**Научно – методическая разработка**

**по воспитанию культурно-гигиенических навыков и**

**навыков самообслуживания.**

Для решения задач по выбранной мной теме я использую в своей деятельности различные формы педагогической работы: беседы, занятия в группе, наблюдения.

Разнообразны и методы воспитания культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания, ведущими среди которых являются: прямой показ воспитателя, дидактические игры, игры-занятия, игры-инсценировки, чтение художественных произведений, рассматривание сюжетных картин.

Свою работу по формированию культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания я начала с учета уровня развития ребенка и в зависимости от этого дифференцировала приемы и методы педагогического воздействия. Безусловно, при формировании этих навыков важно соблюдать таких принципов, как преемственность, последовательность, постепенность в усложнении требований, предъявляемых к ребенку. Только в этом случае сформированные у детей навыки становятся осознанным действием.

Со дня поступления в детское учреждение я приучаю ребенка к активному участию в режимных процессах. Все, что он в состоянии сделать сам, он должен выполнять самостоятельно. Если у ребенка нет необходимых для его возраста навыков, их необходимо формировать. Если навыки временно утрачены, надо помочь их восстановить. Решение этой трудной задачи необходимо начинать сформирования у ребенка доброго, заботливого отношения к своему телу. Очень важно, чтобы ребенок освоил, что в его теле нет органов ненужных, и некрасивых, что обо всех частях тела надо одинаково постоянно заботиться и содержать в чистоте. Я должна приучать ребенка к гигиеническому индивидуализму не только потому, что жаль поделиться, а наоборот, чтобы не причинить ненароком беды ни себе, ни другому. С этой целью маркируются личные вещи в детском саду. В первое время пребывания я знакомила ребенка с «его» картинкой, показывала, что эти шкафчики-маленькие домики. В них живут туфельки, кофточки, шапочки, курточки. Показывая предметы, объясняла их назначение. Рассматривая полотенце, говорила, что оно чистое, мягкое, пушистое; показывала вешалку для него, красивые мыльницы; просила, чтобы ребенок вместе с мамой вымыл руки. Если ребенок прижимался к маме, не настаивала, старалась чем-нибудь заинтересовать. Убеждала маму в том, что нужно ребенку дать возможность привыкать к детскому саду постепенно. Резкое изменение обстановки и методики режимных процессов может вызвать отрицательные отношения к ним.

Обучая детей тем или иным действиям, я наглядно демонстрирую способ их выполнения в несколько замедленном темпе. Например, перед завтраком я начинаю учить правильно умываться. В туалетной комнате провожу игру- «мыльные пузыри».

Если ребенок не может следовать образцу, оказываю ему помощь. Причем важно, чтобы ребенок все делал правильно, так как он будет делать каждый день, чтобы ему не пришлось переучиваться. Внимание детей обращаю на рациональность тех или иных способов действия. Например, полотенце после употребления нужно сначала расправить, а потом уже вешать, так оно лучше просыхает, не падает на пол. Показ действий и попытки детей выполнять их самостоятельно, сопровождаю не только объяснениями, но и вопросами, направляющими внимание ребенка на необходимость действовать определенным образом. Это помогает ему быстрее усвоить способ выполнения, уяснить, почему нужно поступать так.

В дальнейшем, чтобы вызвать у детей радостное настроение при мытье рук и умывании, использую припевки, прибаутки, потешки, которые собрала в альбоме.

Например: А водичка капает: кап-кап

Моем ручки мы вот так

Так-так.

Эти слова вызывают радость у детей, они с удовольствием подставляют руки под струю воды, а некоторые самостоятельно пытаются подтянуть рукава.

Или. Водичка-водичка

Умой мое личико,

Чтоб глазки блестели

Чтоб щечки краснели,

Чтоб смеялся роток,

И кусался зубок.

Это помогало малышам запомнить последовательность умывания и одновременно выучить потешку. Дети осуществляли самостоятельный перенос действий, ситуаций полюбившихся потешек в игры и в повседневную жизнь.

