

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Окский детский сад» муниципального образования – Рязанский  
муниципальный район Рязанской области**

***Методическая рекомендация по теме:***

**«Формирование культурно-гигиенических  
навыков у детей младшего дошкольного  
возраста»**

**Составил:  
воспитатель 1кв.категории**

**Аганина Елена Вячеславовна**

**Педагогический стаж работы 5 лет**

**п. Окский  
2019 год**

## **Аннотация**

Выбор темы связан с необходимостью решать проблему здоровьесбережения и здоровьесформирования у детей дошкольного возраста. Одна из основных задач – это воспитание культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста, которую можно эффективно решить через игровую деятельность, т.к. в дошкольном возрасте игра является ведущим видом деятельности, посредством игры малыш лучше запоминает, устанавливает причино–следственные связи. Особенno актуальна эта проблема в младшем дошкольном возрасте, так как этот период является сенситивным – наиболее благоприятным для развития, поэтому именно в этом возрасте закладывается фундамент всех полезных и необходимых навыков в жизни.

Кроме того, воспитание у детей 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 необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались.

## **Введение**

Современная ситуация в стране требует нового уровня профессионализма в области развития личности ребенка, инновационных взглядов на проблему воспитания потребности в здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста.

Основой полноценного физического развития ребенка дошкольного возраста является приобщение его к основам здорового образа жизни. Концепция Федерального государственного образовательного стандарта предусматривает создание условий для повышения качества дошкольного образования и в целях, наряду с другими мероприятиями, предполагает создание в дошкольных образовательных учреждениях условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников. Отдельной образовательной областью в ФГОС выделена область "Физическое развитие" одной из целей, которой является становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами. В приобщении детей к здоровому образу жизни важное значение приобретает освоение дошкольниками основ культуры гигиены. Воспитание культурно-гигиенических навыков направлено на укрепление здоровья ребенка. Вместе с тем оно включает важную задачу – воспитание культуры поведения. Забота о здоровье детей, их физическом развитии начинается с воспитания у них любви к чистоте, опрятности, порядку. В детском саду у детей воспитываются: навыки по соблюдению чистоты тела, культуры еды, поддержания порядка в окружающей обстановке, а также правильных взаимоотношений детей друг с другом и с взрослыми. Особое внимание в дошкольных учреждениях уделяется формированию нового навыка, привычки, когда у детей появляются новые обязанности, новые вещи, новый вид деятельности, которыми дети должны овладеть. При этом детей приучают выполнять не только то, что им приятно, но и то, что необходимо, преодолевая трудности разного характера. Однако, сталкиваясь с задачей воспитания культурно-гигиенических навыков у дошкольников, воспитатель не всегда может определить направления, последовательность своей работы, четко представить результат процесса воспитания, обозначить наиболее приемлемые формы и методы воздействия.

Среди проблем, обращающих на себя внимание современных исследователей, всё большее значение приобретают те, которые связаны с поиском путей повышения качества и эффективности целенаправленного воспитания и обучения в условиях современной кризисной ситуации в экономике, духовной и культурной сферах нашего общества. Одним из таких путей является дидактическая игра. Среди разных средств и методов формирования культурно-гигиенических навыков, всё - таки наиболее эффективными считаются игровые и в частности, дидактические игры, которые дают возможность решать различные педагогические задачи в игровой форме, наиболее доступной для дошкольников, поэтому я считаю рассматриваемую тему актуальной. И насколько она изначально продумана, спланирована и организована, зависит, будет ли она способствовать укреплению здоровья, физическому и психическому развитию, а также воспитанию культурного поведения.

Поэтому темой моего исследования стала: «**Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста**».

**Практическая значимость** данной работы состоит в том, что разработанная мною рекомендация по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста апробирована и может быть внедрена в практику деятельности воспитателя дошкольного образовательного учреждения.

