Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение ЭАТО г. Североморск «Детский сад № 41

План самообразования

Тема: «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста по средствам фольклора и игровой деятельности»

воспитателя Петровой Марии Борисовны

на 2021-2022 учебный год

**Содержание:**

1. Актуальность.

2. Цель.

3. Задачи.

4. Формы работы с детьми.

5. Формы работы с родителями.

6. Предполагаемый результат.

7. План работы на учебный год.

8. Список литературы.

9. Диагностика.

**Актуальность выбранной темы:**

Период раннего и дошкольного детства является наиболее благоприятным для формирования культурно-гигиенических навыков. Затем на их основе строится развитие других функций и качеств, усвоение правил и норм поведения.

Выделяют три основные категории культурно – гигиенических навыков: гигиенические навыки (приём пищи, умывание и мытьё рук, пользование горшком и т.п.); навыки культуры поведения (формирование положительного отношения к окружающим взрослым и детям); навыки элементарного самообслуживания (посильная самостоятельность). Формирование культурно- гигиенических навыков это не простое усвоение правил, норм поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации ребёнка.

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.

Считаю, что формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста посредством фольклора и в игровой деятельности является актуальной темой для самообразования, так как используемые методы и приемы по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста традиционны, малопродуктивны.

Для плодотворного общения взрослого и ребенка важно установление добрых и доверительных взаимоотношений, важен эмоциональный контакт.

*В этом помогает детский фольклор и игровая деятельность* — сказки и игровые ситуации, малые фольклорные жанры*:* песенки, потешки, прибаутки, считалки, пословицы, поговорки, загадки, дразнилки, кричалки, заклички, пестушки.

Включаясь в режим дня, выполняя бытовые процессы ребенок осваивает серию культурно – гигиенических навыков: мыть руки, чистить зубы, пользоваться ложкой и вилкой, одеваться и раздеваться и прочее. Эти навыки -одна из составляющих культуры поведения человека в быту. Они определяют содержание действий человека, предписывают, что он должен делать в той или иной ситуации, за ними стоят нормы морали, правила поведения, хотя человек не всегда их осознает.

*Малый фольклорный жанр* – это миниатюрные поэтические произведения, созданные для детей и имеющие определенную педагогическую направленность. Они окрашивают речь педагога, делая её образной и красочной, привлекают внимание детей, оживляют обычные повседневные дела дошкольника. Песенки – потешки приносят радость, вызывают желание повторить слова за взрослым, выполнить задания педагога, участвовать в общих играх. Колыбельные песни успокаивают, снимают напряжение, готовят ребенка ко сну, убаюкивают.

У детей раннего возраста сильно выражена потребность в общении и предметной деятельности, однако любая деятельность должна сопровождаться интересом. Обеспечить такой интерес и эмоциональную окраску может только игра как ведущий вид деятельности ребенка.

Игра является важнейшей деятельностью ребенка. Это лучшее средство удовлетворения его интересов и потребностей, реализация его замыслов и желаний. В своей игре ребенок как бы отражает то, что будет в его жизни, когда он станет взрослым. Содержание игр формирует добрые чувства, смелость, решительность, уверенность в себе

С точки зрения науки о гигиены, игра является групповой формой гигиенического воспитания, представляющая собой развлекательное занятие с определенными правилами, приемами.

*Рассмотрим виды игровой деятельности гигиенического воспитания ребенка:*

*-сюжетно-ролевые игры;*

*-дидактические игры: игры с предметами, настольно-печатные, словесные игры.*

-игры с предметами (игрушками), в которых особое место занимают сюжетно-дидактические, где дети выполняют определенные роли, и игры -  инсценировки, которые помогают уточнить представления о различных предметах.

-настольно-печатные игры. Эти игры разнообразны по содержанию, обучающим задачам, оформлению. Они помогают уточнять и расширять представления детей об окружающем мире, систематизировать знания, развивать мыслительные процессы.

-словесные игры отличаются тем, что процесс решения обучающей задачи осуществляется в мыслительном плане, на основе представлений и без опоры на наглядность.

