**Консультация для воспитателей**

**«Формирование культурно-гигиенических навыков**

**у детей младшего дошкольного возраста».**

«Я не боюсь ещё и ещё раз повторять:

забота о здоровье – это важнейший

труд воспитателя. От жизнерадостности,

бодрости детей зависит их духовная жизнь,

мировоззрение, умственное развитие,

прочность знаний, вера в свои силы».

В.А. Сухомлинский

Дошкольное детство – возрастной этап в решающей степени определяющий дальнейшее развитие человека. Этот период является сенситивным для формирования основных качеств личности.

Что главное в воспитании детей? Ребенок должен расти здоровым. Здорового ребенка легче воспитывать, легче обучать. У него быстрее устанавливаются все необходимые умения и навыки. Современный детский сад создаёт максимально благоприятные условия для того, чтобы каждый ребёнок рос здоровым и хорошо развивался. Но при всём этом очень важно не упустить те возможности, которые дает детство в формировании у ребенка оберегающего и ответственного отношения к самому себе, к своему здоровью.

Нет задачи важнее и вместе с тем сложнее, чем вырастить здорового человека. На протяжении многих лет под здоровьем в обществе понималось отсутствие болезней. Из этого следовало, что здоровьем должен заниматься врач. Однако со временем всем стало понятно, что никто не может помочь человеку улучшить здоровье, если он сам этого не захочет и не будет над этим трудиться. Именно поэтому одной из важнейших задач образовательной области "Физическое развитие" ФГОС ДО, является необходимость воспитания у молодого поколения отношения к здоровью как к жизненной ценности.

Что же такое здоровье? Здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических дефектов (Всемирная Организация Здравоохранения). Как видно из определения, не только медицинские факторы влияют на состояние здоровья. Что же мешает добиться того, чтобы наши дети были действительно ЗДОРОВЫМИ? Одна из проблем - это элементарное незнание родителей, как сохранить здоровье свое и здоровье детей. И здесь в первую очередь необходимо знать о факторах, от которых зависит здоровье:

1. Наследственность – это совокупность природных свойств организма, передаваемых из поколения в поколение по наследству.

2. Образ жизни – это совокупность способов и форм жизнедеятельности, присущая той или иной личности, группе, обществу.

Именно образ жизни дает представление о том, в какой среде живёт тот или иной воспитанник.

В настоящее время значительно возросло количество воспитанников со слабым здоровьем, появляется все больше воспитанников с простудными заболеваниями, нарушениями осанки.

Тема здоровья дошкольников более чем актуальна на сегодняшний день. И это не удивительно. У нынешнего поколения взрослых слабый мотивационный аспект двигательной активности, низкий уровень представлений о здоровом образе жизни.

Важнейшую роль в охране здоровья играет привитие у детей навыков личной и общественной гигиены, что способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. В конечном счете, от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических навыков и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых.

.

Гигиеническая культура столь же важна для человека, как и умение разговаривать, писать, читать. « Одна из важнейших задач детского сада, - писала Н. К. Крупская – привить ребятам навыки, укрепляющие их здоровье. С раннего возраста надо учить ребят мыть руки перед едой, есть из отдельной тарелки, ходить чистыми, стричь волосы, вытряхивать одежду, не пить сырой воды, вовремя есть, вовремя спать, быть больше на свежем воздухе и так далее».

В младшем дошкольном возрасте одним из направлений работы является воспитание культурно- гигиенических навыков. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, рук, тела, прически, одежды и обуви продиктовано не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что в 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 и в работе

*Культурно-гигиенические навыки* – важное средство физического воспитания; являются составной частью культуры поведения, с другой стороны они связаны с трудовым воспитанием.

Виды культурно-гигиенических навыков

* навыки культурной еды
* навыки самообслуживания
* навыки поддержания порядка в окружающей обстановке
* навыки культурных взаимоотношений
* навыки поддержания чистоты тел

Формирование привычек и навыков осуществляется под непосредственным педагогическим воздействием взрослых и всей окружающей обстановки. А воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах.

При этом детей приучают выполнять не только то, что им приятно, но и то, что необходимо, преодолевая трудности разного характера.

В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались..