**Актуальность** заключается в том, что формирование культурно -гигиенических навыков требует особого внимания по отношению к детям младшего дошкольного возраста. Наряду с организацией правильного режима, питания, закаливания большое место в работе детского сада отводится воспитанию у детей культурно-гигиенических навыков, привычек. Среди разных средств и методов формирования культурно-гигиенических навыков наиболее эффективными считаются игровые и в частности, дидактические игры, которые дают возможность решать различные педагогические задачи в игровой форме, наиболее доступной для дошкольников.

**Цель работы:** Создание и реализация системы работы по формированию культурно – гигиенических навыков через игровую деятельность детей 2-3 лет.

**Задачи:**

1. Дать детям представления о гигиене и культуре поведения в ходе в режимных моментах в детском саду.
2. Выстроить систему работы, определить степень эффективности использованных игровых методов для формирования навыков личной гигиены.
3. Разработать для родителей рекомендации по воспитанию культурно–гигиенических навыков.

**Принципы:**

1. От простого к сложному.
2. Доступность.
3. Воспитывающая и развивающая направленность.
4. Активность и самостоятельность.
5. Учет возрастных и индивидуальных особенностей.
6. Сохранение положительного эмоционального настроя детей, активизации любознательности.

Цели и задачи реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, непосредственной образовательной, практической.

## **Основная часть**

В методической разработке раскрываются задачи и содержание работы по формированию у детей культурно-гигиенических навыков, что должны уметь дети к концу года, разработан примерный перспективный план работы воспитателя с детьми, содержание которого подобрано тематически и предлагается планировать помесячно.

### **Задачи и содержание работы:**

1. Формировать у детей умения самостоятельно обслуживать себя (во время раздевания, одевания, умывания, еды) .
2. Учить детей под контролем взрослого, а потом самостоятельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирая лицо и руки личным полотенцем.
3. Учить приводить себя в порядок с помощью взрослого.
4. Формировать навык пользования индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расчёской, горшком) .
5. Побуждать детей к самостоятельности во время еды, учить держать ложку в правой руке.
6. Обучать детей порядку одевания и раздевания.
7. Учить снимать одежду, обувь (расстегивать пуговицы спереди, застежки на липучках) при небольшой помощи взрослого.
8. Учить в определенном порядке, аккуратно складывать снятую одежду.
9. Учить правильно надевать одежду и обувь.

### **К концу года дети могут:**

1. Самостоятельно мыть руки, умываться, насухо вытирая руки личным полотенцем (вначале под контролем взрослого) .
2. При небольшой помощи взрослых правильно надевать и снимать одежду, обувь, расстегивать пуговицы спереди, застежки на липучках.
3. Самостоятельно есть ложкой, пить из чашки, держать их руке.
4. Самостоятельно пользоваться индивидуальными предметами -носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком.
5. Усваивать порядок одевания и раздевания.
6. Аккуратно складывать снятую одежду и обувь.

Рассмотрим, какие культурно-гигиенические навыки формируются в разные периоды дошкольного детства.

### **Первая младшая группа.**

- личная гигиена: при напоминании с помощью взрослых моет руки перед едой и после загрязнения, вытирает их насухо. Моет лицо, пользуется индивидуальным полотенцем, носовым платком. Вытирает ноги у входа.
- самообслуживание: снимает и надевает одежду в определённом порядке, расстёгивает и застёгивает пуговицы спереди, расшнуровывает ботинки, складывает одежду. Замечает неопрятность в одежде, с помощью взрослых приводит себя в порядок.
- культура еды: ест самостоятельно и опрятно, держит ложку в правой руке, тщательно пережёвывает пищу, пользуется салфеткой с напоминанием взрослого, благодарит после еды.

- трудовая деятельность: выполняет простейшие поручения взрослых, помогает вынести на площадку игрушки, принести и убрать материал для занятий, собрать бумагу с пола, листья на участке. Помогает няне поставить стулья к столам, принести тарелки с хлебом.

