

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №5 «УЛЫБКА»  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АБИНСКОГО РАЙОНА

**СБОРНИК МЕТОДИЧЕСКИХ РАЗРАБОТОК НА ТЕМУ:**

**«Воспитание культурно-гигиенических навыков  
и навыков самообслуживания  
у детей 2-3 лет»**



Подготовила:  
Золотарева Татьяна Владимировна  
Воспитатель МБДОУ детский сад №5.

Абинск, 2023 год

## Содержание:

Аннотация.....	3
1.Пояснительная записка.....	4
2.Основной раздел.....	5
3.Заключение.....	14
Приложение №1. Карточка дидактических игр для формирования гигиенических навыков.....	17
Приложение №2. Конспекты родительского собрания.....	21
Приложение №3. Консультации для родителей .....	24
Приложение №4. Конспект «Советы-памятки родителям».....	28
Приложение №5. Алгоритмы формирования культурно-гигиенических навыков .....	30

### **Аннотация**

**Сборник методических разработок на тему: «Воспитание культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей 2-3 лет»** содержит методические разработки для организации работы с детьми раннего возраста, что является необходимым условием для формирования у детей правил личной гигиены, через организацию режимных моментов под руководством взрослых.

В сборнике методических разработок представлены: конспекты занятий для детей раннего возраста, конспекты родительских собраний, консультации для родителей, а также дидактический материал, который может быть использован как при организации совместной деятельности педагогов с детьми и родителями, так и при организации совместной детской деятельности.

## 1. Пояснительная записка

**АКТУАЛЬНОСТЬ:** Дети в раннем возрасте нуждаются в терпеливом обучении и непосредственной помощи взрослого. В освоении навыков самообслуживания, режимные моменты (гигиенические процедуры, кормление, сборы на прогулку и возвращение с неё, укладывание на сон, подъём) занимают большую часть времени бодрствования.

**ЦЕЛЬ:** Воспитание культурно – гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей раннего возраста через педагогическую технологию организации режимных моментов.

### ЗАДАЧИ:

- Повысить собственный уровень знаний;
  - Формировать умения овладевать культурно -гигиеническими навыками, и навыками самообслуживания;
  - Побуждать детей к самостоятельности
  - Разработать методические рекомендации по воспитанию культурно - гигиенических навыков у детей раннего возраста;
  - Повысить педагогическую компетентность родителей в воспитании у детей раннего возраста культурно -гигиенических навыков и навыков самообслуживания.
- ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:**
- Овладение культурно – гигиеническими навыками и навыками самообслуживания детьми данной группы;
  - Повышение педагогической компетентности родителей по воспитанию культурно – гигиенических навыков у детей раннего возраста;
  - Самообразование по данной теме, путём накопления материала.

## 2. Основной раздел

К числу основных условий успешного формирования культурно – гигиенических навыков относятся рационально организованная обстановка, четкий режим дня и 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).

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 детей 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.

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.

Методы воспитания – это способы педагогического воздействия на сознание воспитуемых, направленные на достижение цели воспитания.

С помощью методов воспитания корректируется поведение детей, формируется качества личности, обогащается опыт их деятельности, общения и отношений. 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 прием – это отдельное действие воспитателя внутри конкретного метода.

К приемам формирования культурно – гигиеническим навыков можно отнести:

- Разъяснение необходимости выполнения режимных моментов, гигиенических процедур;
- Пример взрослого;
- Приучение, упражнение;
- Создание воспитывающих ситуаций;
- Поощрение помогает ребенку утвердиться, поверить в свои силы.

Подготовкой к формированию навыков самостоятельным движениям по самообслуживанию является создание у ребёнка положительного отношения к одеванию, умыванию, кормлению. Обучение некоторым навыкам, например, культурно есть, требует значительного труда, поскольку для этого дети должны овладеть целым рядом действий, осуществляемых в определённой последовательности (правильно сидеть за столом, пользоваться приборами для еды, салфеткой и т. д.).

В дошкольном возрасте дети особенно склонны к подражанию, поэтому в формировании навыков большую роль играет личный пример взрослых. «Настаивая, чтобы дети мыли руки перед обедом, не забывайте и от себя требовать того же. Старайтесь сами убирать свою постель, это вовсе не трудная и позорная работа», - советовал А.С. Макаренко.

Об этом всегда должны помнить и воспитатели детского сада и родители. «Ваше собственное поведение — самая решающая вещь. Не думайте, что вы воспитываете ребенка только тогда, когда с ним разговариваете, или поучаете его, или приказываете ему. Вы воспитываете его в каждый момент вашей жизни, даже тогда, когда вас нет дома. Как вы одеваетесь, как вы

разговариваете с другими людьми и о других людях, как вы радуетесь, или печалитесь, как вы обращаетесь с друзьями и с врагами, как вы смеетесь, читаете газету, — все это имеет для ребенка большое значение», говорил А.С. Макаренко.

Для детей дошкольного возраста большое значение имеет осознание значения культурно-гигиенических навыков, им нужно сообщать элементарные знания о рациональных правилах личной гигиены, её значение для каждого и для окружающих, воспитывать соответствующее отношение к гигиеническим процедурам. Всё это способствует прочности и гибкости навыков, а это очень важно для создания стойких привычек. С этой целью можно так же использовать вариативные задания, необычные ситуации во время игры, занятия, прогулки и т. п. Предварительно следует предложить детям подумать и рассказать, что и как они будут делать. Затем проследить за действиями детей и опять вернуться к их совместному обсуждению, оценке.

Для привития культурно-гигиенических навыков во всех возрастных группах применяется показ, пример, объяснение, пояснение, поощрение, беседы, упражнения в действиях. Широко используются, в дошкольном возрасте, игровые приёмы: 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.). Н.Ф. Виноградова отмечает: «Необходимо также правильно руководить действиями детей. Прежде чем требовать от ребёнка самостоятельности в самообслуживании, его учат действиям необходимым в процессе одевания, умывания, еды».