*Роль игры для формирования личности ребенка.*

1. В игре ребенок учится полноценному общению со сверстниками;

2. Учится подчинять свои импульсивные желания правилам игры;

3. В игре интенсивно развиваются психические процессы, формируются первые нравственные чувства что плохо, а что хорошо;

4. Формируются новые мотивы и потребности (соревновательные, игровые мотивы, потребность в самостоятельности);

5. В игре зарождаются новые виды продуктивной деятельности (рисование, лепка, аппликация).

**Цель:** повышение своего профессионального мастерства и компетентности в использовании фольклора и игровой деятельности в формировании культурно-гигиенических навыков у детей раннего и младшего дошкольного возраста.

**Задачи:**

- Изучить и проанализировать источники по проблеме формирования культурно-гигиенических навыков у детей раннего и младшего дошкольного возраста.

- Создать в группе детей младшего дошкольного возраста условия для формирования культурно-гигиенических навыков: опрятности, аккуратности в быту, навыков культуры еды, как неотъемлемой части культуры поведения.

- Разработать перспективный план работы рекомендации по формированию культурно-гигиенических навыков посредством фольклора и игровой деятельности.

- Способствовать умению пользоваться индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, горшком).

- Обучать детей навыкам самообслуживания.

- Развивать у детей игровые умения (отражать в игре процессы умывания, одевания, приёма пищи).

**Формы работы с детьми:**

* совместная деятельность воспитателя с детьми:
* индивидуальная работа с детьми
* свободная самостоятельная деятельность детей.

*К методам формирования гигиенических навыков можно отнести:*

* Разъяснение необходимости выполнения режимных моментов, гигиенических процедур;
* Пример взрослого;
* Приучение, упражнение;
* Создание воспитывающих ситуаций;
* Поощрение помогает ребенку утвердится поверить в свои силы (особенно в освоение новых навыков).

Воспитание гигиенических навыков включает широкий круг задач, и для их успешного решения рекомендуется использовать целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей:

*1.Показ и объяснение*

В раннем возрасте показ должен сопровождаться пояснением, причем необходимо четко делить новое действие на операции, выделяя сначала наиболее важное, а потом незначительное.

Объяснение нового действия дается очень подробно, затем постепенно сужается и сводится к напоминанию правила, которое может быть обращено ко всем или отдельным детям. Напоминание может быть косвенным (воспитатель заранее выражает желание в том, что дети правильно выполняют задание и вскользь напоминает требование) и прямые.

*2.Упражнение и контроль*

Упражнение: без него ни один навык не может быть сформирован, т.к. только в активной деятельности каждого ребенка создаются и закрепляются динамические стереотипы.

Контроль очень важен на начальной стадии формирования навыков. Следует проверять, как выполнены отдельные действия или задания в целом. Отсутствие контроля ведет к формированию у детей лишь отдельных навыков.

*3.Пример взрослых*

Нужно постоянно помнить о том, что дети в этом возрасте очень наблюдательны и склонны к подражанию , поэтому воспитатель должен быть для них образцом. Пример может быть прямым («делай, как я!») и косвенным (воспитатель использует различные формы, которые вызывают интерес у детей, привлекают их внимание). Учеба ребенка, в основе которой лежит подражание, начинается очень рано, когда он еще ничего не понимает. От природы у них хорошо развита эмоционально- механическая память, непроизвольное внимание. Именно поэтому ребенок, наблюдая за взрослыми, фиксирует, перенимает, формирует, создавая свою «энциклопедию» навыков, привычек, знаний.

*4.Игровые приемы*

Позволяют воспитателю, с одной стороны, скрыть свою педагогическую позицию, а с другой – более активно воздействовать на малыша. Игровые приемы очень эффективны в воспитании маленьких детей. Помогает закрепить имеющиеся навыки, хороши дидактические игры, игра "в ошибки".

*5.Использование иллюстраций, художественного слова, фольклора, книг, бесед, инсценировок.*

Все это уточняет представления детей о том, как надо выполнять тот или иной навык. 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, помощником воспитателя 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.

**Формы работы с родителями:**

- анкетирование родителей

- индивидуальные и групповые беседы

- оформление наглядной информации(стенды, папки-передвижки)

- привлечение к обогащению развивающей предметно-развивающей среды группы.