Самым верным игровым партнером для детей младшего возраста является кукла. Во время умывания я часто «приглашала» куклу. Она приходила посмотреть, как дети умываются; или дети за ней наблюдали, как она умывается, наклоняясь над умывальником, чтобы не облить платье. Я приговаривала: «Кукла Катя умывается, видно в гости собирается».

Чтобы потешка, или художественное произведение прочно вошли в жизнь ребенка, стараюсь помочь осознать ее содержание, продумываю в какой форме преподнести, чтобы как можно сильнее воздействовать на чувства ребенка, вызвать эмоциональное отношение. Например, на ИКТ показываю фигурки и рассказываю «Девочку чумазую» А. Барто, «Что взяла клади на место» 3.Александровой. В последующих занятиях закрепляли рассказ с показом, дети были активны. Чтение произведения К. Чуковского «Мойдодыр» вызывал чувство брезгливости к грязи.

На занятиях с детьми рассматривали сюжетную картину Е. Радиной и

В. Езикеевой «Игра с куклой». Рассматривая картину, ребенок учится понимать сюжет, слушать пояснения, высказывает свои впечатления и суждения. В игровом уголке стоят принадлежности для игры «Хозяюшка». Те дети, которые ходят второй год, сами проявляли активность, показывали и рассказывали другим детям процесс умывания. В младшем возрасте дети обладают большой подражательностью. Поэтому иногда приглашала в группу девочку, которая ходит в старшую группу и хорошо умеет умываться. Глядя на ее действия, малыши говорила: «Мы тоже большие. Мы тоже умеем так умываться». Это упражнение увлекает детей, требует терпения и сосредоточенности. Не лишним будет похвала ребенку. Такие дидактические игры, которые я проводила, как «Поможем Диме», «Научим Хрюшу умываться», «Купание куклы Даши»-способствуют закреплению знаний детей об умывальных принадлежностях, умение пользоваться ими и формировать навыки. Наряду с дидактическими игрушками использовала и настольно-печатную игру «У нас порядок». В них ребята подбирают маленькие карточки с изображенными предметами к большим картам по смысловому содержанию. Я еще использую такой прием: «Забываю» мыть руки перед едой, а дети напоминают мне, что они еще не мыли руки. Это было приятно осознавать, что дети уже усвоили необходимость мытья рук перед едой. Важно помнить, что дети тяжело переживают физический дискомфорт. Поэтому я обращаю внимание на температуру воды, которой они умываются. Учитывая, что для каждого ребенка она индивидуально. То, что нравится одному, другому доставляет неприятные ощущения. Не настаиваю, если ребенок не хочет. Грязные руки и рот протираю салфеткой. Постоянно приходится следить за кожей своих рук, чтобы она была гладкой, мягкой, не причиняла беспокойства. Зная характерные особенности детей, воспитываю у детей уверенность в самих себе и в своих возможностях. Рассказываю ребенку о его реальных и возможных достижениях: «Посмотри, Мишутка, как умеет умываться наша Ирочка. Ты можешь научиться у нее».

Подготовку к приему пищи начинаю за 15-20 минут до еды, постепенно переходя на более спокойные игры. Сажая детей за стол говорю: «А теперь пора садиться за стол. Юля сядет сюда, Танечка сядет сюда», и так каждому, закрепляла место за столом.

Сервировку стола, исходя из наших возможностей, я старалась сделать так, чтобы она вызывала у малышей неосознанное желание быть аккуратными. На стол ставила салфетницы, цветы-фиалки. Если малыши кушали аккуратно, они «раскрывались». На стол перед ребенком ставлю сначала одно блюдо, затем второе. Подавая пищу, никогда заранее не мельчила, чтобы ребенок увидел котлету или запеканку целиком, чтобы у блюда был привлекательный вид. Первое время малышам повязывала салфетки, так как они ели небрежно. По мере приобретения малышами определенных навыков, салфетки отменила, подчеркивая: «Сережа уже кушает уже аккуратно, не обливает рубашку, ему можно садиться без салфетки». Некоторые малыши в первое время не умели есть самостоятельно, ложку держали неправильно, отказывались от еды. Были и такие, которые не умели пить из чашки. Я подходила к каждому малышу, показывала как надо правильно садиться на стул. Объясняла, что сидеть надо глубоко на всем сиденье стула, спина прямая, ножки вместе. В ложку суп надо набирать не много, чтобы не разлить. Есть удобно с широкого края ложки (показываю), старайтесь все прожевать закрытым ртом. Показываю, как наклонить тарелку от себя, доедая первое блюдо, как набирать кашу движениями ложки к середине тарелки.

