

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. В начале детей приучают к выполнению элементарных правил: самостоятельно мыть руки с мылом, намыливая их до образования пены и насухо их вытирать, пользоваться индивидуальным полотенцем, расческой, стаканом для полоскания рта, следить, чтобы все вещи содержались в чистоте.

Для воспитания и привития у детей хорошей привычки мыть руки можно пользоваться маленькими стишками:

Водичка, водичка,
Умой моё личико,
Чтобы глазоньки блестели,
Чтобы щечки краснели,
Чтоб смеялся роток,
Чтоб кусался зубок.

Формирование навыков личной гигиены предполагает и умение детей быть всегда опрятными, замечать неполадки в своей одежде, самостоятельно или с помощью взрослых их устранять.

Расти, коса, до пояса,
Не вырони ни волоса.
Расти, косынка до пят –
Все волосыньки в ряд.
Расти, коса, не путайся –
Маму, дочку, слушайся.

Культуру еды часто относят к гигиеническим навыкам, но она имеет этический аспект: ведь поведение за столом основывается на уважении к сидящим рядом, а также к тем, кто приготовил пищу.

Гигиеническое воспитание и обучение неразрывно связано с воспитанием культурного поведения и имеет следующие задачи:

- приучить детей правильно сидеть за столом во время еды, аккуратно есть, тщательно, бесшумно пережевывать пищу;
- уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой;

- учить тому, что, чем и как едят (хлеб, котлета, салат, суп, каша, бутерброд, запеканка);
- познакомить с разновидностями посуды (чайная, столовая);
- учить сервировать стол к чаю;

привлекать 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).

Воспитание культурно-гигиенических навыков включает широкий круг задач, и для их 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, их правильной последовательности.

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. В процессе гигиенического воспитания и обучения детей педагог сообщает им разнообразные сведения: о значении гигиенических навыков для здоровья, о последовательности гигиенических процедур в режиме дня, формирует у детей представление о пользе физкультурных упражнений. Гигиенические знания целесообразны и на занятиях по физической культуре, труду, ознакомлению с окружающим, с природой. Для этого рекомендуется использовать дидактические и сюжетно-ролевые игры: «Чистоплотные дети», «Встречаем гостей», «Наряжаем куклу» и т.д. Интересны детям и литературные сюжеты "Мойдодыр", "Федорино горе" и др. На их основе можно разыгрывать маленькие сценки, распределив роли между детьми. Для успешного решения этих задач и прочного закрепления навыков культурного поведения применяются различные стихи по данной тематике.

Например:

Ешь внимательно, опрятно,

Не спеша и аккуратно!

В рот еду не забивай,

И кусочки не роняй!

Мыс тобою за столом

Себя правильно ведём,

Потому что мы с тобой

Не болтаем за едой.

УЧИСЬ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ВИЛКОЙ И ЛОЖКОЙ.

За столом щенок Антошка
Рыбу ел столовой ложкой,
Вилкой суп пытался кушать -
Не хотел советов слушать.
И хотя всю старался,
Так голодным и остался.
Ну куда это годится!
Всем пора бы научиться
Кушать вилкой, кушать ложкой,
А не делать, как Антошка.

УМЕЙ ЕСТЬ НЕ СПЕША И АККУРАТНО.

Медвежонок хлеб жевал -
Крошки хлебные ронял.
Говорил с набитым ртом -
Что? Не мог понять никто.
После взялся за компот -
Стол облил и свой живот!
Все над ним хохочут звонко,
Застыдили медвежонка:
- Ты не знаешь? За столом
Надо есть с закрытым ртом,
Не спешить, не говорить,
Крошки на пол не сорить.
После встать из-за стола
В шубке чистой, как была.

НЕ БАЛУЙСЯ ЗА СТОЛОМ.

За столом сидела Белка,
Перед ней была тарелка,
В ней из хлеба, масла, сала
Белка дом сооружала.
Так, друзья, не поступают
И с едою не играют.
За столом едят, друзья,
Баловаться здесь нельзя!

А поели - вы свободны,

И играйте как угодно.

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 закрепления знаний и навыков личной гигиены желательно давать детям различные поручения. 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.

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, (кто-то стал значительно опрятнее и т.д.). И еще одно условие, необходимое для успешного культурно-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 данные навыки, воспитываемые у ребенка в детском саду. Важно, чтобы взрослые подавали ребенку пример, сами всегда их соблюдали.

Список используемой литературы

1. Бархатова Л. Воспитание культуры поведения.// Дошкольное воспитание.-1989- №11-17-21с
2. Болотина Л.Р., Комарова Т.С., Баранов С.П. Дошкольная педагогика.-М.:Академия, 1997-240с.
3. Бондаренко А.К. Дидактические игры в детском саду.-М.:Просвещение, 1991-160с.
4. Кониная Е.Ю. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей. Игровой комплект.- Айрис-пресс, 2007 -12 с.