***Овладение основ гигиенической культуры.***

***Умывание.***Соблюдать последовательность действий при мытье рук и самостоятельно мыть руки, прибегая к помощи взрослых в отдельных действиях, вызывающих затруднение. Знать свое полотенце и пользоваться им. Замечать грязные руки и мыть их

***Поведение за столом.*** Умело пользоваться ложкой и вилкой. Есть самостоятельно, не проливать пищу. Своевременно пользоваться салфеткой, после еды ложку или вилку класть на тарелку. За общим столом не мешать другим детям, не пользоваться их приборами. После еды говорить «спасибо». Откликаться на просьбы взрослого помочь накрыть на стол или убрать со стола отдельные приборы.

***Одевание.*** Самостоятельно одеваться в правильной последовательности. Вежливо обращаться  к воспитателю за помощью. Знать свой шкафчик, порядок складывания одежды в шкафчик. Узнавать свои вещи, не путать с одеждой других детей.

***Уход за вещами, игрушками.***Бережно относиться к игрушкам, вещам, пользоваться ими по назначению. Участвовать вместе со взрослыми в уходе за вещами: помогать маме полоскать носовые платочки и т.п.

***Игровые умения.***В играх самостоятельно воспроизводить цепочку взаимосвязанных игровых действий, отражающих  процессы умывания, одевания, еды.

**Культурно-гигиенические навыки ребенка.**

Именно в дошкольном возрасте очень важно воспитать у ребенка привычку к чистоте, аккуратности, порядку. В эти годы дети могут освоить все основные культурно-гигиенические навыки, научиться понимать их важность, легко, быстро и правильно выполнять. Особое внимание надо уделять детям до пяти лет, которым "самостоятельное" умывание и одевание обычно доставляют большое удовольствие. У детей старшего дошкольного возраста, 5 - 7 лет, следует совершенствовать уже приобретенные навыки и следить за неукоснительным и правильным их выполнением. Навыки и привычки, прочно сформированные в дошкольном возрасте, сохранятся на всю жизнь.  
При воспитании культурно-гигиенических навыков большое значение имеет пример окружающих. Если взрослые после утренней гимнастики принимают душ, то и ребенок считает естественным его обязательность. В семье, где родители, старшие братья и сестры не сядут за стол, предварительно не вымыв руки, и для малыша это становится законом. Но общий правильный уклад жизни в семье еще не гарантирует усвоение ребенком всех доступных ему навыков. Их воспитанию приходится уделять специальное внимание.  
Прежде всего следует обеспечить постоянное, без всяких исключений, выполнение ребенком установленных гигиенических правил. Ему объясняют их значение. Но не менее важно помочь ребенку, особенно на первых порах, правильно усвоить нужный навык. Так, например, прежде чем начать мыть руки, надо закатать рукава, хорошо намылить руки. Вымыв руки, тщательно смыть мыло, взять свое полотенце, насухо вытереть руки. Не следует торопить малыша, если он сосредоточенно повторяет одно и то же действие (например, мылит руки). Тем более не следует выполнять это действие за него. Осваивая навык, ребенок обычно стремится многократно выполнить определенное движение. Постепенно он научается все более самостоятельно и быстро справляться с поставленной задачей. Взрослый только напоминает или спрашивает, не забыл ли ребенок сделать то или другое, а в дальнейшем предоставляет ему почти полную самостоятельность. Но проверять, правильно ли ребенок все сделал, приходится на протяжении всего дошкольного возраста. Хорошо сформированные навыки выполняются ребенком легко и быстро, по собственной инициативе, без напоминаний. Если он и забудет о каком-либо из них, например, прибежит и сядет за стол, не вымыв руки, то малейшего намека, напоминания оказывается достаточно, чтобы он (даже несколько смущенно) исправил свою ошибку. Но если у ребенка соответствующие навыки не сформированы, то выполнение их требует от него больших усилий. Нередко возникают малоприятные и для родителей, и для него "переговоры": "Ваня, ты забыл вымыть руки". - "Они у меня чистые". - "Все равно перед обедом надо вымыть". - "Я их недавно мыл"... После ночного сна и утренней гимнастики ребенку полезнее всего принять душ. Он моет руки, лицо и освежает все тело под струями воды. Температура воды (как при всех общих водных процедурах) вначале должна быть близкой к температуре тела. К концу приема душа ее можно снизить на 2° по сравнению с началом, потом опять повысить и снова снизить. Если же душа в доме или на даче нет, детей с 3 - 4 лет следует приучать по утрам мыться до пояса. Необходимо, чтобы после душа или умывания ребенок вытерся насухо. Раз в неделю ребенка моют особенно тщательно (в этот день моют и голову с мылом). Если ребенок ежедневно не принимает душ или ванну, то его надо купать 2 раза в неделю.  
В дошкольном возрасте дети должны и могут усвоить, что мыть руки надо перед едой, после пользования уборной, по возвращении с прогулки, игры с животными и всегда, когда они грязные. Ноги надо мыть не только перед ночным сном (даже если нельзя было принять общую водную процедуру), но и перед дневным. Особенно важно это правило соблюдать летом. К навыкам личной гигиены, которые ребенок должен усвоить в дошкольном возрасте, относится и уход за полостью рта. С трехлетнего возраста ребенка следует научить полоскать рот, с четырех лет - правильно чистить зубы (сверху вниз - вверх, с наружной и внутренней стороны) перед ночным сном. Утром после сна достаточно полоскать рот. Полоскать рот теплой водой надо и после еды.  
Волосы следует причесывать не реже двух раз в день (и своей собственной расческой!). А всегда ли у вашего ребенка в кармашке чистый носовой платок? Умеет ли он сам замечать непорядки в одежде развязался шнурок, расстегнулась пуговка - и сразу их устранять? Вытирает ли он ноги, входя в помещение? Малышам свойственны живой интерес к окружающему, активность, эмоциональность, стремление к самостоятельности — все это создает благоприятные условия для воспитания культурно-гигиенических навыков, имеющих очень большое значение для развития детей.