У каждого ребенка свои привычки. Иногда дети отказываются есть не любимую и незнакомую пищу. Здесь иду на компромисс: прошу попробовать только кусочек нового для него продукта, или говорю: «Пока мы свами гуляли, прибежали зайчишки, принесли вкусные подарки: капусту, морковку. Где же подарки зайчат? Да вот они, в щах! И капуста тут, и морковка. Мы сейчас съедим и зайчат поблагодарим».

Ласковый взгляд, интонация голоса создают у ребенка состояние радости. Если какое-то блюдо выглядело малопривлекательным, ставила перед ребенком с улыбкой, так вкусно причмокивая. Некоторые дети категорически отказываются пить молоко. Тогда уже приглашаю игрушку-корову Буренку, прикладывая палец к губам, шепотом говорю: «Миша, а то Буренка обидеться». И ребята с удовольствием начинают пить молоко и показывают пустую кружку корове, чтобы та порадовалась. Приглашая куклу Катю, я говорила: «Какая она красивая. Кто хочет быть такой красивой, как она?» Только здоровое питание поможет ей вырасти красавицей. Во время еды учила детей пользоваться салфеткой, прикладывая ее к губам. Потешки и песни, которые я использовала во время еды, тоже давали свои результаты. Например:

Вот тарелочка пуста-

Улыбается она.

Дети с гордостью показывали тарелки и говорили: «У меня тоже улыбается, у меня тоже».

Все это своеобразное обучение элементарным знаниям и умениям осуществляется в форме увлекательных и доступных игр. Народная мудрость создала игру, которая является для маленького ребенка наиболее подходящей формой обучения. Тщательная подготовка к непосредственно образовательной деятельности, проведение таких дидактических игр, как «Кормление куклы обедом», «Напоим куклу чаем», «Карлсон у нас в гостях» и другие учат детей умению накрывать на стол, постепенно закрепляют процесс действий самостоятельно.

В первое время не все малыши говорили «спасибо». Одобряла тех, кто благодарил. Теперь многие дети, вставая из-за стола, говорят слова благодарности без напоминаний.

После окончания еды учила малышей полоскать рот. Этот процесс не дает возможности остаткам пищи закрепляться на зубах, не позволяет микроорганизмам начать «переваривать» зубы ребенка. Столик с пластмассовыми стаканчиками ставила так, чтобы дети, направляясь в туалетную комнату, не могли пройти мимо. Для большинства детей эта процедура была новая и не такая уж легкая, в первое время дети выпивали воду.

Поэтому, чтобы ребенок не выполнил ее формально, а охотно, показывала и рассказывала действия. В родительский уголок тоже вынесла консультацию о том, как закреплять процесс полоскания зубов дома.

Много сил и времени приходится уделять формированию у детей навыков самообслуживания. В новых условиях даже те ребята, которые дома сами ели, одевались, пользовались горшком, часто просят кормить их, одевать. В этом проявляется подсознательное желание проверить, готовы ли взрослые заботиться о них. В помощи я им не отказываю. Практика показывает, если ребенок будет спокойно чувствовать себя в детском саду, то очень скоро захочет все делать сам, что умеет. Однако тем детям, которые не умеют что-то делать, помогаю и учу его для того, чтобы он мог все делать сам. Каждое прикосновение рук должно быть приятным.

Во время сбора на прогулку стараюсь пообщаться с каждым ребенком. Ребенку, который пытался одеться сам, я говорила: «Возьми колготки так, чтобы одна дорожка была спереди». И родителям объясняла, чтобы маркировали колготки с переди так, чтобы ребенок видел «дорожку». Другому, который сидел и ждал помощи от взрослого, с улыбкой сказала: «Женечка, покажи свои красивые колготки». Она заулыбалась и пошла к шкафчику, достала колготки. «Действительно они красивые. А теперь надень их, и посмотрим, как они будут смотреться на твоих ногах». И ребенок начинает одеваться. В первое время дети вытаскивали всю одежду из шкафчика и садились на банкетках, мешая друг другу. Объяснила детям, а на родительском собрании родителям, в какой последовательности необходимо раздеваться и одеваться. В раздевалку брала мишку, который наблюдал за процессом одевания детей.