- планирование проведения следующих консультаций:

1.«Как правильно одевать ребёнка на прогулку»

2.«Как привить детям культурно – гигиенические навыки»

3.«Как приучить ребёнка к аккуратности и опрятности»

- проведение родительских собраний: «Как вырастить ребенка здоровым?», «Воспитание навыков самообслуживания»

**Предполагаемый результат**:

 *результат для воспитанников:*

Овладевают умениями самостоятельно умыться, мыть руки и лицо. Благодарить взрослых, выходя из-за стола. Умеют правильно держать ложку, задвигать стульчик. С помощью взрослого пользуются носовым платком, салфеткой, приводят в порядок одежду, прическу. Бережно относятся к вещам. Приобретают навыки опрятности. Под контролем взрослого выполняют отдельные действия: снимать и надевать (шапку, валенки, носки, расстегнутые туфли, шорты, колготки). Способны в игре отражать игровые умения по формированию культурно-гигиенических навыков.

 *результат для педагогов:*

Создают условия для формирования культурно-гигиенических навыков. Используют игровую деятельность, устное народное творчество (потешки, песенки, прибаутки) в процессе умывания, одевания, во время еды. Осуществляют индивидуальную деятельность с ребенком. Сотрудничают с родителями, совместно решая с ними задачи по формированию культурно-гигиенических навыков. Используют индивидуальные рекомендации и советы для родителей.

 *результат для родителей:*

Проявляют интерес к формированию культурно-гигиенических навыков у их детей. Стремятся помочь использовать предложенные методы и приемы в домашних условиях. Предоставляют ребенку возможность включаться в гигиенический процесс.