* Наличие культурно-гигиенических навыков — важное условие для поддержания здоровья, так как соблюдение правил личной гигиены предохраняет от инфекционных заболеваний.
* Ежедневно повторяя одни и те же действия, ребенок совершенствует движения: они становятся более точными, ловкими, координированными.
* Ребенок шире познает окружающий мир, так как, пользуясь разными предметами (ложка, салфетка и т.д.), знакомясь с их свойствами (мокрые, сухие, чистые), осмысливает простые связи между явлениями (не наклонился над тарелкой — рубашка грязная).
* Культурно-гигиенические навыки способствуют развитию речи: воспитатель наряду с показом и непосредственной помощью пользуется словом (называет блюда, поясняет действие, указывает на основные признаки).
* Благодаря культурно-гигиеническим навыкам развиваются, приобретают силу и устойчивость такие психологические функции, как внимание и воля (это связано с тем, что детям раннего возраста требуется постоянное воспитательное воздействие).
* Овладение культурно-гигиеническими навыками приводит к удовлетворению стремления к самостоятельности (что формирует положительное отношение к процессам воспитания).

Алгоритм деятельности воспитателя по формированию навыков самообслуживания.

Вопросы к детям:

1. Расскажи и покажи, как нужно надевать колготки (рубашку, застёгивать пуговицы, причёсываться).
2. Почему нельзя разбрасывать свои вещи? Покажи, как надо складывать вещи в шкаф.
3. Что нужно сказать, когда тебе помогают?
4. Расскажи, как нужно пользоваться столовыми приборами, вытирать рот салфеткой, как сидеть за столом во время еды.

Значение формирования навыков самообслуживания в том, что результат направлен на удовлетворение личных потребностей.

Памятка для родителей по формированию навыков поведения за столом и приёма пищи у детей младшего дошкольного возраста.

* Ребёнка надо кормить в строго установленное время.
* Давать только то, что полагается по возрасту.
* Кормить детей надо спокойно, терпеливо, давая возможность хорошо прожевывать пищу.
* Ни в коем случае не кормить ребёнка насильно.
* Не отвлекать от еды чтением или игрой.
* Не применять поощрений за съеденное, угроз и наказаний за несъеденное.

*Надо поощрять:*

* желание ребёнка есть самостоятельно;
* стремление ребёнка участвовать в сервировке стола и уборке стола.

*Надо приучать детей:*

* перед едой тщательно мыть руки;
* жевать пищу с закрытым ртом;
* есть только за столом;
* правильно пользоваться ложкой, вилкой, ножом;
* вставая из-за стола, проверить своё место, достаточно ли оно чисто, при необходимости самостоятельно убрать его;
* окончив еду, поблагодарить тех, кто её приготовил, сервировал стол.

