**Консультация для педагогов *«Формирование культурно-гигиенических навыков у дошкольников»***

**Выполнила: *старший воспитатель Ботаенкова Е.А.***

С первых дней жизни при **формировании культурно-гигиенических навыков** идёт не просто усвоение правил и норм **культуры поведения**, а чрезвычайно важный процесс социализации, вхождения малыша в мир взрослых**. 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. 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.

Гигиеническое воспитание и обучение неразрывно связано с воспитанием **культурного поведения**. С самого раннего **возраста, детей** приучают правильно сидеть за столом во время еды, аккуратно есть, тщательно, бесшумно пережевывать пищу, уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой; учат тому, что, чем и как едят; знакомят с разновидностями посуды *(чайная, столовая)*; учат сервировать стол, привлекают внимание к заданному образцу правильного общения во время приема пищи (разговаривать вполголоса, доброжелательным тоном, не говорить с набитым ртом, уважительно относиться к просьбам и желаниям **детей,** обращают внимание на красоту правильно сервированного стола, вызывая ответный эмоциональный отклик.

Воспитание **культурно-гигиенических навыков** включает широкий круг задач:

• Развивать **культурно-гигиенические навыки, формировать простейшие навыки** поведения во время еды, умывания.

• **Формировать**привычку следить за своим внешним видом, умение правильно пользоваться мылом, мыть руки, лицо; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой, носовым платком.

**• Формировать навыки поведения за столом** : пользоваться правильно ложкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать за столом, не разговаривать с полным ртом.

**• Формировать** начальные представления о ценности здоровья, о том, что здоровье начинается с чистоты тела, что чистота-красота-здоровье – это неразделимые понятия.

**• Формировать** потребность в соблюдении **навыков** гигиены и опрятности в повседневной жизни.

• Привлекать родителей к соблюдению и развитию **навыков личной гигиены дома.**

• Обогатить предметно-развивающую среду группы.

Для успешного решения этих задач рекомендуется использовать целый ряд педагогических приемов с учетом **возраста детей** : прямое обучение, показ, упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр (*«Накормим куклу Машу»*, *«Искупаем куклу Машу»*, *«Научим мишку умываться»*, *«Научим Зайку правильно держать ложку»*); систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила гигиены и постепенное повышение требований к ним.

В младшем **возрасте необходимые навыки** лучше всего усваиваются детьми в играх специально направленного содержания, однако для более успешного **формирования и закрепления навыков** гигиены на протяжении периода**дошкольного** детства целесообразно сочетать словесный и наглядный способы, используя специальные наборы материалов по гигиеническому воспитанию в детском саду, разнообразные сюжетные картинки, символы.

**Формирование культурно-гигиенических навыков** – первая ступень воспитания **культуры поведения**. Работа по**формированию у детей культурно-гигиенических навыков** ведется по двум направлениям: работа с детьми и работа с родителями.

Прежде всего, для **формирования культурно-гигиенических навыков у детей необходимо :**

1) Обеспечить постоянное, без всяких исключений, выполнение ребенком установленных гигиенических правил. Ему объясняют их значение. Но не менее важно помочь ребенку, особенно на первых порах, правильно усвоить нужный **навык.** Так, например, прежде чем начать мыть руки, надо закатать рукава, хорошо намылить руки. Вымыв руки, тщательно смыть мыло, взять свое полотенце, насухо вытереть руки;

2) Не следует торопить ребёнка, если он сосредоточенно повторяет одно и то же действие *(например, мылит руки)*. Тем более не следует выполнять это действие за него. Осваивая **навык**, ребенок обычно стремится многократно выполнить определенное движение. Постепенно он научается все более самостоятельно и быстро справляться с поставленной задачей. Взрослый только напоминает или спрашивает, не забыл ли ребенок сделать то или другое, а в дальнейшем предоставляет ему почти полную самостоятельность. Но проверять, правильно ли ребенок все сделал, приходится на протяжении всего **дошкольного возраста**;

3) В **дошкольном возрасте дети должны усвоить**, что мыть руки надо перед едой, после пользования уборной, по возвращении с прогулки, игры с животными и всегда, когда они грязные. Детям, которые дежурят по столовой, нужно не только уметь правильно накрыть стол и ставить посуду, но и твердо усвоить, что, перед тем как приступить к выполнению своих обязанностей, необходимо тщательно помыть руки с мылом, привести себя в порядок, причесаться.

4) К**навыкам личной гигиены,** которые ребенок должен усвоить в **дошкольном возрасте**, относится и уход за полостью рта. С трехлетнего **возраста** ребенка следует научить полоскать рот, с четырех лет - правильно чистить зубы *(сверху вниз - вверх, с наружной и внутренней стороны)* перед ночным сном. Утром после сна достаточно полоскать рот. Полоскать рот надо тёплой водой и после еды;

5) Закреплять умения пользоваться расчёской, носовым платком. Нужно приучать **детей при кашле**, чихании отворачиваться, прикрывать рот носовым платком;

6) Совершенствовать **навыки аккуратной еды** : пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой, ножом, салфеткой, не разговаривать во время еды.