Показ сопровождается пояснением. Показ любого действия должен даваться таким образом, чтобы были выделены отдельные операции - сначала наиболее существенные, а затем дополнительные. Операции идут в строгом порядке с небольшим интервалом (не более 5-10 секунд), в противном случае не вырабатывается динамический стереотип. Показ действия детям обязательно сопровождается проговариванием («Теперь возьмём полотенце и вытрем каждый пальчик»). Затем взрослый действует вместе с ребенком, 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 ребенку 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.

Автор книги «Перспективное планирование» Н.С. Голицина считает: «Воспитание навыков самообслуживания - довольно длительный процесс, поэтому планировать работу целесообразно поквартально» Среди приёмов, способствующих формированию культурно - гигиенических навыков у детей дошкольного возраста, на первом месте стоит прямое обучение - показ, указание, напоминание, совместная деятельность с ребёнком. Здесь автором - составителем предлагаются игровые приёмы, дидактические игры, перечень художественных произведений, которые помогут привлечь внимание детей к последовательности действий, будут способствовать поддержанию самостоятельности в самообслуживании».

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.

Например, вы требуете, чтобы он был самостоятельным при умывании, но кран или умывальник расположены высоко от пола и ему трудно дотянуться до них. Однако он стремится сделать это самостоятельно - встаёт на носки, изо всех сил тянет руки, а вода льётся в рукава рубашки, на пол. В результате, бесполезно затраченные силы ребёнка и недовольство взрослых. Поэтому в квартире всё должно быть приспособлено для удобства детей.

Обучая детей нужно учитывать их опыт. Нельзя, например, начинать учить ребёнка пользоваться вилок, 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.

«Методические приёмы, которые использует педагог, необходимо менять, а условия должны быть постоянными», - считают Р.С. Буре и А.Ф. Островская. «Будем умываться», - говорит в начале года воспитатель и показывает всё: и как завёртывать рукава, и как намыливать руки, и как вымыть их, а затем вытереть. Все дети действуют под наблюдением и контролем взрослого. И так изо дня в день. В этой каждодневной деятельности совершаются культурно - гигиенические навыки, формируются привычки. Но дети становятся старше, и воспитатель постепенно предоставляет им всё больше самостоятельности. Он переходит от прямых указаний к напоминанию, от показа к совету, от примера к методам позволяющим развивать у детей осознанное отношение к правилам, - убеждению, разъяснению смысла правил. Только тогда, когда педагог учитывает постоянно возрастающий опыт детей, совершенствование их навыков, умение всё более самостоятельно выполнять установленные правила, только тогда у них формируются устойчивые привычки, не разрушающиеся при переходе в новые условия.

Если этого не учитывать, то у детей вырабатывается, лишь умение подчиняться требованию взрослого».

Обычно качество и правильная последовательность действий находится вне внимания взрослого. При этом часто считается неважным следить за тем, перешел ли навык в привычку. Подобная ситуация приводит к тому, что даже у семилетних детей встречается необходимость выполнять культурно – гигиенические навыки исходя только из требований взрослого. Это может привести к потере, казалось бы, уже сформированного навыка. Поэтому в дошкольном возрасте надо проводить повторное обучение навыкам на иной, чем в детстве, основе. Ребенку надо помочь осознать приемы и условия выполнения культурно–гигиенических навыков, а так же их необходимость. Опираясь на расширение и усложнение его практического опыта. А для этого необходима специально организованная деятельность малыша под руководством взрослого, тогда детям становится понятна целесообразность требований воспитателя (руки мыть чисто, не лить воду на пол и т. д.).

Для закрепления правил и их усвоения, в группах целесообразно проводить беседу о гигиене. Она строится так, чтобы дети не только

называли, перечисляли действия и их порядок, но и делали обобщения, которые помогают понять целесообразность действий, убеждают детей в их необходимости. Важно, чтобы дошкольники самостоятельно пользовались культурно - гигиеническими навыками. Поэтому бывает целесообразно перейти от прямых указаний к косвенным, например, вместо напоминания «дети идите мыть руки» сказать: «Начинаем готовиться к обеду» и т. п. Хорошо привлекать детей к обсуждению и выбору рационального способа организации того или иного бытового процесса.

Культурно-гигиенические навыки нуждаются в постоянном закреплении. Изменения системы воспитательной работы, отсутствие внимания к формированию и использованию навыков может привести к их быстрой утрате. Практика показывает, что вопросы воспитания культурно - гигиенических навыков не всегда отражаются в календарных планах воспитателей, тогда как они очень важны и нуждаются в конкретизации при планировании. Однако для их реализации требуется достаточно длительное время.

В труде по самообслуживанию ребёнка учат доводить начатое до конца, выполнять работу качественно. Например, учат не только снимать одежду, но и выворачивать каждую вещь на лицевую сторону, аккуратно складывать, вешать её. Во всех группах используется приём поощрения. Важно вовремя похвалить ребёнка, но нужно этим не злоупотреблять, чтобы он не ждал похвалы постоянно. Выполнение требований взрослых должно стать нормой поведения, потребностью ребёнка. Поощрение иногда делается в такой форме, чтобы напомнить правила выполнения. В некоторых случаях воспитатель использует порицание, но это лучше делать в косвенной форме, не называя имён детей.

Одним из ведущих приёмов во всех возрастных группах является повторение действий, упражнение, без этого навык не может быть сформирован. 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.

Таким образом, особая роль в воспитании культурно – гигиенических навыков принадлежит игровым приемам. Используя их, воспитатель закрепляет у детей навыки, которые вырабатываются в повседневной жизни.

Видное место отводится при этом дидактическим играм («Уложи куклу спать», «Оденем куклу на прогулку», «Накорми куклу обедом» и т.п.).

Особое внимание следует уделить игровому методу, потому что игра является ведущим видом деятельности ребенка дошкольного возраста, посредством игры ребенок лучше запоминает и устанавливает причинно – следственные связи. Игра позволяет ребёнку глубже понять окружающий мир.