Такие дидактические игры, которые я проводила в свободное время, как «Оденем куклу на прогулку», «Оденем куклу после сна» учат детей последовательности одевания, умению застегивать пуговицы, запоминать предметы одежды, знать их назначение.

Порой бывает, ребенка легче одеть, чем ждать, когда он сделает это сам, но я не спешила прийти на помощь. Малыши любят, когда во время одевания с ними разговаривают. Индивидуальное общение с ребенком помогает не только в активизации его словаря, но и в воспитании необходимых навыков. Для малышей очень важно похвалить в нужный момент. Ребенок после ласковых слов начинает еще больше стараться, ведь они очень чувствительны к доброму отношению к себе. В раздевалке говорю детям: «Солнышко заглядывает к нам в окошко, оно зовет нас на прогулку». Забытые детьми вещи отбирала в «чудесный мешочек». При возвращении с прогулки я напоминала, что у входа надо вытирать ноги, заходя в раздевалку, необходимо подойти к своему шкафчику, открыть его, снять пальто и повесить и т.д.

Напоминала о нашем чудесном мешочке, говорила: «Он стал большим и тяжелым». (Давала детям потрогать веревочку у мешочка) «Интересно, что там лежит?». Заглядываю в мешочек и загадочно говорю: «Здесь лежат разные башмачки, они плачут, жалуются, что потерялись. Мы сейчас найдем ваших хозяев. Не плачьте! Настенька, Лизонька больше вас никогда не оставят лежать на полу в раздевалке. Они будут всегда убирать вас в шкафчик".

У детей всегда есть желание самим расстегивать пуговицы и молнию, но нет умения. Поэтому в вечернее время учила детей завязывать, зашнуровывать, предлагая такие игры, как «Застегни пуговицы», «Завяжи кукле бант»,  
«Привяжи бант собачке» и другие.

Дети быстрее усваивают навыки одевания на примере других детей. Учитывая это, я предлагала детям помочь друг другу, особенно младшим. Например, помочь повесить пальто, подтянуть колготки и другие. Постоянно восхищаясь малышами говорила: «Какой ты большой». Одобряя любые проявления самостоятельности, я побуждаю ребенка активно использовать знакомые ему навыки. Положительная оценка вызывает у ребенка удовлетворение, уверенность в своих силах. Особенно это важно в общении с застенчивыми, робкими детьми.

Перед сном дети раздеваются в игровой комнате. Стулья ставлю буквой «П», чтобы можно было общаться с детьми, видеть их всех. Раздеваются дети лучше, чем одеваются, и я подключаюсь помогать только в случае необходимости. Малышам часто не хватает терпения и умения аккуратно складывать свои вещи на стульчик, в таких случаях я беру Мишку и говорю: «Посмотри, Мишенка, как Максим умеет хорошо складывать одежду на стульчик. Видишь, рубашку повесил на спинку, шорты положил. Молодец!» И ребенок старательно вешает одежду.

Сложнее пришлось приучать ребенка к горшку. Ведь с появлением современных памперсов, родители дома пользуются ими. С первых дней посещения детского сада ребенка знакомила с «его» горшком, сажала по несколько раз в день, не провоцируя упрямства с его стороны. Каждый раз хвалила ребенка за успехи, иногда укоризненное «ай-ай-ай» тоже не помешала. Проводила индивидуальные беседы с родителями, а в родительском уголке поместила консультацию «Малышок на горшок».

Все эти мероприятия дают мне возможность пополнить свою копилку для использования их в дальнейшей своей работе.

И так, в соответствии с гигиеническими требованиями на занятиях и в режимных процессах дети получают определенный объем знаний, у них формируются необходимые свойства характера и нормы поведения.