Сначала детей приучают к выполнению элементарных правил: мыть руки перед едой, после пользования туалетом, игры, прогулки и т. д. Ребенку старше двух лет прививают привычку полоскать рот питьевой водой после приема пищи, предварительно научив его этому.

Формируют навыки личной гигиены: умение детей быть всегда опрятными, замечать неполадки в своей одежде, самостоятельно или с помощью взрослых их устранять. Приучают правильно сидеть за столом во время еды, аккуратно есть, тщательно, бесшумно пережевывать пищу, уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой. Детям, которые дежурят по столовой, нужно не только уметь правильно накрыть стол и ставить посуду, но и твердо усвоить, что, перед тем как приступить к выполнению своих обязанностей, необходимо тщательно помыть руки с мылом, привести себя в порядок, причесаться

На протяжении младшего дошкольного возраста ребенок приобретает много навыков, овладение которыми требует от него определенных усилий. Для более легкого овладения определенными навыками связанных с его усвоением действия членят на несколько операций. Прежде всего, следует запомнить: на начальном этапе усвоения навыка торопить детей ни в коем случае нельзя, надо дать им возможность спокойно выполнять осваиваемые действия. Подобная обстановка позволит сохранить у них положительно-эмоциональный настрой. Однако необходимость укладываться в отведенное для режимных процессов время, остается Физиологической основой культурно-гигиенических навыков и привычек является образование условно-рефлекторных связей, выработка динамических стереотипов.

Культурно-гигиенические навыки и привычки имеют выраженную социальную направленность, так как дети приучаются выполнять установленные в обществе правила, соответствующие нормам поведения.

На формирование навыков и привычек оказывают влияние и специально направленные действия взрослых, и вся окружающая обстановка. Поведение, манеры, в особенности близких людей, отражаются на содержании детских привычек.

Прочность, гибкость навыков и привычек зависит от ряда факторов: условий, возраста, с которого начинается эта работа, эмоционального отношения ребенка, упражнений в определенных действиях.

Особое внимание следует уделять формированию нового навыка, привычки, связанных с изменением обстановки, вида деятельности, с появлением новых обязанностей. Для успешной работы в этот период очень важно вызвать у детей положительные эмоции. В дальнейшем нужно приучать дошкольников выполнять не только то, что им приятно, но и то, что необходимо, что требует преодоления определенных трудностей.

Благодаря культурно-гигиеническим навыкам развиваются, приобретают силу и устойчивость такие психологические функции, как внимание и воля (это связано с тем, что детям раннего возраста требуется постоянное воспитательное воздействие).

Овладение культурно-гигиеническими навыками приводит к удовлетворению стремления к самостоятельности (что формирует положительное отношение к процессам воспитания).

Культурно-гигиенические навыки и привычки в значительной степени формируются в дошкольном возрасте, так как центральная нервная система ребенка в высшей степени пластична, а действия, связанные с принятием пищи, одеванием, умыванием, повторяются каждый день и неоднократно.

Наиболее успешно гигиенические навыки формируются у детей раннего и младшего дошкольного возраста. В дальнейшем приобретенные навыки необходимо закреплять и расширять.

В раннем и младшем дошкольном возрасте дети начинают проявлять самостоятельность в самообслуживании. Интерес, внимание ребенка к бытовым действиям, впечатлительность нервной системы дают возможность взрослым быстро научить ребенка определенной последовательности операций, из которых складывается каждое действие, приемам, которые помогают выполнять задание быстро, экономно. Если же это время упустить, неправильные действия автоматизируются, ребенок привыкает к неряшливости, небрежности.

В 1,5-2 года ребенок почти все может снять с себя, сложить и большую часть одежды надеть. В значительной степени дети сами умываются, вытираются.

На втором году жизни ребенка необходимо систематически прививать ему навыки культуры поведения: спокойно сидеть за столом, тихо разговаривать при укладывании спать, благодарить за оказанную помощь.

На третьем году жизни малыш не только более самостоятельно может одеваться, раздеваться и т. д., но и знает определенный порядок действий, входящих в каждый процесс, приемы их выполнения.

Дети третьего года жизни все действия выполняют быстрее. В этот период нужно чаще приучать детей к взаимопомощи, поручать им несложные задания, которые готовят их к дежурствам. Помощь воспитателя выражается меньше в действиях, больше в постоянном контроле, словесных указаниях, поощрениях[11, 54].

