

Гигиена и формирование культурно-гигиенических навыков

Культурно-гигиенические навыки – важная составная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, тела, причёски, одежды, обуви продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что в соблюдении правил проявляется отношение к окружающим, что любому человеку неприятно касаться грязной руки или смотреть на неприятную одежду. Неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, небрежен и в работе.

Согласно исследованиям Ю.А. Афонькиной и Г.А. Урунтаевой, культурно-гигиенические навыки включают следующие показатели:

- Культуру еды – умение культурно принимать пищу. Это один из первых навыков, который должен воспитываться у ребёнка. Перед едой обязательно вымыть руки, уметь пользоваться ложкой, вилок, не пачкать скатерти и одежды во время еды - всё это можно воспитывать только путём постоянного наблюдения и систематических указаний со стороны взрослых.
- Необходимость опрятности – это содержания в чистоте лица, рук, тела, причёски, одежды, обуви продиктованная не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течение всей его последующей жизни.
- Культуры еды часто относят к гигиеническим навыкам, но её значение не только в выполнении физиологических потребностей. Она имеет этический смысл – ведь поведение за столом основывается на уважении к сидящим рядом людям, и так же к тем, кто приготовил пищу. С дошкольного возраста дети должны усвоить определённые привычки: нельзя класть локти на стол во время еды, есть надо с закрытым ртом, тщательно пережёвывать пищу.

- Овладение культурой еды – нелёгкое для дошкольников дело, но осуществлять формирование этих навыков необходимо, надо добиваться, чтобы дети ели с удовольствием, с аппетитом и опрятно.

- Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. 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: мыть руки перед едой, после пользования туалетом, игры, прогулки и так далее.

- Формирование навыков личной гигиены предполагает умение детей быть всегда опрятными, замечать неполадки в своей одежде, самостоятельно или с помощью взрослых их устранять. Гигиеническое воспитание и обучение неразрывно связано с воспитанием культурного поведения. С самого младшего дошкольного возраста детей приучают правильно сидеть за столом во время еды, аккуратно есть, тщательно, бесшумно пережёвывать пищу, уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой. Детям, которые дежурят по столовой, нужно не только уметь правильно накрыть стол и ставить посуду, но и твёрдо усвоить, что, перед тем как приступить к выполнению своих обязанностей, необходимо тщательно помыть руки с мылом, привести себя в порядок, причесаться. Работа по формированию культурно-гигиенических навыков включает в себя освоение детьми навыков личной гигиены, культуры еды, бережного обращения с вещами личного пользования и навыков поддержания порядка в окружающей обстановке.

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

Культурно-гигиенические навыки и привычки имеют выраженную социальную направленность, так как дети приучаются выполнять установленные в обществе правила, соответствующие нормам поведения. От знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых.

У ребёнка формируется представление о собственном теле. Ребёнок начинает контролировать свой внешний вид: обращает внимание на грязные руки, замечает неполадки в одежде, просит взрослого помочь привести себя в порядок, у малыша формируется потребность в чистоте и опрятности.

Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах.

Формирование культурно-гигиенических навыков совпадает с такой линией психического развития, как развитие воли. Малыш ещё ничего не умеет делать, поэтому всякое действие даётся с трудом. И не всегда хочется доводить дело до конца, особенно если ничего не получается. Для того чтобы завершить действие, получить качественный результат, сделать всё в правильной последовательности, красиво и аккуратно, нужно приложить волевые усилия. Так для ребёнка важным становится качество выполнения действий, он учится доводить начатое дело до конца, удерживать цепь деятельности, не отвлекаться.

Учёт возрастных особенностей при формировании культурно-гигиенических навыков у дошкольников

Каждому возрасту соответствует свой уровень физического, психического и социального развития. Возрастными особенностями называются характерные для определённого периода жизни анатомо-физиологические и психические качества. Возраст цепко удерживает развитие и диктует свою волю.

Учёт возрастных особенностей – один из основополагающих педагогических принципов. Опираясь на него, педагог регламентирует время занятости детей различными видами деятельности, определяют наиболее благоприятный для развития распорядок дня, отбор материала, форм и методов учебно-воспитательной деятельности.

Дошкольным детством считается период от 3-х до 7-ми лет. Предшествуют ему период младенчества (от 0 до 1-го года) и раннего возраста (от 1-го года до 3-х лет).

Важнейшими психическими новообразованиями раннего возраста (2-3 года) являются возникновение речи и наглядно-действенного мышления. Свидетельством перехода от периода младенчества к периоду раннего детства является развитие нового отношения к предмету, который начинает восприниматься как вещь, имеющая определённое назначение и способ употребления.

Период раннего детства – благоприятный период для формирования культурно-гигиенических навыков. Ребёнок старается узнать, как можно действовать с предметами, для чего они нужны. Дети в этом возрасте понимают, что для умывания нужно мыло и полотенце, для еды нужна ложка и тарелка. Освоение детьми бытовых навыков помогает формированию культурно-гигиенических навыков.

Освоение бытовых процессов позволяют детям раннего возраста удовлетворять потребность в самостоятельности. Для того чтобы у ребёнка выработался навык, взрослый показывает ему каждую операцию, составляющую действие, и, комментируя её, отмечает предметы и условия, в которых она протекает. Затем взрослый действует вместе с малышом,

выполняя сопряжённые действия. Например, берёт его руки в свои, намыливает и подставляет под струю воды. Так у ребёнка 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.

Одна из задач воспитания детей младшей группы – формирование у них предпосылок нравственного поведения и культурно-гигиенических навыков. Дети 3-го жизни, пришедшие в детский сад, отличаются друг от друга уровнем воспитанности, владеют различными навыками и только начинают привыкать к новой для них обстановке. Отсюда – особое значение в работе с малышами приобретает индивидуальный подход к каждому ребёнку. Прежде всего, нам необходимо добиться доверия ребёнка.

Формирование культурно-гигиенических навыков в средней группе продолжает работу, начатую в этой области в младших группах. При этом, учитывая специфику возраста воспитанников, акцент делается на большую степень самостоятельности при отработке умений. Эта особенность определяет важность методически грамотного выбора приёмов взаимодействия педагога с детьми и малышкой между собой, а также рационального сочетания разных видов работы в рамках выполнения режимных моментов и отдельных занятий поэтому, образовательному направлению.

Переход в старшую группу (дети 5-6 лет) связан с изменением психологической позиции детей: они впервые начинают ощущать себя самыми старшими среди других детей в детском саду. Педагогу необходимо помочь дошкольникам понять это новое положение, поддержать в детях ощущение «взрослости» и на его основе вызывает у них стремление к решению новых, более сложных задач познания, общения, деятельности.

На этом этапе культурно-гигиенические навыки обретают выраженную социальную направленность, сочетаются с познавательным отношением к

окружающей действительности. В старшей группе воспитанники начинают более осознанно относиться к соблюдению правил личной гигиены. Дети приходят к пониманию того, что уход за собственным телом и вещами — важная составляющая общей культуры поведения, норма человеческих взаимоотношений. Воспитатель уделяет большее внимание вопросам этики, взаимоотношениям в детском коллективе. Культурно-гигиенические навыки становятся, таким образом, важной частью процесса социализации.