

## Формирование культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста через использование разных видов детской деятельности

*Подготовила: Половинчук Н.Н., воспитатель*

Формирование культурно-гигиенических навыков (КГН) - важная задача в реализации программы воспитания здорового дошкольника. Детям необходимо не просто рассказать о том, как себя вести и соблюдать чистоту, а закрепить полученные знания на практике.

Формирование культурно – гигиенических навыков процесс длительный, поэтому в детском саду работа проводится ежедневно, в режимных моментах и при организации образовательной деятельности.

Для формирования культурно-гигиенических навыков в своей работе используем: личный пример, дидактические игры и упражнения, игровые ситуации, алгоритмы действий, художественную литературу, беседы.

Все режимные моменты стараемся проводить в игровой форме, что обеспечивает потребность ребенка в самостоятельности. Дети становятся старше, поэтому прямые указания сменяются напоминанием, на смену показа действий приходит совет, как лучше сделать то, или иное действие. От примера переходим к методам, позволяющим развивать у детей осознанное отношение к правилам, убеждению, разъяснению смысла правил.

Утренний круг воспитывает привычку здороваться, разговаривать со сверстниками и взрослыми спокойным голосом, не кричать, не перебивать друг друга. Во время утреннего сбора обращаем внимание на внешний вид детей, побуждаем выглядеть опрятно.

Отдельно обращаем внимание детей на уход из детского сада. Ребенок должен не забывать о правилах хорошего тона, а именно: прощаться с детьми и воспитателем, помощником воспитателя. Это формирует положительное отношение к детскому саду и дает настрой на следующее посещение.

В процессе умывания совместно с детьми уточняем правила мытья рук, используя алгоритм «Моем руки» и потешку: «*Кто рукавчик не засучит, тот водички не получит*»

А использование художественного слова:

*Мы друг друга не толкаем,*

*Никого не обижаем,*

*И друг другу помогаем,* - напоминает о правилах поведения в умывальной комнате.

Дети регулярно выполняют трудовые поручения перед приемом пищи. Во время сервировки столов помогает дошкольники запоминают в какой последовательности надо расставлять столовые приборы, салфетницы, а также у них формируются культурно-гигиенические навыки (мыть руки перед сервировкой). Имеющийся в уголке дежурных алгоритм помогает детям запомнить правила сервировки.

Проводим ситуативные беседы о правилах поведения за столом («Чтобы не было беды, вспомним правила еды», «О пользе здоровой пищи» «Полезная и вредная еда» и др.), уточняем название блюд, продуктов, используемых в их приготовлении.

Во время приёма пищи в течении дня совершенствуем навыки аккуратного приёма пищи: обращаем внимание детей на то, как накрыты столы, как правильно держать столовые приборы, напоминаем о культуре еды, о правилах поведения за столом..

Упражнение «*Небылица*»: помогает детям представить, что на тарелках завтрак необычный, например «каша силачей», на бутерброде «волшебное масло», в чашках «умный шоколад».

Обращаем внимание на то, что после завтрака необходимо пользоваться салфеткой и привести себя в порядок: помыть руки, щеки и прополоскать рот от еды.

Во время подготовки к прогулке следим, чтобы дети одевались одновременно и последовательно с учетом алгоритма одевания, который размещен на дверце шкафчика. Для этого используем упражнения «*Одевайся правильно*», «*Ученья*», «*Что сначала, что потом*». Напоминаем, что одежду необходимо заправлять внутрь, для того чтобы было тепло, делаем положительную оценку детям, которые одеваются правильно, быстро и тихо, используя художественное слово:

*Если хочешь прогуляться,  
Нужно быстро одеваться,  
Дверцу шкафа открывай,  
По порядку надевай.*

При возвращении с прогулки (раздевание) - побуждаем детей не только к самостоятельным действиям, но и воспитываем стремление оказывать посильную помощь друг другу. В раздевалке проводим дидактическое упражнение: «*Кто правильно и быстро положит одежду в шкафчик*». Обращаем внимание, на тех детей, которые аккуратно сложили свою одежду в определенной последовательности согласно алгоритму действий «*Сложи одежду*». Следим за тем, чтобы дети не только аккуратно убрали вещи в шкаф, но и выворачивали каждую вещь на лицевую сторону. А чтобы дети раздевались быстро и правильно, нужна тишина в раздевалке. На помощь приходит «*золотой ключик*» (закрываем ротики на ключик).