К четвертому году жизни дети должны уметь: правильно мыть руки (намылить кисть круговым движением, смыть мыло и вытереть каждый палец), чистить зубы (вначале просто влажной щеткой, а с 4 лет порошком или специально предназначенной для детей пастой), полоскать рот после обеда, пользоваться носовым платком, соблюдать правила культурного поведения за столом (пользоваться ложкой, вилкой, не проливать пищу на стол). Дети приучаются бережно обращаться с игрушками, поддерживать и чистоту и порядок.

Важным фактором воспитания является коллектив сверстников, где дети наблюдают положительные примеры, могут производить сравнения, получить помощь при затруднения.

В работе дошкольного учреждения уделяется большое внимание воспитанию у воспитанников культурно-гигиенических навыков. Содержание работы по формированию культурно-гигиенических навыков включает следующие задачи:

1. Учить воспитанников под контролем воспитателя, а затем самостоятельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем.

2. Формировать умение с помощью воспитателя приводить себя в порядок.

3. Формировать навык пользования индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком) .

4. Во время еды учить воспитанников правильно держать ложку.

5. Обучать воспитанников порядку одевания и раздевания. При небольшой помощи воспитателя формировать умение снимать одежду, обувь (расстегивать пуговицы спереди, застежки на липучках); в определенном порядке аккуратно складывать снятую одежду; правильно надевать одежду и обувь.

В процессе гигиенического воспитания и обучения необходимо сообщать воспитанникам разнообразные сведения: о значении гигиенических навыков для здоровья, о последовательности гигиенических процедур в режиме дня.

Под содержанием культурно-гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста раннего возраста понимается то. что нужно приучать детей выполнять следующие гигиенические процедуры:

-мыть руки перед едой и после каждого загрязнения;

-умываться после ночного сна и после каждого загрязнения;

-принимать ежедневно гигиенический душ перед ночным сном, а летом — и перед дневным сном;

-мыться с мылом и мочалкой (через два дня на третий);

-подмываться перед сном и после сна, если малыш проснулся мокрым;

-полоскать рот после приема пищи (с двух лет);

-пользоваться зубной щеткой (с двух лет);

-пользоваться носовым платком по мере надобности в помещении и на прогулке (самостоятельно с двух с половиной лет);

-пользоваться расческой, стоя перед зеркалом (с полутора — двух лет);

-ухаживать за ногтями с помощью щеточки (с двух с половиной лет);

-не брать пищу грязными руками (под контролем взрослого на протяжении всего раннего детства);

-мыть ноги перед сном.

***Первая младшая группа***

Одна из задач воспитания детей I младшей группы - формирование у них предпосылок нравственного поведения и культурно-гигиенических навыков. Дети 3-го жизни, пришедшие в детский сад, отличаются друг от друга уровнем воспитанности, владеют различными навыками и только начинают привыкать к новой для них обстановке. Отсюда – особое значение в работе с малышами приобретает индивидуальный подход к каждому ребенку.

Прежде всего, педагогу необходимо добиться доверия ребенка, ибо решающим методом воспитания малышей служит непосредственное общение с ними воспитателя. Ребенок младшей группы испытывает особенно большую потребность в постоянных контактах с взрослыми. От того, как сложатся, и будут развиваться отношения малыша с взрослыми, во многом зависит его взаимоотношения и культура поведения при контактах с более широким кругом людей. Создание предпосылок культурного поведения маленького ребенка ведется по нескольким направлениям. Одно из них - формирование умения играть и заниматься, гулять и принимать пищу, спать во время тихого часа, одеваться и умываться вместе с группой сверстников, рядом с товарищами, т.е. в коллективе. При этом у детей развивается чувство коллективизма. Не менее важно привить интерес к трудовой деятельности взрослых, желание помочь им, а позднее и самостоятельно выполнять несложные трудовые действия по самообслуживанию. Воспитание бережного отношения к игрушкам и вещам, умение преодолевать небольшие трудности и доводить дело до конца, чувство благодарности за заботу и уход, послушание и чувство симпатии, дружелюбие к детям и взрослым - все это основополагающие программные направления педагогической работы воспитателя в I младшей группе детского сада.

