Формирование культурно – гигиенических навыков у детей раннего возраста

Лекция педагога-психолога Калмыковой А.А.

С первых дней жизни при формировании культурно-гигиенических навыков идет 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 ребенок останется ребенком, а приучить его к правилам можно и позже. Это неверное мнение!

Культурно-гигиенические навыки - важная составная часть культуры поведения

Необходимость воспитания опрятности, содержания в чистоте лица, тела, прически, одежды, обуви, продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что при соблюдении этих правил проявляется уважение к окружающим, что любому человеку неприятно касаться грязной руки или смотреть на неопрятную одежду. Неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, небрежен в работе.

Гигиеническое воспитание и обучение детей раннего возраста неразрывно связано с воспитанием культурного поведения. С самого раннего возраста, детей приучают правильно сидеть за столом во время еды, аккуратно есть, тщательно, бесшумно пережевывать пищу, уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой.

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, кружкой; 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;

обогатить предметно-развивающую среду.

Для успешного решения этих задач рекомендуем использовать целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей:

прямое обучение, показ,

упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр («Накормим куклу Катю», «Искупаем куклу Катю», «Научим мишку умываться», «Научим Зайку правильно держать ложку»);

систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила гигиены и постепенное повышение требований к ним.

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 дошкольного детства целесообразно сочетать словесный и наглядный способы, использовать разнообразные сюжетные картинки, символы.

Формирование культурно-гигиенических навыков – первая ступень воспитания культуры поведения.

Для формирования культурно-гигиенических навыков у детей необходимо:

Обеспечить постоянное 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.

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.

В дошкольном возрасте дети должны усвоить, что мыть руки надо перед едой, после пользования гигиенической комнатой, по возвращении с прогулки, игры с животными и всегда, когда они грязные.

К навыкам личной гигиены, которые ребенок должен усвоить в дошкольном возрасте, относится и уход за полостью рта.

Закреплять умения пользоваться расческой, носовым платком. Нужно приучать детей при кашле, чихании отворачиваться, прикрывать рот носовым платком.

Совершенствовать навыки аккуратной еды: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться ложкой, пить из кружки, не разговаривать во время еды.

Основные условия успешного формирования культурно – гигиенических навыков:

рационально организованная обстановка,

четкий режим дня,

руководство и пример взрослых.

Под рационально организованной обстановкой понимается наличие чистого, достаточно просторного помещения с необходимым оборудованием, обеспечивающим проведение всех режимных элементов (умывание, питание, сон, занятия и игры).

Для малышей особое значение имеет постоянство условий, знание назначения и места каждой нужной ему в течение дня вещи. Например, в гигиенической комнате должна быть скамеечка (ступенька), чтобы дети могли самостоятельно мыть руки (с учетом их роста), на раковине расположить кусочек мыла, по размеру детской руки; полотенце разместить с учетом роста детей; над полотенцем — картинка. Это повышает интерес ребенка к умыванию.

Для формирования культурно-гигиенических навыков нужно также выработать общие критерии в оценке отдельных действий, четко определить место расположения вещей, игрушек, порядок их уборки и хранения.

Режим дня обеспечивает ежедневное повторение гигиенических процедур в одно и то же время – это способствует постепенному формированию навыков и привычек культуры поведения.

Формирование их происходит в играх, труде, занятиях, в быту. Ежедневно повторяясь, режим дня приучает организм ребенка к определенному ритму, обеспечивает смену деятельности, тем самым предохраняя нервную систему детей от переутомления. Выполнение режима дня способствует формированию культурно – гигиенических навыков, воспитанию, организованности и дисциплинированности.

Формирование культурно-гигиенических навыков осуществляется **под руководством взрослых** - родителей. Поэтому должна быть обеспечена полная согласованность в требованиях членов семьи.

Методы и приемы формирования у детей раннего возраста культурно-гигиенических навыков:

личный пример взрослых;

показ;

объяснение;

пояснение;

поощрение;

беседы;

упражнения в действиях;

дидактические игры;

использование потешек (стихотворений);

проговаривание пословиц, поговорок;

игровые приемы.

Например, попросили перед мытьем: «Покажи, как научился закатывать рукава» или после мытья посмотрели, насколько чисто и сухо малыш вытер руки.

Критерии опрятной еды включают умения:

правильно пользоваться ложкой, кружкой;
не крошить хлеб;
пережевывать пищу с закрытым ртом;
не разговаривать с полным ртом;
тихо выходить по окончании еды из-за стола;
говорить «спасибо» после еды;
пользоваться только своим прибором.

Мытье рук и личная гигиена включают следующие умения:

закатать рукава;

смочить руки;

взять мыло, намыливать до появления пены;

мыть лицо, руки;

смыть мыло;

вытереть руки, повесить полотенце в определенном месте.

пользоваться расческой.

Снимание и одевание одежды в определенном порядке включает умения:

аккуратно повесить снятые с помощью взрослого вещи (рубашку, маечку, шорты, платье);

снять обувь;

снять колготки (гольфы, носки), положить на стул;

упражнять в одевании в обратной последовательности.