**Методы и приемы формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста**

Методы воспитания - это способы педагогического воздействия на сознание воспитуемых, направленные на достижение цели воспитания[8]. С помощью методов воспитания корректируется поведение детей, формируются качества личности, обогащается опыт их деятельности, общения и отношений.

Прием - это частное проявление того или другого метода воспитания. Можно сказать, что приём – это отдельное действие воспитателя внутри конкретного метода. По отношению к методу воспитания приём носит подчинительный характер.

* К методам формирования гигиенических навыков можно отнести: разъяснение необходимости выполнения режимных моментов, гигиенических процедур;
* пример взрослого;
* приучение, упражнение;
* создание воспитывающих ситуаций;
* поощрение, помогает ребенку утвердится, поверить в свои силы(особенно в освоение новых навыков).

Важной задачей в работе с детьми младшей группы детского сада является воспитание гигиенических навыков – опрятности, аккуратности в быту, навыков культуры еды, как неотъемлемой части культуры поведения. Для того чтобы облегчить ребенку освоение новых навыков, необходимо делать этот процесс доступным, интересным и увлекательным.

Воспитание гигиенических навыков включает широкий круг задач, и для их успешного решения рекомендуется использовать целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей: показ и объяснение.

В младшей группе показ должен сопровождаться пояснением, причем необходимо четко делить новое действие на операции, выделяя сначала наиболее важное, а потом незначительное. Объяснение нового действия дается очень подробно, затем постепенно сужается и сводится к напоминанию правила, которое может быть обращено ко всем или отдельным детям.

**Упражнение и контроль.**

Упражнение: без него ни один навык не может быть сформирован, т.к. только в активной деятельности каждого ребенка создаются и закрепляются динамические стереотипы. Контроль очень важен на начальной стадии формирования навыков. Следует проверять, как выполнены отдельные действия или задания в целом. Отсутствие контроля ведет к формированию у детей лишь отдельных навыков.

Пример взрослых, нужно постоянно помнить о том, что дети в этом возрасте очень наблюдательны и склонны к подражанию, поэтому воспитатель должен быть для них образцом. Пример может быть прямым («делай, как я!») и косвенным (воспитатель использует различные формы, которые вызывают интерес у детей, привлекают их внимание).

Игровые приемы позволяют воспитателю, с одной стороны, скрыть свою педагогическую позицию, а с другой - более активно воздействовать на малыша. Игровые приемы очень эффективны в воспитании маленьких детей.

Использование иллюстраций, художественного слова, фольклора, книг, бесед, инсценировок. Все это уточняет представления детей о том, как надо выполнять тот или иной навык.

Обязательным условием формирования гигиенических навыков у детей, воспитания привычки к здоровому образу жизни является высокая санитарная культура персонала дошкольного учреждения. Где должны быть созданы необходимые условия для сохранения здоровья детей, полноценного физического и гигиенического развития. Следующее условие, необходимое для успешного гигиенического воспитания – единство требований со стороны взрослых. Ребенок приобретает гигиенические навыки в общении с воспитателем, помощником воспитателя и, конечно, в семье. Обязанность родителей – постоянно закреплять гигиенические навыки, воспитываемые у ребенка в детском саду. Важно, чтобы взрослые подавали ребенку пример, сами всегда их соблюдали.

Таким образом, воспитание навыков личной гигиены - задача сложная, требующая систематичности и большого терпения. Все указания необходимо в спокойном тоне, вызывающем у детей положительное отношение к действиям, которые должны стать привычками.

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 малышей особое значение имеет постоянство условий, знание назначения и места каждой нужной ему в течение дня вещи. 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.

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.

Для привития культурно-гигиенических навыков применяется показ, пример, объяснение, пояснение, поощрение, беседы, упражнения в действиях. Широко используются, игровые приёмы: дидактические игры, потешки, стихотворения. Показ действия малышам обязательно сопровождается проговариванием («Теперь возьмём полотенце и вытрем каждый пальчик»). Затем взрослый действует вместе с малышом, 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 малышу большую самостоятельность, контролируя выполнение операций и результат, а затем только результат. При формировании навыков ребенок учится удерживать цель деятельности, не отвлекаться. 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.

Особая роль в воспитании культурно - гигиенических навыков принадлежит игровым приемам. Воспитание культурно-гигиенических навыков включает широкий круг задач, и для успешного решения рекомендуется использовать целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей: прямое обучение, показ, упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр, систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила гигиены и постепенное повышение требований к ним. Нужно добиваться от дошкольников точного и четкого выполнения действий.