***Вторая младшая группа***

Существует 5 видов культурно-гигиенических навыков (2 младшая группа):

1. Гигиенические навыки по соблюдению чистоты тела - учить засучивать рукава, самостоятельно мыть руки, лицо, не разбрызгивая воду, пользоваться мылом, уметь сухо вытираться;

2. Навыки культурной еды - приучать самостоятельно и аккуратно есть, хорошо пережёвывать пищу с закрытым ртом, пользоваться вилкой, не крошить, без напоминания пользоваться салфеткой, вытирать губы, пальцы;

3. Навыки аккуратного и бережного обращения с вещами личного пользования - при умывании не мочить одежду, вешать полотенце на определённое место без напоминания. Самостоятельно одеваться в определённой последовательности (с небольшой помощью). Аккуратно складывать и вешать одежду, исправлять неполадки в костюме (самостоятельно и с помощью взрослого);

4. Навыки поддержания порядка в окружающей обстановке - приучать дома и в детском саду убирать игрушки на место. Учить выполнять поручения взрослых, направленные на поддержание порядка в групповой комнате, на участке;

5. Навыки культурного поведения и взаимоотношений детей - выходя из-за стола, тихо задвигать стул, благодарить. При входе в здание вытирать ноги и переобуваться.

С переходом в эту группу программные требования к воспитанию у них навыков культуры поведения, планирование воспитательного процесса, усложняется.

У детей на 4-ом году жизни продолжают формировать самостоятельность, умение преодолевать небольшие трудности. Предъявляется сложные требования к выполнению действий в ходе режимных процессов, бережному отношению к игрушкам, к труду старших. Воспитатель большое внимание должен уделять формированию у детей и выполнению ими правил вежливого обращения, организованного поведения в детском саду, на улице. Для воспитанников этого возраста очень важным является мотив своей внешней привлекательности: «Надо причесываться, чтобы красивым быть».

Планируя работу, педагог особое внимание уделяет формированию таких качеств, как чуткость, внимательность, предупредительность, тактичность, которые помогут ребенку видеть и различать состояние человека, решив, как следует поступить в конкретном случае, чтобы не причинить окружающим неприятность.

В воспитании культурно-гигиенических навыков важно единство требований сотрудников детского учреждения и родителей. Малыш не сразу и с большим трудом приобретает необходимые навыки, ему потребуется помощь взрослых. Прежде всего, следует создать в семье необходимые условия: приспособить к росту ребёнка вешалку для одежды, выделить индивидуальную полку или место на полке для хранения предметов туалета (носовых платков, лент, носков), постоянное и удобное место для полотенца и т.д.

«Методические приёмы, которые использует педагог, необходимо менять, а условия должны быть постоянными»,- считают Р.С. Буре и А.Ф. Островская.

К числу основных условий успешного формирования КГН относятся:

*-рационально организованная обстановка,*

*-четкий режим дня,*

*-руководство 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).

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.

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. Для малышей особое значение имеет постоянство условий, знание назначения и места каждой нужной ему в течение дня вещи. Например, в умывальной комнате должно быть достаточное количество раковин необходимого размера, на каждой из которых лежит мыло; раковины и полотенца размещаются с учетом роста детей; на вешалке над каждым полотенцем картинка. Это повышает интерес детей к умыванию. 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, воспитателя. Поэтому должна быть обеспечена полная согласованность в требованиях дошкольного учреждения и семьи.

Работа по формированию культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания должна проводиться как индивидуально, так и группами. Главное условие – регулярность занятий.

В центре воспитательного процесса находится ребёнок – воспитуемый. По отношению к нему как объекту воспитания воспитатель выступает субъектом воспитательного процесса, воздействующим на личность с помощью специальных методов воспитания.

*Методы воспитания****–***это способы педагогического воздействия на сознание воспитуемых, направленные на достижение цели воспитания*.*(Болотина Л.Р., Комарова Т.С.)[4, 29]. С помощью методов воспитания корректируется поведение детей, формируются качества личности, обогащается опыт их деятельности, общения и отношений.