Закрепить процесс последовательности одевания-раздевания помогает *ситуативное общение* с детьми «*Как удобнее одеваться и раздеваться?*», «*Почему вы не хотите в первую очередь надеть шапку? или рукавицы?*», «*Что необходимо снять в первую очередь по приходу с улицы?*»

Во время подготовки ко сну дети учатся аккуратно складывать одежду на стульчики, закрепляют правила поведения в спальне. Игра «*Дрема*» помогает в спальне не шуметь, настраивает на сон. Обращаем внимание детей на то, что тот, кто сегодня будет спать, к тому придет Дрема и сон интересный принесет. Дети с удовольствием рассказывают о своих снах.

Формирование знаний о здоровом образе жизни происходит во время проведения *гимнастики пробуждения после дневного сна*. Используем комплекс гимнастик, например: «Солнце глянуло в кроватку разбудило всех детей», «Потягушки – потягушки», «Глазки смотрят, ушки слушают, ручки хлопают, ножки топают».

Обращаем внимание детей как нужно правильно одеваться. После того, как дети оделись, девочкам предлагаем – посещение парикмахерской (девочки идут причесываться). Во время причесывания девочек обращаем внимание на то, какие красивые, чистые волосы. Также напоминаем, что нужно делать, чтобы волосы были ухоженные.

Для закрепления правил, более осознанного их усвоения проводим *тематические беседы* не только назидательного характера, но и в игровой и доброжелательной форме стараемся довести до сознания ребенка. Предлагаем самому сделать выводы как следует поступить правильно, опираясь на положительный пример сверстника.

Для закрепления навыков самообслуживания и формирования культурно-гигиенических навыков планируем такие *беседы*, как: «Почему нужно мыть руки перед едой», «Где прячутся микробы», «Правила этикета за столом», «Распорядок дня» «Зачем нам расческа?», «Чистота залог здоровья» «Как пользоваться индивидуальными предметами личной гигиены?», «Где хранятся вещи».

По мере усвоения культурно-гигиенических навыков, полученный опыт переносится в игровую деятельность. Игры в свою очередь становятся показателем усвоения культурно-гигиенических навыков.

Хорошей формой упражнения в освоении этих навыков являются дидактические игры.

Так, для формирования культуры поведения используем такие игры как: «Хорошо или плохо?», «В страну вежливых слов», «Самая лучшая хозяйка».

*Дидактические игры*: «Крокодил-чистюля», «Научим Машу правильно мыть руки», «Усади гостей за стол» способствуют формированию навыков самообслуживания, культуры еды, закреплению *правил личной гигиены*.

Игры, направленные на *развитие мелкой моторики*, упражняют детей в застегивании, шнуровании, завязывании: «Зашнуруй башмачок», «Ромашка», «Собери бусы», «Волшебные шнурки», «Разложи пуговицы» и др.

*Создание проблемных ситуаций*: «Как вы считаете?», «Как нам быть?», «Как будем действовать?», направлены на усвоение определенных правил детьми. А наша задача помочь ребёнку осознать и прийти к таким правилам. То, что ребёнок сформулировал, спланировал и апробировал сам, намного быстрее и качественнее усвоится им.

Сюжетно-ролевые игры: «Накроем праздничный стол», «У нас обед» - учат навыкам сервировки стола. «Салон красоты», «Парикмахерская» - направлены на закрепление навыков самообслуживания.

«Кафе», «День рождения» - помогают сформировать умения правильно вести себя в обществе, закрепляют правила культурного поведения.

Приобретённые навыки гигиенической культуры закрепляются в процессе чтения художественной литературы:

-К. Чуковского «Федорино горе», «Мойдодыр» воспитывают у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом.

-сказка «Муха-Цокотуха», стихотворение Н. Гернер «Песенка о вежливом чижике» направлены на воспитание навыков культурного поведения.

- стихотворения А. Воронковой «Маша растеряша», Г. Ладоненикова «Кукла и Катя», О. Кригера «На прогулку» направлены на формирование навыков самообслуживания

Работа по воспитанию культурно-гигиенических навыков с дошкольниками должна быть тесно связана с семейным воспитанием. Родители должны помнить, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течение всей его последующей жизни.

В процессе повседневной жизни родителям с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались. Для того, чтобы воспитание культурно-гигиенических навыков осуществлялось успешно в семье необходимо организовать обстановку так, чтобы она не препятствовала этому процессу.

Уважаемые родители! Предлагаем вам поделиться опытом формирования культурно-гигиенических навыков ребенка в домашних условиях.