

«Воспитание культурно – гигиенических навыков (КГН) у детей раннего и дошкольного возраста»

Старший воспитатель:
Касаткина Л.Н

Воспитание культурно – гигиенических навыков и привычек является одной из основных, значимых задач воспитательного процесса наряду с организацией режима дня, питания и закаливания. Все эти навыки в совокупности необходимы для укрепления здоровья ребенка и его



разностороннего развития.

Культурно – гигиенические навыки и привычки имеют выраженную социальную направленность, дети приучаются выполнять установленные в обществе правила, соответствующие нормам поведения. Забота о здоровье детей, их физическом развитии начинается с воспитания у них любви к чистоте, опрятности, порядку.

Культурно-гигиенические навыки и привычки в значительной степени формируются в дошкольном возрасте, так как центральная нервная система ребенка в высшей степени пластична, а действия, связанные с принятием пищи, одеванием, умыванием, повторяются каждый день и неоднократно. Наиболее успешно формирование гигиенических навыков начинается у детей раннего и младшего дошкольного возраста. В дальнейшем приобретенные навыки необходимо закреплять и расширять.

К числу основных условий успешного формирования культурно-гигиенических навыков относятся рационально организованная обстановка (т. е. наличие необходимых предметов быта для осуществления режимных моментов, четкий режим дня, руководство взрослых).

Для успешного формирования культурно-гигиенических навыков необходимо:

1. Продумать организацию всей обстановки в детском саду и дома. Она должна быть привлекательной и удобной для выполнения заданий (мебель, оборудование приспособляются к росту детей, каждая вещь хранится в определенном месте, доступном для пользования, и т. д.).
2. Действия, связанные с формированием культурно-гигиенических навыков, разбивать на операции, которые следуют в одном, определенно установленном порядке. Это способствует более быстрому созданию прочных динамических стереотипов.

3. Воспитывая порядок действий, выделять подготовку к действию, культуру самого процесса (целенаправленность, экономность движений, навыки приведения в порядок рабочего места после окончания действий, умение планировать последовательность действий).

4. На начальном этапе неоднократно повторять новый навык без больших интервалов. С этой целью часто упражнять детей в определенных действиях, обращая внимание на способ и порядок выполнения. При этом для разнообразия следует использовать разные формы, но характер действия должен быть неизменным.

5. Учить детей выполнять те или иные операции, добиваясь постепенного осознания их значения и целесообразности способа выполнения. При этом условия автоматизация навыка будет связана не с привычной обстановкой, а с формированием культурных потребностей, привычек, сохраняющих свою силу в любых условиях, в любой обстановке.

6. Взрослым безукоризненно выполнять все гигиенические и культурные требования, которые предъявляются детям, помнить, что дети во всем подражают старшим.

7. Индивидуализировать работу с каждым ребенком, учитывая уровень его культурно-гигиенических навыков, условия домашнего воспитания.

Важным фактором воспитания является коллектив сверстников, где дети наблюдают положительные примеры, могут производить сравнения, получить помощь при затруднениях.

Формирование культурно-гигиенических навыков осуществляется детским садом в тесном контакте с семьей. Единая линия в требованиях, в создании условий совершенно необходима для выработки и закрепления у детей культурно-гигиенических навыков.

Подготовкой к формированию навыков, самостоятельным движениям по самообслуживанию является создание у ребенка положительного отношения к одеванию, умыванию, кормлению. Важным условием для начала формирования гигиенических навыков является систематичность всех необходимых операций.

К культурно - гигиеническим навыкам относятся навыки по соблюдению чистоты тела (умывание, причесывание и т. п.); культурной еды (аккуратно брать, прожевывать пищу, пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой и т. д.); поддержание порядка в окружающей обстановке, пользования одеждой и ухода за ней (быстро одеваться и раздеваться, содержать вещи в порядке и чистоте и т. д.) и культурных взаимоотношений детей друг с другом и с взрослым.

С первых дней жизни при формировании культурно-гигиенических навыков идет не простое усвоение правил, норм поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации, очеловечивания малыша.

Режим дня, в формировании культурно-гигиенических навыков, имеет

большое значение. В режим дня, выполняя бытовые процессы, ребенок осваивает серию культурно–гигиенических навыков. Эти навыки одна из составляющих культуры поведения в быту. По мере усвоения культурно–гигиенические навыки обобщаются, отрываются от соответствующего им предмета и переносятся в игровую ситуацию, тем самым влияя на становление нового вида деятельности – игры.

Культурно–гигиенические навыки лежат основе первого доступного ребенку вида трудовой деятельности – труда по самообслуживанию. Самообслуживание характеризуется тем, что действия ребенка направлены на самого себя. Освоение культурно – гигиенических навыков дает возможность сравнить себя с другими детьми: лучше или хуже я умею это делать? Так через сравнение себя с другими складываются предпосылки для формирования самооценки, осознания своих возможностей и умений, а так же предпосылки для самоконтроля.

КГН прежде всего направлены на самого ребенка. Выполняя санитарно-гигиенические процедуры, малыш осознает самого себя. У него формируется представление о собственном теле. Ребенок начинает контролировать свой внешний вид: обращает внимание на грязные руки, замечает неполадки в одежде, просит взрослого помочь привести себя в порядок, у малыша формируется потребность в чистоте и опрятности. То есть действия, их



составляющие, совершенствуются сами собой, изменяют самого себя, а не предмет. Поэтому они формируют у малыша представление о собственном теле.

Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. В конечном счете, от знания и выполнения

детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых.

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.

Гигиеническое воспитание и обучение неразрывно связано с воспитанием культурного поведения. Все сведения по гигиене прививаются детям в повседневной жизни в процессе разнообразных видов деятельности и отдыха, т. е. в каждом компоненте режима можно найти благоприятный момент для гигиенического воспитания.

Особая роль в воспитании КГН принадлежит игровым приемам. Используя их, взрослый закрепляет у детей навыки, которые вырабатываются в повседневной жизни. Игра позволяет ребёнку глубже понять окружающий мир.

Но дети становятся старше, и взрослый 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 взрослый 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. Важно, чтобы дети 6-7 лет уже самостоятельно пользовались культурно - гигиеническими навыками.

Обобщение

Таким образом, делаем следующие выводы: для эффективного гигиенического воспитания дошкольников большое значение имеет пример и внешний вид окружающих взрослых. Нужно постоянно помнить о том, что дети в дошкольном возрасте очень наблюдательны и склонны к подражанию, поэтому воспитатели и родители должны быть для них образцом.

Для закрепления знаний и навыков личной гигиены желательно давать детям различные поручения. Навыки детей быстро становятся прочными, если они закрепляются постоянно в разных ситуациях. Главное, чтобы детям было интересно, и чтобы они могли видеть результаты своих действий.

Следующее условие, необходимое для успешного гигиенического воспитания – единство требований со стороны взрослых. Ребенок приобретает гигиенические навыки в общении с воспитателем, медицинским работником, няней и, конечно, в семье. Обязанность родителей – постоянно закреплять гигиенические навыки, воспитываемые у ребенка в детском саду. Важно, чтобы взрослые подавая ребенку примеры поведения, сами всегда их соблюдали.

Важно соблюдать принципы систематичности, постепенности и последовательности формирования культурно-гигиенических навыков с учетом возраста и индивидуальных особенностей малыша