### **Вторая младшая группа.**

- личная гигиена: при мытье рук и умывании засучивает рукава, не разбрызгивает воду, не мочит одежду, пользуется мылом. Умеет сухо вытираясь полотенцем, вешать его на определённое место. Чистит зубы, своевременно пользуется носовым платком.
- самообслуживание: самостоятельно одевается и раздевается в определённой последовательности с небольшой помощью, аккуратно складывает и вешает одежду, выворачивает на лицевую сторону, старается сам исправить неполадки в одежде, в случае необходимости обращается к взрослому.
- культура еды: хорошо пережёвывает пищу с закрытым ртом, пользуется вилкой, без напоминания вытирает губы, пальцы салфеткой. Выходя из-за стола, благодарит, тихо задвигает стул.
- трудовая деятельность: поддерживает порядок в групповой комнате и на участке. Бережно обращается с предметами. Накрывает на стол вместе с взрослыми, раскладывает ложки, салфетки, расставляет хлебницы.

### **Все дидактические игры можно разделить на три основных вида:**

**1. Игры с предметами (игрушками),** в которых особое место занимают сюжетно-дидактические, где дети выполняют определённые роли, и игры инсценировки, которые помогают уточнить представления о различных предметах. Например, игра «Водичка, водичка!» помогает уточнить представления о различных гигиенических принадлежностях, а также привить стремление детей к самостоятельности при выполнении гигиенических процедур.

**2. Настольно-печатные.** Эти игры разнообразны по содержанию, обучающим задачам, оформлению. Они помогают уточнять и расширять представления детей об окружающем мире, систематизировать знания, развивать мыслительные процессы. Примером к данному виду игр можно привести «Перемешанные картинки», где ребенку к изображению, например, растрепанной девочки нужно подобрать изображение расчески. Игра-лото «Как мы одеваемся?» поможет отработать навыки детей в самообслуживании и культуре внешнего вида.

**3. Словесные игры** отличаются тем, что процесс решения обучающей задачи осуществляется в мыслительном плане, на основе представлений без опоры на наглядность. Здесь примером может послужить игра «Назови, что нужно», где дети должны вспомнить и назвать предметы, которые нужны для того, чтобы руки стали чистыми и сухими.

Для развития культурно-гигиенических навыков целесообразно использовать все виды дидактических игр. Основная цель дидактических игр по усвоению культурно-гигиенических умений заключается в том, чтобы они грамотно подобранные и организованные педагогом, постепенно становились частью самостоятельной деятельности дошкольников.

**Организация работы по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста средствами дидактических игр.**  
Календарно - тематический план должен реализовываться в течение всего года, в первую и вторую половину дня. Работа должна осуществляться в утренние и вечерние отрезки времени как индивидуально, так и по подгруппам. Главное условие – регулярность работы, а также непрерывность воспитательного процесса. Только в этом случае сформированные у детей навыки становятся осознанными действиями, а затем и привычкой. Все игры разделены по группам на:

- формирование навыков личной гигиены;
- формирование навыков опрятной еды;
- формирование навыков снимания и надевания одежды в определённом порядке;
- формирование навыков мытья рук.

Каждые две недели целенаправленно организовываются игры одной группы, а в свободное время по желанию детей и с учётом сформированности навыков организовывались игры предыдущих недель.

Первые два месяца посвящены играм по формированию навыков личной гигиены: «Что нужно кукле», «Чистоплотные дети», «Почистим зубки», «Что ты можешь о них сказать», «Делаем причёску», «Кукла Таня простудилась», «Фонтанчики». Так же эти игры способствуют закреплению знаний детей о предметах гигиены и их назначении. Для более успешного формирования и закрепления навыков личной гигиены проводятся игры, сочетающие в себе словесный и наглядный методы. Показ любого игрового действия даётся детям таким образом, чтобы были выделены отдельные операции – вначале наиболее существенные, затем дополнительные.