Среди многих классификаций методов, в дошкольной педагогике принята классификация, в основу которой положены основные формы мышления, определяющие характер способов деятельности детей в процессе обучения. К таким формам относятся наглядно – действенное и наглядно – образное мышление. В связи с этим главными методами обучения дошкольников являются наглядные, словесные, игровые и практические методы.

При этом педагоги тщательно отбирают методы, ориентируясь на закономерности, присущие специально организованному воспитательному процессу. Методы воспитания в различных педагогических ситуациях должны постоянно варьироваться, в этом и проявляется профессиональный и творческий подход педагога к процессу воспитания.

*Прием –* это частное проявление того или другого метода воспитания*.*Можно сказать, что приём – это отдельное действие воспитателя внутри конкретного метода. По отношению к методу воспитания приём носит подчинительный характер. Рекомендуется использовать целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей: прямое обучение, показ с использованием мнемосхем, в дальнейшем которые являются образцом для выполнения правильного порядка действий, объяснение, пояснение, поощрение, беседы, упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр, систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила гигиены и постепенное повышение требований к ним. Широко используются, особенно в младшем возрасте, игровые приемы: дидактические игры, потешки, стихотворения («Чище мойся – воды не бойся»; «Рано утром на рассвете умываются мышата, и котята, и утята, и жучки, и паучки…» и т.п.).

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);

-*игровые приемы*

-*дидактические игры*

*-викторины, развлечения*

Чтобы облегчить ребенку освоение новых навыков, необходимо делать этот процесс доступным, интересным и увлекательным. И делать это надо педагогически тонко, ненавязчиво. При этом воспитателю важно учитывать возрастную особенность детей 3-го года жизни — стремление к самостоятельности.

На протяжении младшего дошкольного возраста ребенок приобретает много навыков, овладение которыми требует от него определенных усилий. Для более легкого овладения определенными навыками связанных с его усвоением действия членят на несколько операций.

Прежде всего, следует запомнить: на начальном этапе усвоения навыка торопить детей ни в коем случае нельзя, надо дать им возможность спокойно выполнять осваиваемые действия. Подобная обстановка позволит сохранить у них положительно-эмоциональный настрой. Однако необходимость укладываться в отведенное для режимных процессов время, остается.

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 младшей группе показ должен сопровождаться пояснением, причем необходимо четко делить новое действие на операции, выделяя сначала наиболее важное, а потом незначительное. Операции идут в строгом порядке с небольшим интервалом (не более 5-10 секунд), в противном случае не вырабатывается динамический стереотип. Показ действия малышам обязательно сопровождается проговариванием (« Теперь возьмём полотенце и вытрем каждый пальчик»). Затем взрослый действует вместе с малышом, выполняя сопряженные действия. Например, берет его руки в свои, намыливает и подставляет под струю воды. Так у ребенка складывается сенсомоторный образ действия, а также образ составляющих действие операций и условий, в которых оно протекает. Постепенно взрослый предоставляет малышу большую самостоятельность, контролируя выполнение операций и результат, а затем только результат. При формировании навыков ребенок учится удерживать цель деятельности, не отвлекаться. Также следует обращать внимание детей на рациональность тех или иных способов действия. Например, полотенце после употребления нужно сначала расправить, а потом вешать - так оно лучше просыхает, не падает на пол. Желательно, чтобы показ действий и попытки детей выполнить их самостоятельно взрослые сопровождали не только объяснениями, но и вопросами, направляющими внимание ребёнка на необходимость действовать определённым образом. Это поможет ему быстрее усвоить способ выполнения, уяснить, почему нужно поступать именно так.

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. Культурно-гигиенические навыки нуждаются в постоянном закреплении. Одним из ведущих приёмов во всех возрастных группах является повторение действий, упражнение: без него ни один навык не может быть сформирован, т.к. только в активной деятельности каждого ребенка создаются и закрепляются динамические стереотипы. На первых порах формирования навыка следует проверить, как выполнены отдельные действия или задание в целом, например, попросить перед мытьём: «Покажите, как вы засучили рукава» или после мытья посмотреть, насколько чисто и сухо вытерты руки. Хорошей формой упражнения в освоении культурно-гигиенических навыков являются дидактические игры.