В младшем дошкольном возрасте необходимые навыки лучше всего усваиваются детьми в играх специально направленного содержания. Важно, чтобы эти игры были интересны, могли увлечь детей, активизировать их инициативу и творчество. Для более успешного формирования и закрепления навыков гигиены на протяжения всего дошкольного детства целесообразно сочетать словесный и наглядный способы, используя специальные наборы материалов по гигиеническому воспитанию в детском саду, разнообразные сюжетные картинки, символы. В процессе гигиенического воспитания и обучения детей педагог сообщает им разнообразные сведения: о значении гигиенических навыков для здоровья для здоровья, о последовательности гигиенических процедур в режиме дня, формирует у детей представление о пользе физических упражнений.

Гигиенические знания целесообразны и в образовательной деятельности по физическому развитию, познавательному развитию. Для этого используются некоторые дидактические и сюжетно-ролевые игры. Интересны детям и литературные сюжеты, например К.И. Чуковского «Мойдодыр», «Федорино горе», на их основе можно разыгрывать маленькие сценки, распределив роли между детьми.

Овладение детьми правилами личной, общественной гигиены предполагает умение ребенка вести себя в разных местах, где он бывает. Дети должны твердо знать, что нельзя сорить не только в квартире, в группе детского сада, в общественных местах, но и на улицах, скверах, во дворах, в транспорте

В младших группах основной задачей является воспитание самостоятельности, положительного отношения к труду. Положительная оценка взрослого даже небольших успехов ребенка вызывает у детей удовлетворение, рождает уверенность в своих силах.

Программой воспитания и обучения в детском саду у детей четвертого года жизни предусматривается воспитание следующих культурно-гигиенических навыков:

* самостоятельно и аккуратно есть, хорошо пережевывая пищу с закрытым ртом;
* пользоваться ложкой и вилкой;
* без напоминания пользоваться салфеткой;
* самостоятельно мыть руки, засучивая рукава, мыть лицо, не разбрызгивая воду, пользоваться мылом, сухо вытираться полотенцем, без напоминания вешать его на отведенное место, пользоваться личным полотенцем;
* самостоятельно одеваться и раздеваться в определенной последовательности, аккуратно складывать и вешать одежду;
* убирать игрушки, книжки, строительный материал на определенное место.

Эти навыки могут быть сформированы, стать достаточно устойчивыми, если в семье созданы необходимые условия:

* приспособлена по росту ребенка вешалка для одежды;
* выделены отдельная полка или место на полке для хранения предметов туалета (носовых платков, лент, носков);
* постоянное и удобное место для полотенца, зубной щетки, мыла;
* сделана устойчивая подставка под ноги для умывания;
* дается для одевания одежда (легко застегивающиеся пуговицы, шнурки для обуви с наконечниками и пр.).

Младший дошкольник, как правило, охотно делает только то, что ему интересно, а в этом возрасте ему интересно все: ведь он только познает мир, и каждая вещь, ее качества и изменения для него новы. Вот колготки собраны «гармошкой» и вдруг распрямились на ноге. Где же гармошка? Резинка маленькая, а потянешь, ее она вытягивается, становится длинной и вырывается из рук, как живая. Хочет застегнуть пуговицу, она не слушается - и вдруг пролезла в петлю. Ребенок чувствует себя победителем. Вот здесь и надо положить начало навыку самостоятельного одевания. Для ребенка это интересный занимательный труд. Пусть ребенок повозится со своими колготками, ботинками – надо ему предоставить на это время. А родителям, занимаясь своим делом незаметно оказывать помощь, поощрять, помогать довести начатое дело до конца. Постепенно у ребенка приобретается навык, он осваивает много разных движений, вырабатывается привычка делать все самому.

Следовательно, культурно – гигиенические навыки нуждаются в постоянном закреплении. Изменение системы воспитательной работы, отсутствие внимания к формированию и использованию навыков может привести к их быстрой утрате.

Педагогические приёмы, обеспечивающие успешное решение поставленных задач:

* прямое обучение;
* показ;
* упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр;
* систематическое напоминание детям о необходимости соблюдения правил гигиены.

Для того чтобы научить детей умываться, требуется немало времени. Воспитатель учит детей совершать действия в определенной последовательности. Взрослый показывает одному-двум детям, как это делается: «Посмотрите, дети, как я умываюсь, чисто и аккуратно», говорит воспитатель, сопровождая каждое свое действие пояснением.

