- мыть руки с мылом перед едой и после каждого загрязнения

- умываться после ночного сна

- насухо вытираться после умывания и вешать полотенце на место

- пользоваться зубной щеткой

- пользоваться носовым платком по мере надобности в помещении и на прогулке

- пользоваться расческой, стоя перед зеркалом

- не брать пищу грязными руками

- мыть ноги перед сном

- следить за своим внешним видом и с помощью взрослого приводить себя в порядок

- при раздевании учиться складывать аккуратно одежду и убирать её на свою полку.

|  |
| --- |
| **У детей с ОВЗ формирование навыков гигиены не происходит самопроизвольно.**  Приобретенные навыки каждый день повторяем, закрепляем и расширяем.  Формирование навыков происходит в играх, труде, занятиях, в быту.  Нашим детям приходится повторять по нескольку раз, в случае необходимости оказывать помощь, только так добиваюсь желаемого результата. Это происходит каждый день: утром, днём и вечером. Такое обучение происходит в естественной обстановке. |
|  |
|  |

        Ребенок, достигая под воздействием взрослого успеха в овладении самообслуживания, становится более умелым, более независимым от взрослого, уверенным в своих возможностях. Результат создает основу для коррекции имеющихся отклонений у ребенка и обеспечивает последующую его социализацию.

Для эффективной работы с детьми использую разнообразные формы занятий:

**Беседы и**  **коррекционно-развивающие воспитательные занятия:** «Твой внешний вид», «Для чего нужна утренняя зарядка», «Зачем соблюдать режим дня», «Волосы. Уход за ними», «Да здравствует мыло душистое!», «Мои помощники», «Зачем чистить зубы»

«Уход за телом», **«**Правила личной гигиены»

**Практикумы:** «Волшебная щеточка», «Здоровые волосы», «Чтобы быть красивым»

**Игры**: «Уроки Мойдодыра», «Съедобное-несъедобное»,

**Сюжетно-ролевые игры: «**парикмахерская», «салон красоты»

**Настольно-дидактические игры: «**Собираемся на прогулку», «Найди пару», «Предметы личной гигиены», «Что сначала, что потом», и т.д.

**Рисование, аппликации, просмотр мультфильмов, чтение произведений,**

На примере героев произведений дети учатся следить за своим внешним видом, они не хотят быть похожими на отрицательных героев.

Иногда сочетаю словесный и наглядный методы, используя сюжетные картинки и символы, дающие представления о последовательности выполнения действий при умывании, чистки зубов, одевании на прогулку и т.д. Даже если ребёнок не в состоянии заметить непорядок в одежде или в обуви, он привыкает устранять его самостоятельно или с помощью.

      При формировании и привитии у детей с ОВЗ санитарно – гигиенических навыков и навыков самообслуживания  использую метод игровой технологии, которая является для них наиболее подходящей формой коррекционного обучения. Любая игра ставит целью обогатить чувственный опыт ребенка, развивать его умственные способности (умение сравнивать, обогащать, классифицировать предметы и явления окружающего мира, высказывать свои суждения, делать умозаключения).

С детьми проводятся игры, беседы, задания и упражнения: «Зачем нужна человеку голова?», «Какого цвета могут быть глаза?», «Как ты улыбаешься?», «Для чего нам нужны зубы?», «Какого цвета твои волосы?», «Для чего нам нужны руки?», «Улыбнись- поклонись» (перед зеркалом).  
 В формировании умений сопоставлять, соотносить и сравнивать с детьми проводятся игры, задания и упражнения: «Чьи зубы самые белые?», «У кого в классе самые чистые руки?»

Формирование и развитие навыков самообслуживания связано с усвоением значения чистоты тела, лица, рук для сохранения и укрепления здоровья. Дети знакомятся с примерами из произведений «Мойдодыр», «Маша-растеряша»,  «Федорино горе».  
 Используются такие игры, задания и упражнения, как: «Покажи части своего тела и лица» (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот,

спина, плечи, руки, ноги, пальцы, ногти, колени, локти); игры на внимание.

Игра «Мешочек гигиены» способствует умению узнавать предметы личной гигиены **(расческа, полотенце, носовой платок, зубная щетка, зубная паста, мыло).**

Проговариваю в сопровождении показа названия предмета личной гигиены: «Это расческа Вики», «Дай мне расческу Алины», «Положи расческу на место» и т.д.;

проводятся игровые упражнения: «Возьми свою щетку», «Найди свое полотенце», «Открой (закрой) тюбик с зубной пастой», «Найди салфетку» (зубную щетку и т.д.) среди предметов;

Дети рисуют и раскрашивают предметы личной гигиены, украшают их; **проводятся упражнения с рисунками, карточками**: «Покажи, где полотенце» (зубная щетка и т.д.);

используются **практические ситуации**: «Где полотенце Ромы?» (достань тазик Егора); **дидактические игры** «Предметы личной гигиены», «Что сначала, что потом» и т.д.

Затем  дети учатся правильно использовать предметы личной гигиены в ходе режимных моментов, которые проводятся в условиях, специально созданных игровых и практических ситуаций в учебное и внеурочное время, развивают умение правильно дифференцировать предметы личной гигиены по назначению.

Использование подобных игровых ситуаций, положительных эмоциональных стимулов позволяет поддерживать интерес детей к процессу обучения.

Применение игровых технологий в формировании санитарно-гигиенических навыков у обучающихся детей с ОВЗ способствует появлению у каждого ребенка положительного отношения к себе, становлению образа «Я», что оказывает влияние на формирование личности ребенка в целом. В своём занятии хочу показать использование игровых технологий при формировании санитарно-гигиенических умений и навыков у младших школьников с умственной отсталостью.