Занятия по формированию культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания должны носить игровой характер, однако они имеют определенные цели и задачи, средства их осуществления и тем самым принципиально отличаются от игры. Для обучения через игру и созданы дидактические игры. Главная их особенность состоит в том, что задание ребенку предлагается в игровой форме. Дети играют, не подозревая, что осваивают какие-то знания, овладевают навыками действий с определенными предметами, учатся культуре общения друг с другом.

Дидактические игры и занятия дают положительные результаты при соблюдении дидактических принципов.

Основным является принцип активности и сильной самостоятельности. Его надо учитывать, когда возникают поисковые ситуации с вероятным результатом самим ребенком. Воспитатель выполняет на занятиях только то, что не может сделать ребенок самостоятельно.

Принцип познавательной выразительности. Это эмоциональность воспитателя, которая является необходимым условием успешного обучения, так как она поддерживает интерес и внимание детей к программному материалу, способствует стабильности их действий.

Принцип наглядности. Он заключается в том, что на занятиях воспитатель использует наглядные средства (игрушки, картинки, пособия и т.д.). Это важно, так как на начальных этапах обучения пояснения взрослого даются сжато и поэтому должны подкрепляться показом наглядного дидактического материала.

Принцип поэтапности заключается в том, что смена частей занятия обусловлена постепенностью освоения отработки какого-либо умения, навыка. Это дает возможность подвести ребенка к положительному результату, поощряя его самостоятельность и активность.

Принцип цикличности также обусловлен поэтапностью обучения на занятиях. Доказано, что наибольшая активность в течение одного занятия

проявляется ребенком не при первом предъявлении ему материала (игрушки, картинки и т.д.), а при повторных показах (в третий – четвертый раз).

Принцип вариативности осуществляется при повторении программного материала на других занятиях. Это учит ребенка самостоятельно переносить усвоенные знания в новую ситуацию и применять их практически. Одно и то же упражнение не следует воспроизводить более 2-3 раз. Каждое повторное занятие полезно обогащать несколько иным содержанием, частично усложняя программный материал.

Каждый ребенок индивидуален не только цветом глаз, волос, но и обитающими внутри нас микроорганизмами: запахами, следами деятельности желез и других органов. Ведь недаром перечисленные выше предметы называют во всем мире предметами личной гигиены. Все, что требуется для обслуживания своего организма, ухода за телом, должно быть личным. Для этого нужно маркировать каждому ребенку предметы пользования (полотенце, горшок, раздевальный ящик, кровать) одной меткой. Можно использовать яркие картинки (флажок, елочка, морковка, грибок и т.д.). В первое время пребывания ребенка в группе необходимо познакомить детей с его картинками и предметами, объясняя их назначение. Знакомство малыша с умывальной комнатой проводится в присутствии его мамы. Нужно показать малышу и его маме полотенце, вешалку для него, мыльницы, где лежит мыло и т.д. Предложить, чтобы мама с малышом помыли руки, потрогали полотенце и вытерли руки. Но не только от чистоты и привлекательности умывальных принадлежностей зависит отношение малыша к разумным гигиеническим процедурам.

На первоначальном этапе обучения достаточно, чтобы ребенок знал места хранения предметов личной гигиены, умел находить эти предметы и отличать их от других, и дать понять малышу, что пользоваться нужно только своими. А чтобы в жизни стало реальностью, туалетную комнату нужно сделать рациональной и удобной для малышей (туалетная бумага в том месте, где дети обычно сидят на горшках, расчески возле зеркала, полотенца недалеко от умывальных раковин).

Для обучения культурно-гигиеническим навыкам и формирования навыков самообслуживания очень важно использовать дидактические игры, которые являются для малышей наиболее подходящей формой обучения.

Дидактические игры не случайно заняли прочное место среди методов обучения и воспитания детей, развития их самостоятельной игровой деятельности. В процессе таких игр дети учатся решать познавательные

задачи, вначале под руководством воспитателя, а затем и в самостоятельной игре.

Любая дидактическая игра ставит целью обогатить чувственный опыт ребенка, развивать его умственные способности (умение сравнивать, обогащать, классифицировать предметы и явления окружающего мира, высказывать свои суждения, делать умозаключения).

Включая дидактические игры в педагогический процесс, очень важно отобрать те из них, которые доступны для детей.

Дидактическая игра направлена на развитие таких психических процессов, как память, мышление, творческое воображение, развитие культурно-гигиенических навыков. Она вырабатывает усидчивость, дает простор для проявления самостоятельности. Внимание ребенка во время дидактических игры обращено на выполнение игровых действий, а задача обучения им не осознается. Это делает игру особой формой обучения, когда дети, играя, усваивают необходимые знания, умения и навыки. Дидактическая игра хороша еще и тем, что ребенок сразу видит конечный результат своей деятельности. Достижение результата вызывает чувство радости и желание помочь тому, у кого пока что-то не получается. Дидактическая игра хороша как для индивидуальной, так и для совместной деятельности детей.

Все дидактические игры можно разделить на три основных вида: игры с предметами (игрушками, природным материалом); настольно-печатные и словесные игры.

В играх с куклами у дошкольников формируются культурно-гигиенические навыки и нравственные качества – заботливое отношение к партнеру по игре – кукле, которое переносится затем на сверстников.

Чтобы научить ребенка правильно мыть руки, нужно предварительно рассматривать с ними сюжетные картинки, где изображены: девочка (мальчик) умывается; предметные картинки с изображением предметов, необходимых для умывания (мыло, мыльница, вешалка с полотенцем, кран с водой).

Приобщая малыша к здоровому образу жизни, овладению основами гигиенической культуры в процессе умывания, важно использовать игры с водой, мыльными пузырями. И проводить дидактические игры с игровым персонажем, например – Неумейка. Неумейка появляется с грязными руками, предлагаю детям помочь маленькому Неумейке в выборе предметов (мыло,

мыльница, полотенце и др.); затем научить персонаж делать «мыльные перчатки».