Для отслеживания своей работы с детьми по воспитанию культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания я провожу тестирование два раза в год.

В ходе тестирования в октябре я обратила внимание на то, что из 24 детей, только шестеро умели одеваться, умываться, есть аккуратно. Остальные малыши не обладали необходимыми навыками, особенно были беспомощны те дети, которые впервые пришли в детский сад. Например, Сашу дома кормили из бутылки, Женя не умел держать ложку, Самир все время сидел молча и наблюдал за остальными ребятами ит. д.

Наблюдая за поведением детей, мне необходимо было знать, какие привычки сложились у ребенка дома и вести соответствующую работу с родителями. Важно было наладить контакт с малышом.

Раскрывая индивидуальность каждого ребенка, я старалась найти тот стиль общения с ребенком, который позволил бы ему почувствовать, что воспитатель совсем как мама.

Я никогда не отказывала детям в помощи, хвалила их, разговаривала. Поэтому они чувствуют себя в детском саду спокойно. Тяжелее пришлось тем детям, которые часто пропускали по каким-либо причинам детский сад. Это или часто болеющие дети, или дети, стоящие на диспансерном учете, или дети мамы, которые не работали. С ними была проведена индивидуальная работа.

Изучая особенности центральной нервной системы, я уяснила, что ребенок легко воспринимает определенную последовательность действий, но очень трудно осваивает изменения в ней. Для ребенка легче усвоить, когда надо мыть руки, и сложнее, как это делать. Поэтому вначале много сил и времени уделяла формированию у детей навыков самообслуживания. В новых условиях даже те дети, которые обладали некоторыми навыками, начали просить помочь. Это такие как Виталик, Рустик. Чтобы сформировать у детей устойчивый алгоритм действий,я постоянно проговаривала последовательность действий. Постепенно умывание, одевание и прочие режимные моменты стали для детей приятным делом. В результате каждый знает свое полотенце, место за столом, шкафчик, кровать, горшок. Я считаю, что с этой задачей я справилась.

Особенно мне приятен результат Максима, Тани. Они были застенчивы, но внимательны, не общались с детьми. Но сейчас, к концу года, я заметила; во время игры с детьми, с игрушками рассказывают потешки, которые мы учили, отвечают на вопросы, каждый ребенок старается оказаться рядом сними. Утром в раздевалке слышен разговор детей: «Я подожду Максима», «Таня, можно с тобой дружить?»

Руслан единственный ребенок в семье. До поступления в детский сад он постоянно находился с мамой (отец сними не проживает). Утром с трудом расставался с мамой, не садился за стол, протестовал против еды, против укладывания спать. А сейчас он активен. С мамой прощается спокойно, говоря: «До вечера, мамочка, иди на работу». Самостоятелен в действиях, в общении с взрослыми.

Переходя в другую группу, у детей начинается предметное обучение. Все предметники отмечают у моих детей активность, самостоятельность. Родители говорят, что ребенок как пошел в детский сад, стал лучше и больше говорит, стал самостоятелен, и требовательно заявляет: «Я сам!». Я считаю это высокой оценкой результатов моей педагогической деятельности.

Проводя тестирование в марте месяце, я заметила, что дети нашей группы стали любознательны; легко и охотно принимают показанные им образцы действий; чувствительны к оценке взрослого; тонко различают похвалу и порицания; активно пользуются речью, привлекая этим внимание к себе; самостоятельны, игры становятся длительными, сюжеты разнообразными. Кроме того дети усвоили ряд правил, связанных с формированием взаимоотношений со сверстниками и взрослыми: благодарят, помогают друг другу при раздевании и одевании и. д.

Сложность у ребенка в детском саду связана с тем, что в группе работают трое взрослых. Я со своей напарницей одинаково подходим к проблемам еды, пользования детьми туалетом, в укладывании спать. Вместе мы выработали «Последовательность режимных процессов» (подготовка к обеду, обед, укладывание спать и т.д.)

Непременным условием воспитания культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания является непрерывность воспитательного процесса.

Решая эту задачу на протяжении рядя лет, сталкиваюсь с одной и той же проблемой в своей работе. Это повышенная наполняемость группы. Просто нет возможности общаться с каждым ребенком, так как хотелось бы.