Обучение детей навыкам умывания происходит постепенно. В первые дни воспитатель показывает и объясняет лишь самые простые действия (смочить руки водой, потереть ладошки и тыльную часть рук). Уже через два месяца у детей образуются довольно прочные умения, что дает возможность усложнять требования, например, учить их завертывать рукава (сначала с помощью взрослого). По мере овладения отдельными детьми этим навыком, воспитатель привлекает их к помощи сверстникам, предъявляет более высокие требования к качеству умывания. Также постепенно воспитатель приучает детей правильно пользоваться полотенцем: показывает, как нужно держать полотенце, как вытираться, поощряет тех, которые делают это правильно. По окончании умывания взрослый обращает внимание детей на их внешний вид, отмечает, что они стали чистые, аккуратные, на них приятно смотреть.

Воспитатель закрепляет у детей привычку садиться за стол только с чистыми руками: «Что же ты не вымыл руки после игры? Как ты будешь держать хлеб, ложку, салфетку? Сразу все запачкаешь. Скорее вымой руки, а мы все посмотрим, какие они чистые». К трем годам эта привычка может быть сформирована.

Навыки самообслуживания у малышей формируются в играх с куклами, в процессе выполнения разнообразных действий (раздевание, одевание, умывание и др.), в дидактических играх типа «Мишка замерз», « Кукла Наташа пришла в детский сад» и др.

Большое место в трудовой деятельности детей этого возраста занимает самообслуживание. Организуя труд детей, обучая их навыкам самообслуживания, важно не подавить стремления трехлетнего ребенка к самостоятельности – важный фактор в формировании его трудолюбия.

Весьма действенным приемом является показ инсценировок с помощью игрушек настольного театра, кукол бибабо и.т.п. Сюжеты воспитатель может придумать сам. («Как Хрюша умывается», «Зайка в гостях у Мишки» и.т.д.). Важно побуждать детей к взаимопомощи, используя пример тех, у кого уже воспитаны определенные навыки, учить внимательному, доброжелательному отношению друг к другу. Но пользоваться этим приемом следует осторожно, чтобы ребенок не привык к постоянной помощи.

По мере овладения детьми навыками одевания и раздевания воспитатель постепенно переходит от непосредственной помощи им к напоминанию действий, постоянно отмечает успехи детей. Повышает интерес у детей к самостоятельной деятельности использование игрушек, организация игр с ними (куклу одеть, раздеть, уложить спать, накормить) и в кукольный театр. Дети смотрят, что делают куклы, звери, вспоминают, как они сами это выполняют; «Я сама умею одеваться», «А я правильно умываюсь, не лью воду на пол» и.т.д.

Быстрота формирования прочного навыка достигается благодаря многократному повторению одних и тех же действий в определенной последовательности. Культурно - гигиенические навыки, образуются не сразу. Для того, чтобы дети научились хорошо и правильно умываться, одеваться, нужно, прежде всего, чтобы дети хорошо поняли, как это следует делать. Затем нужно постоянно их упражнять в этой работе. Через некоторое время образуется необходимый навык, прочное умение. По мере формирования навыков воспитатель постепенно переходит от показа к подробным словесным объяснениям. Они способствуют закреплению навыков, выработке точных движений, обеспечивают возможность действовать согласно слову воспитателя. Метод общего напоминания используется тогда, когда налицо закрепленные навыки выполнения какой-либо задачи по гигиеническим навыкам. Оценка трудовой деятельности должна содержать в себе подчеркивание в данный момент достижений ребенка и того, что еще плохо получается. Ребенок научился одевать платье, колготки, туфли и начинает осваивать последовательность одевания: что сначала, что потом. Постепенно трудовые действия объединяются в сложные формы поведения. При этом он переносит отношение к себе на отношение к предметам, начинает следить за чистотой не только внешнего вида, но и своих вещей, за порядком.

Можно утверждать, что сформированные культурно – гигиенические навыки обеспечивают переход к более сложным видам деятельности, стимулируют их развитие, обогащают содержание этой деятельности.

**Список литературы**

1. Конина Е.Ю. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей. Игровой комплект.- Айрис-пресс, 2007 -12 с.
2. Концептуальные и нормативные основания обеспечения здоровья детей и подростков в образовательных учреждениях / Автор-составитель В.В.Колбанов. СПб.: ГУПМ, 2003. - 124с.
3. Петерина С.В. Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста.- М.: Просвещение, 1986-141с.
4. Печора А.В. Развивающие игры для дошкольников. М.: ВАКО, 2008.
5. Программа воспитания и обучения в детском саду / Под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. – 6-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.