При обучении раздеванию и одеванию после сна и на прогулку нужно целенаправленно направлять детскую самостоятельность в самообслуживании от микропроцесса (снять тапочки, носки, надеть колготки) до целостного процесса. Обучение проходит в естественной обстановке.

Например, формировать умение надевать колготки. Сначала дидактические игры с картинками, предполагающие занятия: разложить их в последовательности одевания (картинки, изображающие предметы одежды, соответствующие сезону); помочь игровому персонажу в выборе предметов одежды для одевания после сна (при одевании на прогулку). Дидактические игры с куклой: «Наша Катя проснулась», «Оденем Катю на прогулку».

Дидактические игры-упражнения на развитие мелкой моторики для упражнения в застегивании, шнуровании, завязывании. Также используются предметно-схематические модели последовательности одевания на прогулку.

Таким образом, в процессе формирования культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей дошкольного возраста, с помощью специально созданной программы, возможно, добиться положительных результатов.

### 3. Заключение

Эту тему я выбрала не случайно, так как мои дети в группе только что пришли в детский сад и в основном не владеют культурно-гигиеническими навыками и навыками самообслуживания.

Цель моей работы по теме самообразования: «Воспитание культурно – гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей раннего возраста.»

Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. В.А.Сухомлинский писал: «Я не боюсь ещё и ещё раз повторить: забота о здоровье ребёнка – это важнейший труд воспитателя. В приобщении ребёнка к здоровому образу жизни важно овладеть основами гигиенической и двигательной культуры. Гигиеническая культура осваивается через формирование у детей гигиенических навыков ухода за телом, культуры еды, бережного отношения к своим вещам, игрушкам. Актуальность проблемы развития культурно-гигиенических навыков всегда стояла на одном из первых мест в проблеме воспитания детей младшего возраста.

Мероприятия, проводимые в процессе работы над темой:

- Карточки «Игры на формирование культурно-гигиенических навыков»;
- «Дидактические игры».
- Беседы: «Почему нужно мыть руки?»; «Чистота-залог здоровья».
- Открытые занятия: «Научим Буратино одеваться»; «Мойдодыр».

По привитию навыков самообслуживания были проведены свободные беседы на такие темы: «Мы в столовой», «Правила пользование салфеткой», «Одеваемся на прогулку», «Учимся заправлять кровать», «Учимся складывать свои вещи на стульчик», «Вот это стол –за ним едят», «Столовые приборы», «Приглашение к чаю».

Чтобы облегчить ребёнку освоение новых навыков, необходимо сделать этот процесс доступным, интересным и увлекательным. При этом надо учитывать возрастные особенности детей, стремление к самостоятельности. Поэтому даже во время приёма пищи использовала игровые формы: потешки, прибаутки.

В течение года старалась разнообразить жизнь детей в детском саду, в группе. Как можно больше насытить её интересными красками.

Приучала их к трудовой деятельности: убирать за собой игрушки, помогать няне. Учила соблюдать правила гигиены, приучала к аккуратности и опрятности, учила их следить за внешним видом, за своими вещами, соблюдать порядок в своих шкафчиках, убирать мусор на участке.

Приучая детей к труду, мы формируем у них трудовые навыки. В результате они становятся трудолюбивыми, заботливыми и бережливыми.

Большую роль в течение года оказывали родители воспитанников. Они помогали в оформлении группы, оказывали помощь в проведении субботника, хозяйственно – бытовых вопросах.

Вывод: дети научились пользоваться предметами личной гигиены (полотенце, зубная щётка, расчёска, бумажные салфетки) мыть руки перед едой, после еды, после прогулки, умеют пользоваться носовым платком.

Считаю, что тема оказалась весьма продуктивной и есть положительный результат. В следующем году планирую продолжить работу по этой теме.

## Приложение 1.

### Картотека дидактических игр для формирования гигиенических навыков

#### 1. ИГРА «ЧИСТОПЛОТНЫЕ ДЕТИ»

ЗАДАЧИ ИГРЫ: Проверить знания детей о предметах гигиены и их назначении.

ХОД ИГРЫ: Воспитательница говорит детям, что хочет убедиться в том, что они чистоплотные и аккуратные: пусть они скажут, что нужно для того, чтобы волосы, руки и лицо были чистыми (чем больше они смогут об этом рассказать, тем лучше). Затем воспитательница говорит: «Руки». Дети, которых она вызывает, отвечают: «Мыло, щетка, полотенце». Подобным же образом дети реагируют на слова «волосы» (гребень, щетка, ножницы, шампунь, мыло), «купание» (ванна, полотенце, душ, умывальник, губка, мыло и пр.).

Воспитательница задает вопрос: «Что нам нужно, когда мы утром встаем?» Дети знают, что должны назвать предметы гигиены, которые используются утром (щетка для рук, паста, мыло, платок).

#### 2. ИГРА «ЧТО НУЖНО КУКЛЕ?»

ЗАДАЧИ ИГРЫ: Упражнять культурно-гигиенические навыки.

ОБОРУДОВАНИЕ: Картинки с изображением предметов, используемых при умывании, еде, одевании, мыло, зубная щетка, полотенце, зубная паста, гребень, щетка для рук, заколка, лента для волос, скатерть, ваза, поднос, кружка, ложка, тарелка, столовый прибор, носки, ботинки, шапочка, платье, блузка, юбка, перчатки, курточка).

ХОД ИГРЫ: Воспитательница знакомит детей с картинками, спрашивает их, для чего нужен каждый предмет, затем перемешивает картинки и раздает их, берет куклу и говорит детям: «Наша куколка встала и хотела бы умыться, но чем?» Дети приносят картинки, на которых нарисованы предметы, нужные кукле для умывания. Игра продолжается.

Воспитательница направляет игру так, чтобы чередовали все виды деятельности. Например, она говорит: «Наша кукла умылась и хотела бы причесаться, но чем?» «Наша кукла умылась, но еще не завтракала. Что мы ей дадим есть?» «Наша кукла собралась на прогулку, что она наденет?»