Перспективы на будущее.

1. Продолжать работу по формированию культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей.
2. Проводить родительские собрания, разработать консультации для родителей и воспитателей о значении навыков самообслуживания в жизни ребенка.
3. Повышать свой профессиональный уровень, изучая новые издания, новые разработки и опыт других воспитателей.
4. Продолжать работать по программе «Радуга», систематически пополняя свой методический материал.

Задача, которую я поставила перед собой, конечно, не могла быть решена без помощи родителей. Ведь воздействие семьи длительно и постоянно. Организуя работу с семьей, я направила ее так, чтобы родители почувствовали, что воспитателя искренно волнует будущее их детей, что в детском саду всегда можно получить дружеский совет. В связи с этим мне необходимо было знать, какие привычки сложились у ребенка дома. Объясняла, что родители должны дома постоянно перестраивать привычки ребенка. Общая задача для меня и для родителей-это помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада, приближая домашний режим к распорядку дня в детском саду. На первом родительском собрании познакомила родителей с поставленными задачами по формированию культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания. Тема была взята не случайно. Многие родители думали, что дети еще маленькие, подрастут и научатся всему сами.

Посещая семьи, с целью изучения условий, созданных в семье для формирования у ребенка трудовых навыков (есть ли вешалка для одежды, весят ли полотенца на уровне роста ребенка, где и как хранятся игрушки). В беседах с родителями выяснила: насколько самостоятелен ребенок в самообслуживании, как в семье приучают к самостоятельности, все ли члены семьи требуют от ребенка самостоятельности в самообслуживании.

В нашей группе адаптация ребенка проходит в присутствии родителей,и они, глядя на нас, овладевают определенными педагогическими навыками, знаниями и умениями. Ежедневно провожу беседы с небольшими группами родителей, при необходимости индивидуальные. Оформила стенд на тему: "Я сам", в котором поместила следующий материал: "Что дети должны научиться делать самостоятельно", "Условия, необходимые для развития самостоятельности ребенка в самообслуживании, в одевании, в умывании, при приеме пищи". Предлагала для чтения список художественных произведений, которые используются для воспитания у детей самостоятельности в самообслуживании.

Очень полезно родителям наглядно ознакомиться с условиями, созданными в детском саду для воспитания у детей самостоятельности. Наиболее распространенной формой является "день открытых дверей", который проводится вначале учебного года. В такие дни родители видят, как воспитательница организует детей, какие требования предъявляет к ним, как добивается выполнения детьми трудовых действий, поддерживает интерес и желание выполнять те или иные действия, как оценивает детей и как оценка влияет на детей, все ли дети справляются с заданием, понаблюдать за своим ребенком, владеет ли он навыками самообслуживания, сравнить свои действия с действиями воспитателя. После просмотра обязательно обсуждаем увиденное.

Проводя такие мероприятия, я хочу, чтобы родители осознали, что мы хотим добиться вместе сдетьми, чтоб улучшилась взаимоотношения между родителями и детьми. В индивидуальных беседах выясняю, какую бы информацию хотели бы получить они от меня, как от педагога. Помимо этого периодически меняю тему консультаций в родительском уголке. Это, например: «Гигиенические основы воспитания детей», «Растим детей здоровыми», «Почему и как надо вырабатывать положительное отношение к кормлению и гигиеническим процедурам» и другое.

В памятках отражаю материал по различным вопросам воспитания   
детей, привития навыков и умений. Большим интересом пользуется у родителей «Папки-передвижки», в которой лежит материал, подобранный, учитывая пожелания родителей.

Большую помощь оказали родители в изготовлении атрибутов дидактической игры «Одень куклу»-сшили нарядную одежду для кукол.

Однако не всегда в своей работе мы достигаем желаемых результатов, остается много нерешенных проблем. Так, например, некоторые мамы продолжают одевать и раздевать, при этом снижая самостоятельность ребенка. Родителям рассказываю, показывая на детях, над чем нужно работать. Постепенно дети овладели культурно-гигиеническими навыками и навыками самостоятельности.