

Формирование и закрепление Культурно-гигиенические навыки (КГН) у детей 3-4 года жизни.

Актуальность формирование и закрепление (КГН) у детей.

В последнее время обостренную тревогу вызывает состояние здоровья детей дошкольного возраста. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков научного центра здоровья детей РАМН, за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось. В связи с этим одной из приоритетных задач нового этапа реформы системы дошкольного образования должно стать сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них ценностей здоровья и здорового образа жизни, в том числе формирование культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания.

Введение

Основы здоровья человека закладываются в раннем детстве. В это время организм ребенка пластичен, он намного чувствительнее к влиянию внешней среды, чем организм взрослого. От того, каковы эти действия, благоприятны они или нет, во многом зависит, как в дальнейшем сложится его здоровье. Огромное значение для охраны и укрепления здоровья ребенка имеет его гигиеническое воспитание. Гигиеническое воспитание является неотъемлемой частью общего воспитания. Это также одна из составных частей культуры человека. Глубоко ошибаются некоторые родители, думая, что привитие детям гигиенических знаний и навыков является делом только лишь медицинских работников. В реальности это дело родителей, особенно если учесть, что грань между навыками гигиенического поведения и элементарными правилами общежития настолько тонка, что ее можно признать несущественной. В основном культурно-гигиенические навыки формируются в младшем дошкольном возрасте. Это связано с тем, что именно в этом возрасте нервная система ребенка очень пластична, а такие действия, как прием пищи, одевание, умывание, повторяются систематически, каждый день и неоднократно. В детском саду детям прививаются следующие навыки: соблюдение чистоты тела, культура еды, поддержания порядка в ближайшей окружающей обстановке. Дети обучаются правильным взаимоотношениям друг с другом и с взрослыми.

Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет основную роль в охране их здоровья, помогает правильной организации поведения в семье, в детском образовательном учреждении (далее - ДОО), а также в других общественных местах. В конечном итоге именно от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических норм и правил поведения зависит не только и собственное здоровье, но также здоровье других детей и взрослых. При повседневной работе с детьми следует стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественной потребностью, и их гигиенические навыки по мере роста постоянно совершенствовались.

Культурно-гигиенические навыки - важная составная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, прически, одежды, обуви, продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений.

Задачи по формированию у детей культурно-гигиенических навыков (от 3 до 4 лет) заключается в том что:

1. Учить детей самостоятельно мыть руки, лицо, правильно вешать полотенце на свое место.
2. Формировать навыки еды: не крошить хлеб, не проливать пищу, пережевывать пищу с закрытым ртом.
3. Учить детей правильно пользоваться ложкой, вилок, салфеткой.

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 в работе. Воспитание культурно-гигиенических навыков имеет значение не только для успешности социализации детей, но и для их здоровья. 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. 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». Основой полноценного физического развития ребенка младшего возраста является приобщение его к основам здорового образа жизни. В приобщении детей к здоровому образу жизни важное значение приобретает освоение дошкольниками основ культуры гигиены.

Вторая младшая группа у детей мы продолжать формировать самостоятельность, умение преодолевать небольшие трудности. Предъявляли сложные требования к выполнению действий в ходе режимных процессов, бережному отношению к игрушкам, к труду старших. Уровень развития детей 4-го года жизни позволяет несколько усложнить программные требования к нравственно направленным играм-занятиям, играм-упражнениям, инсценировкам. Теперь они строятся так, чтобы каждое последующее упражнение опиралось на приобретенный ранее опыт детей. Тем самым обеспечивается более быстрое и прочное усвоение навыка. Принципом проведения игр становится более широкое, комплексное воздействие на сознание и нравственные чувства детей, а также предоставление им возможности упражняться в совершении нужных действий, поступков. Постепенно детям предоставлялось все больше самостоятельность, минуя показ действий, создавали возможность для самостоятельных упражнений в культурном поведении. Чтобы достичь единства между представлениями о том, как надо себя вести, и конкретным поведением ребенка, широко используется упражнения игрового характера. Детей очень увлекают, например, игры-упражнения на закрепление правил этикета в общении с окружающими взрослыми и детьми. Упражнения в выполнении действий по показу воспитателя – своеобразная и необходимая для формирования навыка тренировка поведения детей. Например: на занятиях наглядно показывать, как надо вежливо здороваться, сделав поклон головой. В последующие дни при встрече с детьми необходимо не только приветливо здороваться, но в случае необходимости напомнить. Такие упражнения позволяют обобщить отдельные действия, показать детям в комплексе, например, процесс умывания. У них возникает активный интерес, они называют части, которые следует мыть и т.п. Постепенно вносить в игровые уголки новые атрибуты, позволяющие развивать содержание игр в соответствии с приобретенными навыками культурного поведения.

Система работы по формированию культурно-гигиенических навыков. Создание условий.

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 важно 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 должны быть поставлены 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 были выработаны и согласованы основные требования 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. 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. Для детей дошкольного возраста большое значение имело осознание значения культурно-гигиенических навыков, им нужно было сообщать элементарные знания о рациональных правилах личной гигиены, её значение для каждого и для окружающих, воспитывать соответствующее отношение к гигиеническим процедурам. Всё это способствовало прочности и гибкости навыков, а это очень важно для создания стойких привычек. С этой целью использовались вариативные задания, необычные ситуации во время игры, занятия, прогулки. Для привития культурно-гигиенических навыков мною применяется показ, пример, объяснение, пояснение, поощрение, беседы, упражнения в действиях. Широко используются, в младшем 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.). Показ сопровождается пояснением. Показ любого действия даётся 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 малышам обязательно сопровождается проговариванием («Теперь возьмём полотенце и вытрем каждый пальчик»). Затем нужно действовать вместе с малышом, выполняя сопряженные действия. Так у ребенка складывается сенсомоторный образ действия, а также образ составляющих действие операций и условий, в которых оно протекает. Постепенно мы предоставляем малышу большую самостоятельность, контролируя выполнение операций и результат, а затем только результат. При формировании навыков ребенок учится удерживать цель деятельности, не отвлекаться.

В воспитании культурно-гигиенических навыков важна работа с родителями. 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. 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 осваивались 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», - говорили в начале года и показывали: как завернуть рукава, как намывать руки, вымыть их, а затем вытереть. Все дети действуют под наблюдением и контролем воспитателя. Но дети становятся старше, и мы постепенно предоставляли им всё больше самостоятельности, переходили 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.

Заключение.

Только тогда, когда мы учитывали постоянно возрастающий опыт детей, совершенствование их навыков, умение всё более самостоятельно выполнять установленные правила, только тогда у них формировались 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 также 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.).. Одним из ведущих приёмов во всех возрастных группах является повторение действий, упражнение, без этого навык не может быть сформирован.

В дальнейшем работа с детьми должна продолжаться, когда они перейдут в среднюю, а потом в старшую группу. Для закрепления правил и их усвоения, в средних и старших группах целесообразно будет больше внимание уделять беседам о гигиене, которые будут построены 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.