### **3. ИГРА «ПОЧИСТИМ ЗУБКИ»**

ЗАДАЧИ ИГРЫ: Учить ребенка чистить зубы.

ОБОРУДОВАНИЕ: Две зубные щетки, стакан с водой, зеркало.

ХОД ИГРЫ: Педагог просит ребенка посмотреть в зеркало и улыбнуться, при этом обращает его внимание на зубы. Затем говорит, чтобы зубы не болели, нужно их чистить. Педагог достает две щетки: одну дает в руки ребенку, а другой показывает, как нужно проводить щеткой по зубам, при этом произносит потешку:

«Ротик, ротик! Где ты ротик?

Зубки, зубки! Где вы зубки?

Щечка, щечка! Где ты щечка?

Будет чистенькая дочка!»

В конце игры педагог вместе с ребенком смотрит в зеркало, и улыбаются, показывая чистые зубы. При необходимости используются совместные действия взрослого и ребенка.

### **4. ИГРА «ВЫМОЙ РУКИ»**

ЗАДАЧИ ИГРЫ: Учить ребенка мыть руки.

ОБОРУДОВАНИЕ: Заяц резиновый.

ХОД ИГРЫ: Педагог обращается к ребенку: «Мы пришли с прогулки, нам нужно вымыть ручки. Зайчик будет смотреть, как мы моем ручки». Педагог ставит игрушку на край умывальника и показывает ребенку движения руками под струей воды. В конце процедуры педагог от имени зайчика хвалит ребенка.

### **5. ИГРА «СДЕЛАЕМ ЛОДОЧКИ»**

ЗАДАЧИ ИГРЫ: Учить ребенка последовательно выполнять действия при мытье рук, подражать действиям взрослого.

ХОД ИГРЫ: Педагог обращает внимание ребенка на то, что при мытье рук надо соблюдать последовательность действий:

- засучить рукава (педагог произносит потешку)

«Кто рукавчик не засучит, тот водички не получит!»;

- открыть кран;

- сложить ладони рук «лодочкой»;

- подставить руки под струю воды;

- закрыть кран;

- вытереть руки полотенцем.

## **6. ИГРА «ФОНТАНЧИКИ»**

ЗАДАЧИ ИГРЫ: Учить ребенка полоскать рот.

ОБОРУДОВАНИЕ: Стакан.

ХОД ИГРЫ: Педагог подводит ребенка к зеркалу в ванной комнате и предлагает пускать фонтанчики, произносит потешку:

«Наберем водичку в рот пусть фонтанчик оживет!»

Педагог набирает в рот воду и показывает, как выпустить воду изо рта, затем, как надо полоскать рот. Ребенку предлагается сделать так же.

В конце занятия педагог хвалит ребенка.

## **7. ИГРА «"КУКЛА ЗАБОЛЕЛА»**

ЗАДАЧИ ИГРЫ: Учить ребенка пользоваться носовым платком.

ОБОРУДОВАНИЕ: Кукла, носовые платки.

ХОД ИГРЫ: Педагог демонстрирует детям куклу и говорит: "Вот кукла Маша, она заболела, у нее насморк, ей трудно дышать через нос. В кармане у нее лежит носовой платок. Поможем Маше очистить носик!" Педагог произносит потешку:

Маша заболела, трудно ей дышать,

Мы платочком будем носик вытирать!

Педагог показывает детям, как правильно использовать носовой платок, демонстрируя это на кукле. Предлагает детям повторить действие.

## **8. ИГРА-ЭТЮД «Я САМА!»**

Педагог читает детям стихотворение и предлагает движениями изобразить то, о чем в нем говорится. Затем педагог и ребенок читают стихотворение по ролям.

Педагог. Давай будем одеваться.

Ребенок. Я сама! Я сама! (Ребенок одевается)

Педагог. Пойдем, будем умываться...

Ребенок. Я сама! Я сама! {Умывается}

Педагог. Ну идем, хоть причешу я.

Ребенок. Я сама! Я сама! (Причесывается.)

Педагог. Ну давай хоть накормлю я.

Ребенок. Я сама! Я сама! (Делает вид, что жует.)

Вопросы к детям

Правильно ли поступает девочка? Почему вы так решили? А как вы поступаете, когда вам предлагают помощь?

## 9. ИГРА-ЭТЮД «НОСИКИ-КУРНОСИКИ»

Педагог произносит потешку и предлагает детям выполнять те действия, о которых идет речь. Затем педагог читает и демонстрирует действия с носовым платком:

Педагог: Носовой платок в кармашке... (достает из кармана)

Дети: Достают из кармана носовой платок.

Педагог: Будем нос им вытирать... (показывает действие с платком)

Дети: Дети вытирают нос.

Педагог: Чтобы носик, наш курносик, снова чистым был опять... (складывает и убирает платок в карман)

Дети: складывают носовые платки и убирают их в карманы.

Вопросы детям

Есть ли у вас носовой платок? Нужен ли вам носовой платок? Зачем нам нужны носовые платки? Где нужно держать носовой платок?

## Приложение №2.

### Конспекты родительского собрания

#### 1. **Тема родительского собрания:** **«Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста».**

**Цель:** Формирование у детей и родителей культуры здоровья.

**Участники собрания:** воспитатели, родители, медсестра.

**Задачи:** формировать у родителей представления о воспитании культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста; повысить интерес родителей к вопросам укрепления здоровья детей.

**Участники:** воспитатели, родители, музыкальный руководитель, старшая медсестра; вторая часть собрания проходит с участием детей.

**Место проведения:** музыкальный зал.

**План проведения**

1. Вступительный этап.
2. Основная часть:
  - обмен опытом семейного воспитания;
  - блиц-опрос родителей.
3. Игровая мини-программа.
4. Подведение итогов собрания.

