

## «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей 3-4 лет»



Освоение культурно-гигиенических навыков - чрезвычайно важный процесс вхождения малыша в мир взрослых. Период раннего и дошкольного детства наиболее благоприятен для формирования культурно-гигиенических навыков. На их основе строится развитие других функций и качеств, в том числе формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни.

Воспитание культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания являются одним из важнейших направлений воспитательной работы у детей. Главное условие воспитания – регулярность, непрерывность, единство требований.

Сформированные у детей навыки становятся осознанными действиями, а затем и привычкой. Как решать задачи по воспитанию у детей культурно-гигиенических навыков:

1. Приучать детей следить за своим внешним видом. Продолжать формировать умение правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой и носовым платком.
2. Формировать элементарные навыки поведения за столом: правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом. 3. Развивать умение детей самостоятельно одеваться и раздеваться в определенной последовательности (надевать и снимать одежду, расстегивать и застегивать пуговицы, складывать, вешать предметы одежды и т. п.).

4. Воспитывать опрятность, умение замечать беспорядок в одежде и устранять его при небольшой помощи взрослых.

Задачи по формированию у детей культурно-гигиенических навыков неразрывно связаны с формированием у детей начальных представлений о здоровом образе жизни:

- При приеме пищи ребёнок узнаёт о пользе молочной каши, фруктов и овощей для здоровья человека;
- Когда ложится спать и просыпается узнаёт, что с помощью сна он восстанавливает силы, а зарядка вызывает хорошее настроение, закаливание помогает укрепить здоровье.
- При умывании учится навыкам гигиены, опрятности и аккуратности.

Дети младшего дошкольного возраста любят кого – ни будь обучать. Поэтому основным помощником для формирования у детей навыков самообслуживания и личной гигиены я выбрала игрушку-мишку. Добродушный, медлительный, глуповатый мишка очень подходит для этой роли. Его постоянно нужно чему-нибудь учить (проблемные ситуации). То он приходит к детям и говорит, что разучился мыть руки, не умеет делать белые перчатки, то не хочет руки вытирать. В следующий раз не знает, зачем ему нужен платочек, не умеет его складывать, чихает в лапку. Не знает, для чего нужна расчёска, а во время одевания на прогулку или после сна забывает, что нужно одеть сначала носки, а он обувается. Дети с радостью учат мишку, стараются всё показать и сделать правильно, закрепляют при этом полученные умения и навыки. Родители вместе с детьми объясняют мишке, как нужно мыть рук и одеваться. Вместе с мишкой оставляют схему - вырезают и приклеивают предметы одежды. В следующий раз мишка может прийти радостный и сказать, что он всему научился, но опять ошибается и дети его снова учат. Мишку рекомендуется использовать во всем режимных моментах, и образовательных областях. Использование хороводных игр помогает хорошо организовывать детей перед умыванием, перед выходом на прогулку или для организации игры (сюжетно-ролевой или театрализованной) («Зайка шёл, шёл, шёл морковку нашёл, сел, поел и дальше пошёл»). Родителю необходимо всегда при работе с детьми обращать внимание на то, что они делают в данный момент, акцентировать на этом внимание детей: какие красивые мыльные перчатки получились у Дашеньки, что будем делать сначала? Обязательно вытрем каждый пальчик, пусть пальчики будут чистыми и красивыми и т. д. Регулярно использовать народный фольклор. Потешки, песенки всегда привлекали и радовали детей:

Тот, кто пьет молоко

Будет бегать далеко

Будет прыгать высоко

Тот, кто пьет молоко

Водичка, водичка,

Умоет наше личико,  
Вымоет ладошки,  
Намочит нас немножко.

Можно изготовить специальные карточки и записывать на них потешки, стишки, загадки. Использовать их при одевании, во время приёма пищи. Играя с куклой, дети учились сервировке стола и последовательности раздевания и одевания на прогулку: «Оденем куклу Катю на прогулку», «Научим куклу Катю раздеваться с прогулки», «Напоим куклу чаем». Сюжетно-ролевые игры «Дочки-матери», «Парикмахерская» в которых дети учились действовать с предметами. Игры по мотивам потешек, песенок, отрывки стихотворений помогали обучать детей навыкам самообслуживания. Конечно, все режимные моменты сопровождались постоянным поощрением, объяснением, напоминанием, рассуждениями.

### **Чтение стихов в процессе умывания детей.**

Я сегодня утром рано  
Умывался из-под крана.  
Я и сам теперь умею  
Вымыть личико и шею.  
Чище умойся, воды не жалея.  
Будут ладошки снега белей.  
Теплою водою Руки чисто мою.  
Кусочек мыла я возьму И ладошки им потру.

### **Чтение стихов в процессе расчесывания детей.**

Расти коса до пояса,  
Не вырони ни волоса.  
Расти, коса, не путайся,  
Маму, дочка, слушайся.  
Чешу, чешу волосоньки,  
Расчесываю косоньки!  
Что мы делаем расческой?  
Тане делаем прическу.

### **Чтение стихов в процессе одевания детей на прогулку.**

Раз, два, три, четыре, пять — Собираемся гулять.  
Завязала Катеньке Шарфик полосатенький.

Наденем на ножки

Валенки-сапожки

И пойдем скорей гулять,

Прыгать, бегать и скакать.