**План работы с детьми.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Наименование навыка** | **Цель** | **Наименование игр** |
| Сентябрь | ***1.Подбор литературы*** | Изучение предлагаемой литературы по теме. | -Конспекты, выдержки из используемой литературы по разделам |
| Октябрь | ***1.Навык одевания и раздевания******2. Навык культуры еды******3. Навык пользования носовым платком*** | Знакомство с оборудованием раздевалки (шкафчики для одежды, скамейки, полочка для обуви), назначением и способами его использования ребенком. Учить детей знать и находить свои картинки, символизирующие место его вещей.Формировать навык последовательных действий одевания на прогулку. Закрепить представления детей об одежде, назначении вещей. Воспитывать аккуратность, бережное отношение к одежде.навык аккуратной еды, правильно пользоваться ложкой.Знакомство с предметами личной гигиены (мыло, полотенце, расческа, носовой платок). Учить ребенка пользоваться носовым платком. | Игровая ситуация «Путешествие с куклой Катей». Знакомство с раздевалкой.Дидактическое упражнение «Найди свой шкафчик», «Чья картинка»Тема: Оденем куклу Катю на прогулку.Рассказывание истории про Машу и Мишу «Как вести себя за столом»Упражнение «Умывалочка».Потешки, прибаутки, загадки при пользовании носовым платком.Игра "Кукла Катя заболела" |
| Ноябрь | ***1. Навык мытья рук***  ***2. Навык одевания и раздевания******3. Навык культуры еды*** | Учить детей подворачивать рукава одежды перед умыванием и мытьём рук с помощью взрослого.Познакомить детей с действиями для купания. Активизировать в речи слова: ванночка, мыло, полотенце, мыльница, намыливать, вытирать и др. воспитывать доброе отношение к куклеУчить снимать одежду в определённой последовательности и вешать на стул. Закреплять умение аккуратно вешать и складывать одежду. Воспитывать желание помочь игрушке.Учить детей принимать правильное положение за столом во время еды держать хлеб в левой, а ложку в правой руке (дети-левши наоборот).Познакомить детей с названиями предметов столовой посуды. Активизировать речь детей, используя слова: скатерть, посуда, салфетница. Воспитывать культуру поведения во время еды, заботливое отношение к кукле. | Игра «Умоем куклу Машу»Педагогическая ситуация «Покажи чистые ладошки» Потешки , прибаутки, загадки при умывании. Тема: Купание куклы Кати. Игра «Уложим куклу спать», стихотворение «Спать пора» П.ВоронькоТема: Научим куклу Катю раздеваться.Стихотворение «Приятного аппетита» В.Берестов,рассказывание истории про Машу и Мишу «Как Витю учили есть ложкой»Тема: Накроем стол к обеду. |
| Декабрь | ***1.Навык мытья рук******2.Навык одевания и раздевания******3.Навык культуры еды******4.Навык пользования носовым платком*** | Учить детей следить за чистотой своих рук и мыть их при необходимости, учить подставлять руки под струю воды, делать круговые движения ладошками.Учить детей одевать колготки, шорты, просить о помощи взрослых, при раздевании вешать вещи на стульчик, воспитывать самостоятельность.Учить с помощью взрослых ставить стулья к столам, стелить на стол салфетки, ставить вазочки, продолжать приучать. Совершенствовать навыки аккуратной еды, учить благодарить после еды.Учить ребенка пользоваться индивидуальным носовым платком. | Использование потешки «Водичка-водичка», стихотворения Г.Ладонщикова«Я под краном руки мыла…»,Упражнение «Мыльные перчатки»Игра «Такие разные носочки», А. Барто «Башмаки» Чтение: потешка «Наша Маша маленька», З.Александрова «Катя в яслях»«Этикет для карапузов», Чтение: потешки: «Ладушки, ладушки», «Умница Катенька».рассматривание картинок на тему - посуда. Педаг. ситуация «Кукла учится у ребят аккуратно кушать» - визит куклы на обед, полдник, ужинУпражнение "Носики-курносики" |
| Январь | ***1.Навык мытья рук******2.Навык одевания и раздевания******3.Навык культуры еды******4.Навык пользования носовым платком*** | Учить самостоятельно брать мыло, смочив его намыливать руки.Помочь детям запомнить последовательность раздевания. Закреплять умение аккуратно вешать и складывать одежду. Воспитывать желание помочь игрушке.Учить детей тщательно пережевывать пищу, откусывать хлеб, заедать супом; совершенствовать навык культурной еды.Учить детей пользоваться носовым платком с помощью воспитателя. | Чтение «Мойдодыр» К. Чуковского; использование потешки «Ой лады, лады, лады не боимся мы воды…», упражнение «Сделаем лодочки»Дидактическая игра «Кукла Катя идёт на прогулку», игра Тема: Научим куклу Катю раздеваться.Стихотворение «Приятного аппетита», Ю.КушакЧтение: потешки: «Идёт коза рогатая», «Пошёл котик на торжок», «Кисонька - мурысонька», З. Александрова «Вкусная каша».Игра «Платочек для куклы Кати» |
| Февраль | ***1.Навык мытья рук******2.Навык одевания и раздевания******3.Навык культуры еды******4.Навык пользования носовым платком*** | Учить отжимать воду с рук (кулачки), не капать на пол, пользоваться своим полотенцем, своевременно пользоваться туалетом.Учить застёгивать и расстегивать пуговицы на одежде с помощью взрослого, застёгивать и расстегивать «липучки».Совершенствовать навыки культуры еды, учить пользоваться салфеткой после приёма пищи.Учить детей пользоваться носовым платком с помощью воспитателя. | Потешки «Кран-откройся…», рассказывание истории про Машу и Мишу «Как Маша и Миша учились мыть руки», упражнение «Мыльные перчатки»Дид.игры «Застёжки-шнурочки»,«Волшеб-ные пуговки», стишок «Где мой пальчик» Н. Саконская.Стихотворение « Про ложку» В.БерестовИгра «Платочек для Мишки» |
| Март | ***1.Навык мытья рук******2.Навык одевания и раздевания******3.Навык культуры еды******4.Навык пользования носовым платком*** | Учить детей самостоятельно пользоваться развёрнутым полотенцем в процессе умывания.Побуждать детей отображать часто производимые взрослыми действия (причесывание). Развивать навыки самообслуживания. Воспитывать опрятность у детей.Учить одеваться в определённой последовательности, начиная с ног, а раздеваться сверху.Учить детей правильно сидеть за столом, наклонять голову над тарелкой, кушать аккуратно.Совершенствовать навыки пользования платком. | Чтение Н. Найдёнова «Наши полотенца»,дидактические игры: Тема: «Купание куклы Кати», упражнение «Умывалочка»Тема: Причешем куклу Катю.Рассматривание картины: «Петя собирается на прогулку», игра «Каждая ножка - в свой домик»Игры: «Кукла ждет гостей», «Накормим куклу обедом».Упражнение «Носики-курносики». |
| Апрель | ***1.Навык мытья рук******2.Навык одевания и раздевания******3.Навык культуры еды******4.Навык пользования носовым платком*** | Учить детей мыть лицо сверху вниз, совершенствовать навыки умывания, пользования полотенцем.Закреплять навыки одевания и раздевания, соблюдать последовательность. Учить помогать друг другу. Выворачивать одежду на правую сторону.Учить детей правильно сидеть за столом, наклонять голову над тарелкой, кушать аккуратно.Формировать навык пользования носовым платком, салфеткой. Приучать детей при чихании и кашле отворачиваться, прикрывать рот носовым платком. Воспитывать внимательное отношение к сверстникам. | Чтение Е.Благининой «Девочка чумазая», упражнение «Сделаем лодочки» Игра «Коля в гостях у детей», дидактическая игра «Подберем куклам одежду», стишок «Научу обуваться я братца» Е. БлагининаПед. ситуация «Кукла Катя учится у ребят аккуратно кушать» - визит куклы на обед, полдник, ужин.Тема: «Кукла Катя заболела» |
| Май | ***1.Навык мытья рук******2.Навык одевания и раздевания******3.Навык культуры еды******4.Навык пользования носовым платком*** | Совершенствовать навык умывания и мытья рук. Учить быть последовательными в умывании и мытье рук.Помочь детям вспомнить последовательность процесса одевания. Закрепить названия предметов одежды. Воспитывать заботливое отношение к кукле-партнеру по игре.Совершенствовать навыки опрятной еды.Совершенствовать навыки пользования платком | Потешки «Кран-откройся…» Рассказывание истории про Машу и Мишу «Как Маша и Миша учились мыть руки»Тема: «Кукла Катя проснулась»Игры «Семья», «Кукла ждет гостей», «Накормим куклу обедом».Игра «Какой чудесный платочек» |