#### **Ход собрания**

##### 1. Подготовительный этап

1. Родители выполняют домашнее задание (приложение 1). Они должны понаблюдать за своими детьми и оценить, как сформированы их культурно-гигиенические навыки.
2. Подготовка к конкурсу костюмов «Мойдодыря».
3. Подготовка к конкурсу «Детская прическа».
4. Оформление альбома стихов, загадок, подбор песенок, игр по теме собрания.
5. Оформление тематической выставки в группе.
6. Приглашение родителей.
7. Приобретение мыльных пузырей для праздника (по количеству детей).
8. Разработка сценария праздника мыльных пузырей.
9. Разучивание с детьми песен, игр, заучивание стихотворений по теме собрания.
10. Подготовка и оформление цитат, поговорок и крылатых фраз.

- «Если возможна гигиена тела, то возможна также гигиена ума и характера» (Д. Писарев).
- «Чистота — залог здоровья».
- «Чистота — та же красота».
- «Красота — это обещание счастья».
- «Хорошая прическа важнее дорогого наряда».
- «Здоровые волосы — красота человека».
- «На то два уха, чтоб больше слушать».
  
- «Ухо — это орган слуха, есть у каждого два уха».
- «Сон — лучшее лекарство».

11. Проведение репетиции.

## II. Организационный этап

1. Красочное оформление музыкального зала.
2. Подготовка необходимого оборудования, материалов, костюмов, символов.
3. Оформление выставки детских гигиенических принадлежностей.
4. Подготовка чаепития.

## III. Вступительный этап

Уважаемые гости! Сегодня наше родительское собрание будет состоять из двух частей. В первой части мы поговорим о формировании у детей культуры здоровья. Во второй части мы проведем совместный праздник мыльных пузырей. Итак, мы начинаем!

Зеркало любит чистые лица,  
Зеркало скажет:  
— Надо умыться! Зеркало охнет:  
— Где же гребенка?  
Что же она не причешет ребенка!  
Зеркало станет грязным от страха,  
Если в него поглядится неряха.

А. Кондратьев

Сегодня наш разговор о формировании культурно-гигиенических навыков у детей.

— Как вы думаете, что такое культура здоровья? (Рассуждения родителей.)

Под культурой здоровья ребенка понимается совокупность трех компонентов.

(Воспитатель использует зрительный ряд.)

- Осознанное отношение к своему здоровью и жизни.
- Знания о здоровье и умения оберегать, поддерживать и сохранять его.
- Валеологическая компетентность, которая позволяет дошкольнику самостоятельно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи.

Основой здорового образа жизни ребенка является режим дня. Но если распорядок дня во многом зависит от индивидуальных особенностей человека, то правила личной гигиены, напротив, универсальны.

#### IV. Основная часть

Обмен опытом семейного воспитания

Всем нам хочется, чтобы ребенок вырос крепким, красивым, здоровым.

Поэтому с раннего детства и на протяжении всей жизни человек должен тщательно ухаживать за своим телом, кожей, волосами, ногтями, зубами и т. д. Соблюдение правил личной гигиены — непереносимое условие здорового образа жизни.

Среди правил личной гигиены первостепенное значение имеют правила ухода за кожей.

Своим семейным опытом по данному вопросу с нами поделится мама... (Ф.И. ребенка и И.О. родителя).

(Рассказ об опыте ухода за кожей ребенка включает информацию о том, каких правил ухода за кожей придерживаются в семье, как родители обучают гигиеническим навыкам своего ребенка. Обмен опытом между родителями.)

Почему они серые?

Мама тесто замесила Из пшеничной из муки, Я кусочек попросила, Стала делать пирожки. Я леплю, я делаю.	Только не пойму: У мамы — то белые, А у меня-то серые — Не знаю почему.
--	--

### Приложение 3.

## Консультации для родителей

### 1. КОНСУЛЬТАЦИЯ: «КАК НАУЧИТЬ РЕБЁНКА УМЫВАТЬСЯ?»

Малыш подрос, и еще не всегда понимает, зачем надо мыть руки или умываться. Малыши охотно подражают взрослым и очень любят делать все, как папа и мама. Нужно понятно и просто объяснить ему, почему не стоит ходить грязным.

1. Малыш должен видеть положительный пример взрослых. Нужно просто рассказывать о том, что мыть руки полезно. Родители сами должны подавать положительный пример своим малышам — и идти мыть руки вместе.

2. Сделать место для умывания удобным - к умывальнику можно подставить скамейку, позволяющую малышу самостоятельно дотягиваться до струи из крана. Повесить яркое полотенце, до которого легко дотянуться малышу. Использовать специальное детское мыло в виде маленьких забавных фигурок с приятным запахом.

3. Все совершаемые действия нужно объяснить, лучше это делать в игровой форме, проговаривая одновременно стишки:

Водичка, водичка! Умой моё личико: Чтобы глазки блестели, Чтобы щёчки горели, Чтоб смеялся роток, Чтоб кусался зубок! Умывайтесь глазки, умывайся ротик, умывайтесь щечки, умывайся носик, Умывайся лобик, умывайся шейка, умывайтесь ушки - всё, умылся! (имя малыша)	Носик, носик! Где ты, носик? Ротик, ротик! Где ты, ротик? Щёчка, щёчка! Где ты, щёчка? Будет чистенькая Дочка.
---	--

4. Приучать малыша умываться самостоятельно нужно постепенно. Привычки создаются благодаря регулярным повторениям. Хвалите малыша за правильные действия и никогда не ругайте, если он уронил мыло или облился водой. Дайте ему чистую тряпку или салфетку, пусть уберет за собой. Не нужно концентрировать внимание на то, что не получилось,

немного помогите ему. Совместно отпразднуйте маленькие победы - посмотрите мультфильмы, сходите в парк или развлекательный центр.

Запаситесь терпением и предоставьте крохе возможность проявить себя.

Навыки, полученные ребенком в детском возрасте, определяют его поведение во взрослой жизни.