Следующие недели посвящены играм на формирование навыков опрятной еды за столом: «Угостим кукол чаем», «Накормим куклу Катю обедом», «Принимайся за обед», «Как мы кормили Хрюшу и Степашку». В играх дети знакомятся с назначением посуды, обучаются выполнению предметно-игровых действий (расставлять чашки, блюдца, раскладывать ложки, кормить куклу ложкой из глубокой тарелки, поить куклу компотом). Дидактические игры с куклой вызывают особый интерес у детей. Эти игры помогают активизировать даже самых застенчивых и малоактивных детей, способствовать проявлению детского творчества. При коллективном проведении игры дети имеют возможность помогать друг другу. Оказывая непосредственную помощь своим сверстникам, дети сами стремятся к правильному качественному выполнению игровых действий и операций.

Далее проводятся дидактические игры, связанные с развитием навыков в снимании и одевании одежды: «Научим куклу одеваться, раздеваться», «Кукла идёт на прогулку», «Найди пару», «Поможем кукле Тане сложить вещи на место», «Одежда, обувь, головные уборы». Дети закрепляют навыки в последовательном одевании и снимании одежды, застегивании пуговиц и застежек, завязывании шнурков, подборе одежды соответственно погодным условиям и одевания её в нужной последовательности.

В начале игр с детьми проводятся беседы, которые способствуют правильному выполнению игровых действий. Отработка навыков проходит по принципу усложнения. Сначала воспитатель демонстрирует действия на кукле, затем привлекает ребёнка и процесс осуществлялся совместно. Следующий этап – самостоятельно одеть куклу, не нарушая последовательности. И в качестве закрепления навыка ребёнку предлагается одеть себя или своего сверстника. Все культурно-гигиенические действия, проводимые с детьми, сопровождайте потешками, что значительно оживит процесс самообслуживания.

Организованная работа по формированию культурно-гигиенических навыков на мой взгляд оказывает влияние на развитие нравственных чувств дошкольников. Дети испытывают удовольствие от того, что они сначала выполняют действия вместе с взрослым, а потом самостоятельно. Но еще большее удовольствие дети испытывают от правильно выполненных действий, что подтверждается соответствующей оценкой взрослого. Стремление заслужить одобрение, похвалу является стимулом, побуждающим малышей к правильному выполнению действий: "Я хороший, потому что всё делаю правильно!".

## **Заключение**

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 течение всей его последующей жизни. Прививая детям дошкольного возраста культурно - гигиенические навыки, мы параллельно влияем на многие психические процессы в развитии ребёнка и формируем основы здорового образа жизни.

Именно в дошкольном детстве ребенок с удовольствием выполняет простейшие умения и навыки гигиенической культуры, с интересом изучает себя, радуется самостоятельным и совместным действиям и их результату (чистые руки, хорошее настроение, одежда сложена аккуратно). Испытывает удовлетворение от одобрительных оценок взрослого, стремясь самостоятельно повторить положительное действие. В этом возрасте ребенок способен правильно совершать процессы умывания, мытья рук, ухаживать за внешним видом, пользоваться носовым платком, помочь в организации процесса питания, правильно пользоваться столовыми приборами и салфеткой, аккуратно есть, стремясь к самостоятельным действиям.

Таким образом, воспитание культурно - гигиенических навыков направлено на укрепление здоровья ребёнка. Вместе с тем оно включает важную задачу - воспитание культуры поведения. Забота о здоровье детей, их физическом развитии начинается с воспитания у них любви к чистоте, опрятности, порядку. «Одна из важнейших задач детского сада, - писала Н.К. Крупская - привить ребятам навыки, укрепляющие их здоровье».

Все меры, которые разрабатывает дошкольная гигиена, способствуют нормальному физическому, психическому и гигиеническому развитию детей, укреплению их здоровья.