К числу основных условий успешного **формирования у детей 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, непосредственно образовательная деятельность и игры).

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 небольшого размера, на каждой из которых лежит мыло; раковины и полотенца размещаются с учетом роста **детей**; на вешалке над каждым полотенцем — картинка в младшем **возрасте**и геометрическая фигура с среднего **возраста**. Это повышает интерес **детей** к умыванию и закреплению знаний геометрических фигур.

Режим дня обеспечивает ежедневное повторение гигиенических процедур в одно и то же время, что способствует постепенному **формированию навыков и привычек культуры поведения.** Упрочение их происходит в играх, труде, непосредственно образовательной деятельности, в быту.

**Формирование культурно-гигиенических навыков** осуществляется под руководством взрослых — родителей, воспитателя. Поэтому должна быть обеспечена полная согласованность в требованиях**дошкольного учреждения и семьи.**

Чтобы научить ребенка **культурно есть, детей** учат овладеть целым рядом действий, осуществляемых в определенной последовательности (правильно сидеть за столом, не разговаривать, пережевывать пищу с закрытым ртом, пользоваться приборами для еды, салфеткой и т. д.). Для постепенного **формирования требуемых навыков, детей**упражняют в совершении одних и тех же действий под постоянным контролем.

По мере усвоения **культурно–гигиенические навыки обобщаются,** отрываются от соответствующего им предмета и переносятся в игровую, воображаемую ситуацию (*«У Мишки грязные лапки»*, *«Кукла Маша простудилась»*, тем самым влияя на становление нового вида деятельности игры.

В творческой игре (*«Семья»*, *«Парикмахерская»*) дети отражают взаимоотношения, которые складываются в ходе бытовых процессов. Ребенок так относится к кукле, как родители к нему в соответствующих ситуациях. В игре дети имитируют бытовые действия (мытье рук, прием пищи, тем самым закрепляя действия с бытовыми предметами (ложкой, чашкой и пр., а так же отражают правила, которые стоят за выполнением **культурно – гигиенических навыков**: одежду куклы надо аккуратно сложить, посуду на столе расставить красиво.

**Культурно–гигиенические навыки** связаны не только с игрой. Они лежат в основе первого доступного ребенку вида трудовой деятельности – труда по самообслуживанию. Самообслуживание характеризуется тем, что действия ребенка не имеют общественного мотива, они направлены на самого себя. Освоение **культурно–гигиенических навыков** влияет не только на игровую и трудовую деятельность, но и на взаимоотношения ребенка со взрослыми и сверстниками.

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.

Для эффективного гигиенического воспитания **дошкольников**большое значение имеет и внешний вид окружающих и взрослых. Нужно постоянно помнить о том, что дети наблюдательны и склонны к подражанию, поэтому воспитатель должен быть для них образцом.

**Объём и содержание культурно-гигиенических навыков**

**по возрастным группам.**

**Первая младшая группа (от 2 до 3 лет).**

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

Продолжать учить детей под контролем взрослого, а затем самостоятельно мыть руки после загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем.

Учить с помощью взрослого приводить себя в порядок. Формировать навык пользования индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расчёской, горшком).

В процессе еды побуждать детей к самостоятельности, учить держать ложку в правой руке.

В процессе одевания и раздевания напоминать детям их порядок. При небольшой помощи взрослого учить снимать одежду, обувь (расстёгивать пуговицы спереди, застёжки на липучках); в определённом порядке аккуратно складывать снятую одежду; правильно надевать одежду и обувь.

**Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет).**

Приучать детей следить за своим внешним видом. Напоминать им, как правильно пользоваться мылом. Продолжать учить аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расчёской и носовым платком.

Формировать элементарные навыки поведения во время еды: правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережёвывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом.

К концу года дети должны владеть простейшими навыками поведения во время еды, умывания.

**Средняя группа (от 4 до 5 лет).**

Продолжать воспитывать у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом.

Следить, чтобы не были утрачены навыки самостоятельно умываться,  мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом.

Закреплять умение пользоваться расчёской, носовым платком. Приучать детей при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком.

Совершенствовать навыки аккуратного приёма пищи: пищу брать понемногу, хорошо пережёвывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка, нож), салфеткой, полоскать рот после еды.

**Старшая группа (от 5 до 6 лет).**

Воспитывать привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, причёски. Воспитывать привычку самостоятельно чистить зубы, следить за чистотой ногтей, при кашле и чихании закрыть рот и нос носовым платком, отворачиваться в сторону.

Научить быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своём шкафу (раскладывать одежду в определённые места), опрятно убирать постель.

Продолжать совершенствовать культуру еды: правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом.

**Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет).**

Воспитывать привычку быстро и правильно умываться, насухо вытираться, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, полоскать рот утром и после еды, мыть ноги перед сном, правильно пользоваться носовым платком, следить за своим внешним видом, пользоваться расчёской, быстро раздевать и одеваться, вешать одежду в определённом порядке и месте, следить за чистотой одежды и обуви.