## **2. КОНСУЛЬТАЦИЯ: «КАК ПРИУЧИТЬ РЕБЁНКА К АККУРАТНОСТИ?»**

Привычку быть чистым и опрятным воспитать у ребенка, в общем, несложно. Здесь важна прежде всего ваша последовательность. Если вы обращаете внимание на то, что руки у малыша грязные, и моете их, если вы всегда вытираете ему лицо, когда он измазался едой, если не позволяете ходить ему с грязным носом, малыш через какое-то время начинает ощущать необходимость привести себя в порядок. И пока он не приведет себя в порядок — сам или с помощью взрослого, он испытывает своеобразное неудобство.

Порой родители жалуются, что малыш сопротивляется попыткам взрослых содержать его в чистоте. О том, чтобы он сам привыкал выполнять гигиенические процедуры, речь здесь и не идет. Но с чего бы это малышу не нравилось умываться и купаться? Скорее всего ему не раз причиняли неприятные ощущения, а то и боль, когда купали и умывали.

Надо стараться, чтобы купание и умывание были приятны малышу. Если в глаза ему попадает мыло, если на него воду льют такой сильной струей, что он захлебывается, если вода слишком холодна или слишком горяча, то не удивительно, что один лишь вид ванночки будет вызывать плач. Если же вода ласкает, если взрослые бережны, ничего, кроме приятных ощущений, купание вызвать не может.

То же и с умыванием. Вода должна быть комнатной температуры, рукава малышу нужно засучить, чтобы вода туда не заливалась (это не очень приятно). Постепенно предоставляйте ребенку все большую самостоятельность в умывании. Естественно, вы покажете, как правильно мыть руки и лицо, как правильно намыливать их, как вытереться после умывания.

А почему малыш не любит сморкаться? Возможно, ему однажды сделали больно, сильно сжав нос? Между тем почти с самого начала второго года можно приучить ребенка к носовому платку, и если вы всегда вытираете ему

грязный нос, после 2 лет он сам будет просить сделать это. В кармане него всегда должен быть чистый носовой платок!

Ребенок будет становиться старше, и вы получите большую возможность вызывать к его собственной сознательности. Он должен понять, что умываться надо не только утром и вечером или перед едой, но и всякий раз, когда измазался. «Посмотри, какие у тебя ручки грязные, ты испачкал их глиной», «Нет, я книжку тебе дать не могу, у тебя грязные руки — надо их вымыть, а то ты испачкаешь книжку».

Так же тщательно следите за чистотой и опрятностью одежды ребенка. На третьем году жизни это должно стать и заботой самого малыша.

Даже если он еще не в состоянии заметить беспорядок в одежде, он должен привыкать устранять его — самостоятельно или с вашей помощью. Запахло платье у девочки — предложите принести чистое и переодеться с вашей помощью. Расстегнулась пуговица — пусть застегнет. Что касается мокрых штанишек, то ваша задача номер один не допускать, чтобы ребенок привыкал к тому, что они мокрые. Напротив, надо постараться, чтобы это стало ему неприятным. Тогда у него будет достаточно серьезная побудительная причина стремиться к опрятности. Намоченные штаны вы смените немедленно и обратите на это внимание малыша (разумеется, без тени упрека или хотя бы вышучивания).

Первая половина второго года — это именно то время, когда ребенок начинает проситься на горшок. Но еще долго вам придется быть готовыми к тому, что он забудет попроситься вовремя. Очень часто малыш второй половины раннего детства, намочив штаны, испытывает чувство стыда. Но вы стыдить его не будете.

Как же воспитывать у детей контроль над потребностью в естественных отправлениях? Ребенка, который умеет проситься, нужно сажать на горшок лишь по его просьбе (и обязательно перед сном и прогулкой независимо от его просьбы). За ребенком, который еще не всегда просится, вам придется внимательно наблюдать, пытаясь уловить момент, когда ему следует предложить сесть на горшок.

Чтобы ночью постель не оказалась мокрой, не давайте малышу перед сном большого количества жидкости, кормите его часа за полтора до сна, а перед тем как уложить его спать, обязательно посадите на горшок.

Детей, которые по несколько раз днем или ночью бывают мокрыми, надо прежде всего показать врачу. Если это с заболеванием все-таки не связано, то

вам придется проявить настойчивость и терпение, чтобы выработать у ребенка стойкую привычку проситься на горшок.

Стыдить или наказывать малыша было бы не только совершенно бесполезно, но и вредно — чаще всего подобное случается с малышами и без того легко возбудимыми, с неустойчивой нервной системой. Поэтому прежде всего подумайте о том, чтобы устранить причины перевозбуждения ребенка: возможно, он нуждается в более спокойных играх и занятиях, в более длительном пребывании на воздухе, в более продолжительном сне.

Напоминайте малышу время от времени (не чаще, чем через час-полтора), что надо сесть на горшок. Если он отказывается, не настаивайте, скажите: «Хорошо, попросишься сам, когда захочешь». Малыш должен почувствовать ваше спокойствие.

Это, пожалуй, главное. Всякий раз, когда малыш попросился вовремя, похвалите его: «Вот молодец, сам попросился. Когда тебе еще нужно будет, скажи обязательно. Я тебя посажу на горшок, и штанишки будут сухими». Но если малыш окажется мокрым и будет переживать это печальное обстоятельство, ободрите его: «Ничего, ничего, ты ведь умеешь проситься. В следующий раз успеешь попроситься. А сейчас я тебя переодену».

Спокойное, терпеливое поведение родителей не может не дать через некоторое время желаемых результатов.

## Приложение 4.

### Конспект «Советы-памятки родителям»

#### 1. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ ЗА СТОЛОМ

Умение пользоваться ложкой и вилкой нужно прививать ребенку постепенно и систематически. Начинать нужно с обучения пользованию ложкой. Для этого ребенку можно дать в руку чайную ложку и учить его набирать ею кашу, в это время, докармливая ребенка со второй ложки.

Вначале дети обычно держат ложку в кулаке. До 1,5-2 лет – это вполне нормально и допустимо.