В каждом месяце проводились регулярные сюжетно-ролевые и дидактические игры, моделирующие общественную культуру поведения и навыки пользования предметами личной гигиены, столовыми приборами, умение самостоятельно одеваться и раздеваться, а также использование различных речевых упражнений (стишки, потешки) и чтение художественной литературы для детей раннего возраста.

В результате проведения данных игровых занятий и фольклора должно увеличиться стремление детей к самообслуживанию. Желание совершенствовать свои навыки  в вопросах личной гигиены. Должны улучшится показатели качества и времени выполнения обучаемым действиям и умениям, а также их общая и слаженная эффективность.

 **Литература**

 1.Бондаренко А.К. Дидактические игры в детском саду.- М.:Просвещение, 2005-160с.

 2. Смирнова Т. Собираем куклу на прогулку.// Дошкольное образование. – 2008-№10-53-59с.

 3.Теплюк С. Об опрятности и аккуратности.// Дошкольное воспитание.-2007-№9-13-17с.

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

 5. Стребелева, Е.А. Психолого-педагогическая диагностика развития детей раннего и дошкольного возраста - М.: Просвещение, 2007.

 6. Зебзеева В.А. Организация режимных процессов в ДОУ. – М.: Сфера, 2007.

 7. Кулик Г.И., Сергиенко Н.Н. Школа здорового человека. – М: ТЦ Сфера, 2006. – (Программа развития).

 8. Лихачёва А.А. Встреча с Мойдодыром. //Дошкольное воспитание №9 – 2005.

 9. Чулкова Н. Поможем Чебурашке. // Дошкольное воспитание №5 -2007.

10.Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Как приобщить малыша к гигиене и самообслуживанию. – М.: Просвещение, 2005.

11. Е.В. Жердева Возрастные особенности. Адаптация.  – Ростов н/Д: Феникс, 2008, 192 с.

12. Дошкольная педагогика №3. Издательство: Детство-Пресс, 2011

с. 72

13. Галигузова Л.Н. Развитие игровой деятельности. Издательство: Мозаика-Синтез, 2008, с.64.

14.Баранова, М.Л. Справочник руководителя дошкольного образовательного учреждения. Организация психолого-педагогической помощи детям раннего возраста / М.Л. Баранова. - Ростов н/Д: Феникс, 2005.

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

16.ИгуменоваН. Скатерть-самобранка и ложка-невидимка, или о роли предметов-заместителей в детской игре.//Дошк. Образов.-2005-№ 1-51-52с.