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*

Важнейшим средством разностороннего развития ребенка Н.К. Крупская считала игру, которую она рассматривала как его насущную потребность. Надежда Константиновна вскрыла социальную сущность игры, показала, что: «...игра для них – учеба, игра для них – труд, игра для них – серьезная форма воспитания. Игра – для дошкольников – способ познания окружающего». Играя, он уточняет свои представления о предметах и явлениях, изучает цвета, форму, свойства материала, пространственные отношения, числовые отношения, изучает растения, животных. Положительное влияние оказывают игры и на нравственное развитие детей: они способствуют выработке у них чувства коллективизма, организационных навыков, дисциплинированности, самообладания. Важная роль принадлежит игре и в области физического воспитания ребенка, так как она содействует развитию у него ловкости, меткости глаза, общему укреплению его организма.

Идею о необходимости «пропитать всю жизнь» маленького ребенка игрой высказывал А.С. Макаренко. Сам он блестяще реализовывал эту идею, работая с трудными подростками.

Научное обоснование игры как формы организации жизни и деятельности детей в детских садах содержится в работах А.П. Усовой. По мнению А.П. Усовой в игре ребёнок не учится жить, а живёт собственностью жизнью, на своём опыте постигает «что такое хорошо и что такое плохо», а так же она считала, что воспитатель должен находиться в центре детской жизни, понимать происходящее, вникать в интересы играющих детей, умело их направлять.

А.П. Усова, отмечая воспитательное влияние игр, писала: «Каждая игра, если она по силам ребенку, ставит его в такое положение, когда ум его работает живо и энергично, действия организованы».

В свое время Е.А. Флерина обратила внимание на то, что игровые методы и приемы позволяют четко и полно осуществить учебные задачи в атмосфере легкости и заинтересованности, активности детей. В современных исследованиях выявлено, что эти методы дают возможность направлять не только умственную активность детей, но и моторную. Моторная активность способствует образованию богатых ассоциативных связей, что облегчает усвоение знаний, умений.

Посредством игры ребенок лучше запоминает и устанавливает причинно – следственные связи. Игра позволяет ребёнку глубже понять окружающий мир. . Важно, чтобы эти игры были интересны, могли увлечь детей, активизировать их инициативу и творчество. 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 игра "в ошибки". Очень полезно вовлекать воспитанников в разные игры, персонажи которых – куклы, мишки, зайчики – помогут ребенку усвоить необходимые навыки более успешно. Используя игры, взрослые закрепляют у детей навыки, которые вырабатываются в повседневной жизни. Видное место отводится при этом дидактическим (обучающим) играм «Уложи куклу спать», «Оденем куклу на прогулку», «Накормим куклу обедом», «Кукла Катя проснулась», «Кукла Катя умывается», «Кукла Катя одевается», «Кукла Катя обедает».

Подобные игры не сложно придумать и родителям, их можно сделать разнообразными, интересными для ребенка и подчас гораздо более эффективными, нежели любые беседы. Для установления доброжелательных отношений между воспитанниками и воспитателем используются разнообразные дидактические игры и упражнения, такие, как: «Мишка ушиб лапку, пожалей его», «Как утешить куклу», «Покажем утёнку, как нужно попросить о чём-нибудь», «Научим игрушки здороваться друг с другом». В этих играх обучают малышей пользоваться словесными формами приветствия, прощания, учат вежливо обращаться с просьбой.

Для закрепления культурно-гигиенических навыков и привычек целесообразно использовать сюжетно-ролевую игру, «Обратите внимание на игры малыша, вот он посадил куклу за стол и собирается её кормить. Подскажите ему: «Ты всегда перед едой моешь руки. Не забыл ли ты помыть руки своей дочке?». Или другая ситуация. Ребёнок укладывает спать куклу одетую. Нужно ему напомнить: «Перед сном ты всегда снимаешь одежду и аккуратно складываешь её. Твоя дочка тоже не хочет спать одетой». Таким образом, усвоение культурно-гигиенические навыки закрепляются и обогащают содержание детских игр. Малыши начинают переносить их в разные игровые ситуации, и тогда предметные действия превращаются в игровые.» - советуют Ю.А. Афонькина и Г.А. Урунтаева .Так же к игровым приёмам можно отнести загадывание загадок, например:

У девочек и мальчиков

Зимою мёрзнут пальчики.

