

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ МОЛОДЫХ ВОСПИТАТЕЛЕЙ



Цель: Повысить профессиональную компетентность молодых специалистов в вопросах организации режимных моментов с дошкольниками.

Воспитание культурно – гигиенических навыков направлено на укрепление здоровья ребёнка. Вместе с тем оно включает важную задачу – воспитание культуры поведения. Забота о здоровье детей, их физическом развитии начинается с воспитания у них любви к чистоте, опрятности, порядку.

Все меры, которые разрабатывает дошкольная гигиена, способствуют нормальному физическому, гигиеническому развитию детей, укреплению их здоровья.

К числу основных условий успешного формирования культурно – гигиенических навыков относятся:

- рационально организованная обстановка,
- четкий режим дня,
- руководство взрослых.

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. Например, в умывальной комнате должно быть 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 культурно - гигиенических навыков осуществляется под руководством взрослых - родителей, воспитателя. Поэтому должна быть обеспечена полная согласованность в требованиях дошкольного учреждения и семьи.

Умывание: засучить рукава; намылить руки до образования пены; набрать в ладони нужное количество воды; вымыть лицо двумя руками; мыть руки до локтя с мылом; мыть шею и уши; обмыть руки; насухо вытереть руки; пользоваться личным полотенцем; не стряхивать воду с рук.

Чистка зубов: набирать зубной порошок на щетку; правильно чистить зубы щеткой; полоскать рот.

Причесывание: причесать волосы, если они растрепались; расчесать волосы и заплести косы; следить за аккуратностью головы.

Одевание: быть опрятным; вешать одежду на спинку стула и складывать на сиденье колготки; завязывать шнурки ботинок на бантики; завязывать и развязывать тесемки у зимней шапки; застегивать и расстегивать пуговицы на нижней и верхней одежде; зашнуровывать и

расшнуровывать ботинки; надевать и снимать одежду; обуваться; самостоятельно или с помощью взрослых устранять неполадки в одежде; складывать одежду лицевой стороной; соблюдать рациональную последовательность при одевании и раздевании.

Чистка и мытье обуви: очищать обувь от грязи по возвращении с улицы в помещение; протирать загрязнившуюся обувь влажной тряпкой; мыть обувь, не заливая воду внутрь; намазывать ботинки гуталином; начищать ботинки до блеска щеткой.

Уход за верхней одеждой: счищать пыль с верхней одежды платяной щеткой; следить за чистотой и привлекательностью одежды.

Уборка постели: стелить постель перед сном; складывать покрывало; расправлять простыни после сна; стряхивать простыни; складывать одеяло пополам; прибирать постель после сна.

Прием пищи: мыть руки перед едой; аккуратно есть; брать хлеб и накладывать еду в тарелку столько, сколько съешь; есть молча; жевать с закрытым ртом; пользоваться салфеткой; правильно сидеть за столом; уметь обращаться с ложкой, вилкой, столовым ножом; тщательно пережевывать пищу.

Питье: ополаскивать стакан перед использованием; наливать воды в стакан сколько выпьешь; пить, не обливаясь.

В туалете: пользоваться туалетной бумагой; мыть руки после туалета.

Содержание носа в чистоте: своевременно пользоваться носовым платком.

Перемена одежды с учетом погоды: одеваться теплее при похолодании; покрывать голову при солнечных лучах; поднимать воротник при ветре; снимать лишнюю одежду на жаре.

Содержание личных вещей в порядке: всегда убирать за собой; бережно обращаться с каждой вещью; класть вещи на место; размещать их удобно для пользования и приятно для глаз.

Переход навыка в привычку достигается систематическим повторением в одинаковых или сходных условиях. Если, например, ребенка научили аккуратно складывать кубики в коробку или ящик и требуют делать это всякий раз после игры, то постепенно у него закрепится привычка, и он станет складывать кубики без напоминания взрослых.

Пока привычка не закрепились, ребенок нуждается в контроле и указаниях взрослых, а также в поощрении, похвале, одобрении.

Вежливость, доброжелательность, размеренная спокойная речь воспитателя, опрятный внешний вид, порядок в группе — все это имеет большое значение в формировании культурно-гигиенических навыков у дошкольников.

МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА КУЛЬТУРНО – ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ:

- личный пример взрослых
- непосредственно образовательная деятельность
- показ
- объяснение
- пояснение
- поощрение
- беседы
- упражнения в действиях
- дидактические игры
- потешки
- стихотворения
- пословицы, поговорки
- игровые приемы
- викторины, развлечения

КРИТЕРИИ ОПРЯТНОЙ ЕДЫ ВКЛЮЧАЮТ УМЕНИЕ:

- Правильное пользование столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой;
- Не крошить хлеб;
- Пережевывать пищу с закрытым ртом;
- Не разговаривать с полным ртом;
- Тихо выходить по окончании еды из-за стола;
- Благодарить;
- Пользоваться только своим прибором.

КРИТЕРИИ МЫТЬЯ РУК И ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ ВКЛЮЧАЮТ УМЕНИЕ:

- Мыть лицо, уши, руки
- Закатать рукава;
- Смочить руки;
- Взять мыло, намыливать до появления пены;

- Смыть мыло;
- Сухо вытереть руки, аккуратно сложить полотенце и повесить в свою ячейку;
- Пользоваться расческой.

КРИТЕРИИ СНИМАНИЯ И НАДЕВАНИЯ ОДЕЖДЫ В ОПРЕДЕЛЕННОМ ПОРЯДКЕ ВКЛЮЧАЮТ УМЕНИЕ:

- Расстегнуть пуговицы;
- Снять платье (брюки);
- Аккуратно повесить;
- Снять рубашку и аккуратно её повесить на брюки, шорты;
- Снять обувь;
- Снять колготки, повесить на рубашку (платье);
- Надеть в обратной последовательности.

ДЛЯ УСПЕШНОГО ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ НЕОБХОДИМЫ СЛЕДУЮЩИЕ УСЛОВИЯ:

- организация привлекательной и удобной для выполнения действий и заданий обстановки в детском саду и дома (мебель, оборудование, соответствующие росту детей, закрепленные места хранения вещей, доступные для пользования и т.д.);
- разделение осваиваемых действий, следующих в строго установленном порядке, на ряд операций, что способствует более быстрому созданию прочных динамических стереотипов;
- многократные упражнения детей в действиях с выделением способа и порядка их выполнения (особенно на начальном этапе обучения). При этом характер действий должен быть неизменным, формы - разные;
- индивидуальная работа с каждым ребенком, учет уровня его развития и темпов овладения культурно-гигиеническими навыками;
- организация ситуаций, обеспечивающих контроль над выполнением осваиваемых детьми в непривычной обстановке действий;
- безукоризненное выполнение взрослыми всех гигиенических и культурных требований.

ПОМНИТЕ!

- Обучая детей нужно учитывать их опыт. 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 осваиваются 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.