Но потом лучше постепенно приучать малыша держать ложку правильно: чуть ниже широкой части ручки тремя пальцами - большим, указательным и средним. Важно следить, чтобы ребенок держал ложку в «правильной» руке, т.е. если он правша – в правой, а если левша – в левой.

Когда ребенок научится хорошо держать ложку, следует приучать его правильно зачерпывать пищу и правильно есть с ложки. Есть специальные узкие «французские» ложки, которые подносятся ко рту сужающейся передней частью. Обычные «американские» ложки более широкие и круглые, их подносят ко рту боковой стороной. Важно подсказывать ребенку, что не нужно слишком широко открывать рот при поднесении ложки, не нужно засасывать кончик ложки.

Вилку ребенку лучше не давать раньше трех лет. Примерно с этого возраста малыш уже понимает, что он может уколотся острым предметом. Для ребенка нужна маленькая вилка, зубья которой не очень острые. Нужно объяснить и показать ребенку, как пользоваться вилкой, в зависимости от блюда, которое он кушает: когда зубья вилки должны быть направлены вниз, а когда – вверх (когда кушаешь вилкой макароны или картофель нужно зубья держать вниз, а если кушаешь кашу или пюре, то боком).

Приступая к обучению ребенка пользоваться ложкой или вилкой, лучше сразу же прививать ему навыки поведения за столом.

- ✓ Научите малыша сидеть за столом с прямой спиной, не надо опираться локтями о стол, или расставлять их слишком широко, мешая соседу.
- ✓ Подносить ко рту наполненную ложку с едой нужно аккуратно, не проливая содержимое боковой частью.
- ✓ Еду не разбрасывать, не кушать с открытым ртом, после еды складывать ложку или вилку на свою тарелку.

- ✓ Важно научить ребенка пользоваться салфеткой.
- ✓ Научите ребёнка кушать медленно, чтобы он пищу пережёвывал с достаточной тщательностью.
- ✓ Нельзя позволять играть со столовыми приборами и посудой, смеяться, кричать, за столом, поднимать еду с пола.
- ✓ Желательно, чтобы еда, положенная на тарелку, была съедена ребенком без остатка. Поэтому очень важно правильно рассчитать размер порции. Слишком большая порция вредна для ребенка, его организму сложнее справиться с нагрузкой, а после слишком маленькой порции ребенок очень скоро проголодается.
- ✓ Во время приёма пищи не надо включать телевизор, не отвлекайте ребёнка, он должен кушать в тишине.
- ✓ Не ссорьтесь за столом, это может, ухудшить процесс приёма пищи, снизить аппетит.

Ложка-неотложка  
А у нас есть ложка  
Волшебная немножко.  
На тарелочке – еда.  
Не оставит и следа!  
Кликнем ложку нашу –  
Подберет всю кашу!  
Это - ложка,  
Это - чашка.  
В чашке - гречневая кашка.  
Ложка в чашке побывала -  
Кашки гречневой не стало!  
Если Вас не посетит  
За обедом аппетит  
Надо вызвать ложку  
Ложку-неотложку  
Ложка мигом прилетит  
В ароматной дымке  
В ней приедет аппетит

В шапке-невидимке.  
А теперь нельзя зевать!  
Постарайся поспевать!  
За волшебной ложкой.  
Рот пошире открывай  
И смелее управляй!  
Ложкой неотложкой :)  
Посадим на ложку  
Капустку, картошку —  
и спрячем!  
Попробуй найди!  
Не видно на ложке  
Капустки, картошки.  
И нет на тарелке — гляди!  
Ну, давай, Алешка!  
Поработай ложкой!  
Скушай все до крошки  
И еще немножко.

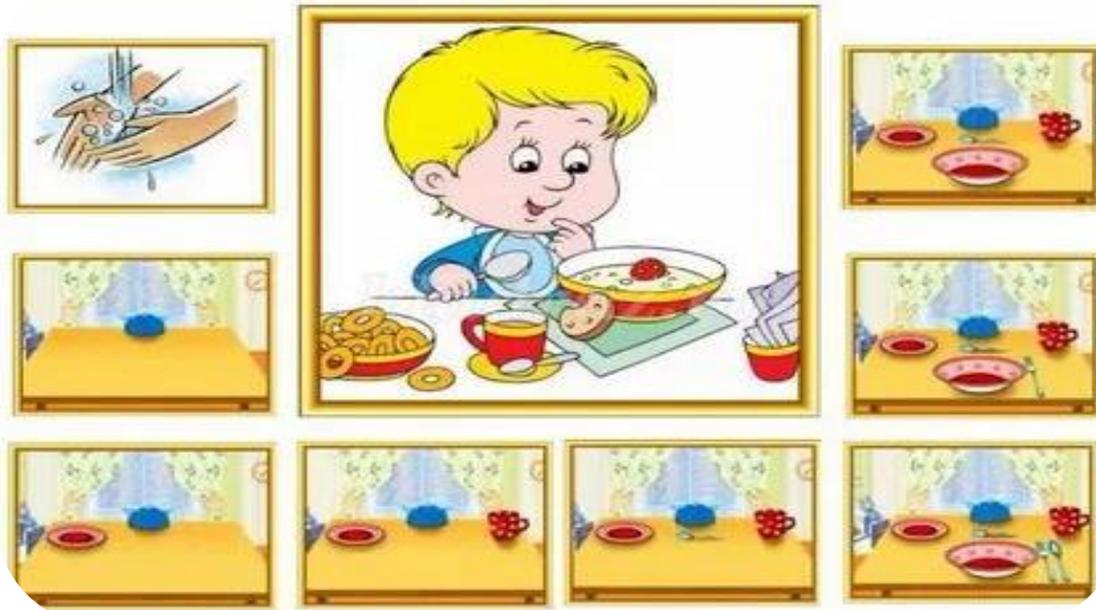
Алгоритм умывания.



Алгоритм мытья рук.



Алгоритм порядка на столе ребёнка.



### Алгоритм культуры еды.



### Помощники чистоты.

Ошибка! Только основной документ.



**Алгоритм одевание одежды.**