Чтобы пальчики согреть,

Что на ручки нам надеть? (варежки)

*5. Использование иллюстраций, художественного слова, фольклора ,книг, бесед, ,инсценировок.* Большое влияние на формирование навыков оказывают соответствующие иллюстрации, художественные произведения, фольклор.

Можно предварительно рассмотреть сюжетные картинки, где изображен ребёнок, который умывается; предметные картинки с изображение предметов необходимых для умывания мыло, мыльница, полотенце на вешалке, кран с водой. Приобщая малыша к здоровому образу жизни, овладению основами гигиенической культуры в процессе умывания, используем игры с водой, с мыльными пузырями. Для закрепления эффективно использовать алгоритм процесса одевания и раздевания с картинками последовательности (одевания, раздевания, которые вывешены в приёмной). Одновременно малыши повторяют и запоминают названия частей одежды. Детям этот приём очень нравится.

Художественное слово позволяет воспитанникам глубже понять окружающий мир. Они воспринимают художественную литературу, запоминают полюбившиеся им потешки, сказки. В то время, когда дети играют и прослушивают художественный материал, не подозревая этого, они осваивают какие-то знания, овладевают навыками действий с определенными предметами, учатся культуре общения друг с другом. Использование художественного слова создает у детей хорошее настроение и формирует положительное отношение к выполнению КГН.

Особое воздействие на детей оказывают такие художественные произведения, как:

А. Барто «Девочка чумазая», К. Чуковского «Мойдодыр», «Федорино горе», В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо», С. Капутикян «Кто скорее допьёт», З. Александровой «Что взяла клади на место», «Топотушка», И. Муравейка «Я сама», рассказы Л. Вороньковой «Маша- растеряша», потешки: «Водичка, водичка… », «Травка-муравка», «ночь прошла, темноту привела», юмористические частушки Г. Ладонщиковой из книги «Про знакомые дела». Например:

«Я под краном руки мыла,

A лицо помыть забыла

Увидал меня Трезор,

Зарычал: «Какой позор! ».

Большое значение по формированию навыков самообслуживания занимают потешки. Чтобы вызвать у детей желание умываться и сделать для них этот процесс лёгким и приятным, мы читаем потешки, соответственно действию называя имя ребёнка:

«Ладушки, ладушки с мылом моем лапушки,

Чистые ладошки, вот вам хлеб да ложки! »

Или:

*«В кране булькает вода,*

*Очень даже здорово!*

*Умывается сама Машенька Егорова» (имя ребёнка)*

Вот ещё потешка:

*«Знаем, знаем, да, да, да!*

*Где тут прячется вода!*

*Выходи водица, мы пришли умыться!*

*Лейся на ладошку по-нем-нож-ку!*

*Нет, не понемножку – посмелей,*

*Будем умываться веселей! »*

Весьма действенным приёмом является показ инсценировок с помощью игрушек настольного театра, кукол бибабо, например: «Как Хрюша умывается», «Зайка, учит, медвежонка есть красиво и правильно», а так же игровые приёмы с куклой. Так,обучая детей снимать одежду, раздеваем куклу Машу, которая гуляла вместе с детьми, и сопровождаем свои действия словами, обозначающими последовательность (сначала расстегнуть пуговицы, молнии, застёжки на обуви, аккуратно складывать одежду на полочку.

Во всех группах используется *приём поощрения*. Важно своевременно похвалить, подбодрить ребенка, добиваясь положительного эмоционального отношения его к гигиеническим процедурам и осознанного их выполнения, но нужно этим не злоупотреблять, чтобы он не ждал похвалы постоянно. Выполнение требований взрослых должно стать нормой поведения, потребностью ребёнка. Одобрение поддерживает в них желание в дальнейшем поступать так же, сделать еще лучше. *Положительная* оценка даже небольших успехов ребёнка вызывает у него удовлетворение, рождает уверенность в своих силах. Особенно это важно в общении с застенчивыми, робкими детьми.

Обучая детей нужно учитывать их опыт. Нельзя, например, начинать учить ребёнка пользоваться вилкой, если он ещё не научился правильно есть ложкой. Очень важна последовательность в обучении. Так, действия, связанные с раздеванием, быстрее осваиваются детьми, чем действия с одеванием; ребёнку легче сначала научиться мыть руки, а потом лицо. Постепенное усложнение требований, переводит ребёнка на новую ступень самостоятельности, поддерживает его интерес к самообслуживанию, позволяет совершенствовать навыки.

Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей – первооснова всей дальнейшей работы и основа для развития физически крепкого ребенка. К тому же культурно-гигиенические навыки – это элементы самообслуживания, что является первой ступенью и основой для трудового воспитания.

Для успешного формирования культурно – гигиенических навыков необходимо:

1. Знать особенности культурно – гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста;

2. Знать методы формирования культурно – гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста;

3. Знать диагностические методики культурно – гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.

Ещё классики отечественной педагогики (Н.К. Крупская, А.С. Макаренко, К.Д. Ушинский) писали, что формирование культурно - гигиенических навыков - одно из важнейших направлений в работе с детьми. Современные педагогические исследования и опыт работы показал, что главное не упустить благоприятный период, когда навыки и привычки формируются быстро, т.е. сенситивный период. Работа по формированию культурно - гигиенических навыков должна вестись в непосредственном контакте с семьёй.

Чаще всего дети учатся культурно-гигиеническим навыкам в процессе игр или же с помощью художественного слова.

Изучая опыт работы по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста, известно, что в этом помогают разные игровые приёмы и методы. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, причёски и т. д. продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. А человеческие отношения маленький ребёнок воплощает, прежде всего, в игре. Поэтому в своей опытной работе мы отдадим предпочтение разным игровым приёмам и методам.

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 течении всей его последующей жизни.

Важно помнить:

* Наличие культурно-гигиенических навыков - важное условие для поддержания здоровья, так как соблюдение правил личной гигиены предохраняет от инфекционных заболеваний.
* Ежедневно повторяя одни и те же действия, ребенок совершенствует движения: они становятся более точными, ловкими, координированными.
* Ребенок шире познает окружающий мир, так как, пользуясь разными предметами (ложка, салфетка и т.д.), знакомясь с их свойствами (мокрые, сухие, чистые), осмысливает простые связи между явлениями (не наклонился над тарелкой – рубашка грязная).
* Культурно-гигиенические навыки способствуют развитию речи: воспитатель наряду с показом и непосредственной помощью пользуется словом (поясняет действие, указывает на основные признаки).
* Благодаря культурно-гигиеническим навыкам развиваются, приобретают силу и устойчивость такие психические функции, как внимание и воля (это связано с тем, что детям раннего возраста требуется постоянное воспитательное воздействие).
* Овладение культурно- гигиеническими навыками приводит к удовлетворению стремления к самостоятельности (что формирует положительное отношение к процессам воспитания).

Воспитатель должен знать ценность культурно-гигиенических навыков, а также то, какие из них доступны ребенку того или иного возраста, и уметь обеспечить их своевременное развитие.

Список литературы:

1. Афонькина Ю. А. Урунтаева Г. А. Как приобщить малыша к гигиене и самообслуживанию, 1997- 125с

2. Алямовская В. Г. и др. Ребенок за столом. Методическое пособие по формированию КГН. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 64 с.

3. Белостоцкая Е. М., Виноградова Т. Ф. и др. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7, 1991.

4. Бондаренко А. К. Дидактические игры в детском саду, 1991-126с

5. Волчкова, В. Н., Степанова, Н. В. Развитие и воспитание детей младшего дошкольного возраста.-Воронеж: ТЦ «Учитель»,2001

6. Гурина И. В. Первые шаги от 0 до 3 лет. Засыпаем, кушаем, маму с папой слушаем, 2007-32с

7. Зебзеева В. А. Организация режимных процессов в ДОУ, 2007-80с

8. Конина Е.Ю. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей. Игровой комплект.- Айрис-пресс, 2007 -123.

9. Павлова Л.Н. Организация жизни и культуры воспитания детей в группах раннего возраста,-М.: Айрис-пресс,2006.

10. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ, под ред. З. И. Бересневой.-М.:ТЦ Сфера, 2008.

Интернет-ресурсы:

<http://bibliofond.ru/>

<http://nsportal.ru/>

[http://doshkolnik.ru](http://doshkolnik.ru/)