**Особенности формирования культурно-гигиенических навыков у дошкольников младшего возраста.**

Содержание физического воспитания составляет та часть социально исторического опыта, которая включает знания, умения, навыки, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья человека. Содержание включает знание норм и правил санитарно-гигиенической культуры (культура тела, еды, жилища) и умения выполнять их.

Выполняются группы культурно-гигиенических навыков, которыми должен овладеть ребенок:навыки еды (аккуратно брать, прожевывать пищу, пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой); навыки ухода за своим телом (умывание, причесывание); навыки соблюдения порядка в помещении, пользования одеждой и ухода за ней (быстро одеваться и раздеваться, содержать вещи в порядке и чистоте).

Гигиеническое обучение я провожу как индивидуально, с каждым ребенком, так и коллективно, со всей группой в целом. Провожу как групповые занятия так и гигиеническое обучение и воспитание в повседневной жизни.

В первой младшей группе ребенок пытается мыть руки сам, я помогаю ему и постоянно напоминаю, что это надо делать перед едой и после загрязнения.

Во второй млалшей группе учу ребенка правильно мыть руки. Ребенок должен засучить рукава, смочить руки водой и намылить так, чтобы образовалась пена, затем хорошо смыть ее и насухо вытереть полотенцем. Попутно напоминаю, что мыльная пена хорошо удаляет грязь.

В процессе гигиенического обучения я широко использую наглядные пособия. Ребенок лучше поймет и осмыслит гигиенические сведения, если объяснение и рассказ воспитателя будут подкреплены показом картинок, фотографий, иллюстраций. С этой целью используют также игры, демонстрации диафильмов «Мойдодыр», « Федорино горе» и другие. Привитие гигиенических навыков должно идти на положительном эмоциональном фоне. Непременным условием является непрерывность воспитательного процесса. Только в таком случае сформированные у детей навыки становятся осознанным действием, а затем привычкой. Обязательным условием формирования гигиенических навыков является высокая саниитарная культура воспитателей в группе. Одно из условий, необходимое для успешного гигиенического воспитания, - единство требований со стороны взрослых. Ребенок приобретает гигиенические навыки в общении с воспитателем, медицинским работником, младшим воспитателем и, конечно, в семье. Младший воспитатель помогает мне проводить закаливающие и гигиенические процедуры, учавствует в уборке постелей, одевании, кормлении детей. Поэтому в моих действиях и действиях младшего воспитателя идет строгая согласованность.

Обязанность родителей – постоянно закреплять гигиенические навыки, воспитываемые у ребенка в детском учреждении. Важно, чтобы взрослые подавали ребенку пример вовсем , требуя от него выполнения определенных правил, сами всегда их соблюдали, были аккуратны, опрятны внешне.

Период раннего детства благоприятен для формирования культурно-гигиенических навыков, которые тесно связаны с ведущей в этом возрасте предметной деятельностью. В этот период малыша более всего интересуют функции, назначение предметов, в том числе и включенных в бытовые процессы. Для того, чтобы у ребенка выработался навык, показываю ему каждую операцию, составляющую действие, и, комментирую ее, отмечаю предметы и условия, в которых она протекает. Затем действую вместе с малышом, выполняя сопряженные действия. Беру его руки в свои, намыливаю и подставляю под струю воды. Так у ребенка складывается сенсомоторный образ действия, а также образ составляющих действие операций и условий, в которых оно протекает. Постепенно предоставляю малышу большую самостоятельность, контролируя выполнение операций.

В младшем дошкольном возрасте закладываются основы культуры поведения. Ребенок осваивает правила поведения в быту: не мешать другим во время еды; есть спокойно, не отвлекаясь;не выходить из-за стола до окончания еды; спокойно подождать, пока подадут следующее блюдо; говорить «спасибо» после еды. Постепенно ребенку становится понятным смысл соблюдения тех правил, последствия выполнения или нарушения которых он наглядно видит: не сложил одежду перед сном – она помялась, стала некрасивой. В основном освоение правил происходит в ходе приучения, когда взрослый систематически выдвигает требования и контролирует их выполнение, которое подкрепляет положительной оценкой. Так навыки превращаются в привычки – действия, выполнение которых становится потребностью.

Дошкольник 3-4 лет должен осознавать необходимость выполнения культурно-гигиенических требований к предстоящей деятельности: «Надо мыть руки, потому что потом будем есть!» Для детей этого возраста очень важным является мотив своей внешней привлекательности: « Надо причесываться, чтобы красивым быть». Выразить в речи составляющую навыка, последовательность операций, условия их выполнения младшие дошкольники еще затрудняются. Легче они выделяют предметы, необходимые для проведения бытового процесса. Особенно значимым становится выполнение действий в правильной последовательности, потому что ее положительно оценивает взрослый.

Формирование культурно-гигиенических навыков, должно осуществляться детским садом в тесном контакте с семьей. Для малышей особое значение имеет постоянство условий, знание назначения и места каждой нужной ему в течение дня вещи.

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, занятиях, в быту.

У детей дошкольного возраста преобладает конкретное, наглядно-образваное мышление. В связи с этим для успешного формирования у них гигиенических навыков я прибегаю к показу и объяснению. Показываю, как надо держать ложку, выходить из-за стола, мыть руки. Показ сопровождаю объяснением. Детям становится понятна целесообразность требований воспитателя (руки мыть чисто, не лить воду на пол).

Особенно важен контроль на начальной стадии формирования навыка. Отсутствие должного контроля приводит к появлению у детей неверных навыков: они могут неправильно держать ложку, вилку, забывать пользоваться носовым платком, небрежно складывать одежду.

В дошкольном возрасте дети особенно склонны к подражанию, поэтому в формировании навыков большую роль играет личный пример взрослых. Внешний вид воспитателей и родителей, их поведение должны служить образцом для детей; их указания не должны идти вразрез с собственным поведением, так как ничто не проходит мимо внимательных детских глаз.

В воспитании навыков стараюсь опираться и на хороший пример самих детей. Обращаю внимание малышей на тех их сверстников, кто умеет хорошо мыть руки, аккуратно обращаться с вещами, самостоятельно одеваться, так как детим не всегда могут заметить это. Однако, используя положительные примеры, необходимо проявлять такт, не допускать противопоставления одних детей другим.

Так как в воспитании культурно-гигиенических навыков огромную роль играет педагогическая оценка, стараюсь пользоваться в своей работе одобрением, поощрением, похвалой. Особая роль в воспитании культурно-гигиенических навыков принадлежит игровым приемам. Используя их, я закрепляю у детей навыки, которые вырабатываются в повседневной жизни.