Закладывая в детях привычку есть разную пищу, взрослым следует набраться терпения, так как положительное отношение к еде у детей формируются очень долго, особенно если в семье и детском саду нет единых взглядов и на этот счёт.

Алгоритм деятельности воспитателя проведения умывания.

Цель – учить правильно и самостоятельно умываться.

Воспитательная задача – воспитывать навыки личной гигиены, учить беречь труд взрослых, воспитывать вежливые взаимоотношения между детьми, чувство товарищества.

Образовательная задача – закреплять последовательность умывания, уточнить для чего умываются, рассмотреть свойства мыла (душистое, мылиться, пениться).

Организация детей – около одного умывальника находиться по 2 человека, воспитатель объясняет последовательность умывания, с чего начать и т.д., показывает сам.

Индивидуальный подход к медлительным детям и к тем, кто недавно пришёл в группу.

Методы и приёмы – показ, контроль, использование поговорок, потешек.

Умывание:

Засучить рукава

Намылить руки до образования пены

Набрать в ладоши 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

Приложение

Приложение А - Анкета для родителей

Уважаемый родитель!

Просим вас принять участие в опросе на тему: «Культурно-гигиенические навыки воспитания в семье».

1. Считаете ли Вы себя компетентным в вопросах культурно-гигиенического воспитания?

2. Как Вы считаете, Ваш ребенок обладает навыками опрятной еды

3. Ваш ребенок умеет правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой

4. Пережевывает пищу с закрытым ртом, не разговаривает с полным ртом

5. Благодарит, выходя из-за стола

6. Как Вы думаете, сформировались у него (нее) навыки мытья рук и личной гигиены

7. Умеет ли Ваш ребенок, мыть руки закатав рукава, взяв мыло, намыливать до появления пены \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

8. Может смыть мыло, сухо вытереть руки, аккуратно сложить полотенце и повесить в свою ячейку

9. Умеет пользоваться расческой \_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_

10. Обладает ли ребенок навыками снимания и надевания одежды в определенном порядке (расстегнуть пуговицы; снять платье (брюки); аккуратно повесить снять рубашку и аккуратно ее повесить на брюки, снять обувь; снять колготки, повесить на рубашку (платье); надеть в обратной последовательности)

Благодарим вас за сотрудничество!

Приложение Б - Дидактические игры для формирования гигиенических навыков

«Перемешанные картинки»

Задачи игры: Закрепить и проверить культурно-гигиенические навыки. Оборудование: Серия больших картин, к которым дети находят соответствующие маленькие картинки. Например, к большой картине, на которой изображена растрепанная девочка, - гребень; к картине, на которой изображен неопрятный мальчик, - мыло и щетку; к картине с изображением девочки в грязных ботинках - щетку и пр.

Ход игры: Воспитатель вешает на доску большую картину, изображающую неопрятного ребенка, а детям раздает маленькие картинки, на которых нарисованы предметы туалета. Дети ищут среди своих тартинок предмет, которым необходимо дополнить большую картину. Когда они отдают картинку воспитателю, то должны объяснить его назначение, например: “Вот мыло и щетка для умывания”. Или: “Вот гребень для того, чтобы девочка причесалась”.

«Чистоплотные дети»

Задачи игры: Проверить знания детей о предметах гигиены и их назначении.

Ход игры: Воспитатель говорит детям, что хочет убедиться в том, что они чистоплотные и аккуратные: пусть они скажут, что нужно для того, чтобы волосы, руки и лицо были чистыми (чем больше они смогут об этом рассказать, тем лучше).

Затем воспитатель говорит: “Руки”. Дети, которых она вызывает, отвечают: “Мыло, щетка, полотенце”. Подобным же образом дети реагируют на слова “волосы” (гребень, щетка, ножницы, шампунь, мыло), “купание” (ванна, полотенце, душ, умывальник, губка, мыло и пр.).Вариант. Воспитатель задает вопрос: “Что нам нужно, когда мы утром встаем?” Дети знают, что должны назвать предметы гигиены, которые используются утром (зубная щетка, паста, мыло, полотенце).

«Найди пару»

Цель: учить различать парную обувь и одежду, подбирать правильно к левому варианту обуви, одежды -- правый.

Оборудование: вырезанные из картона обувь: сапоги, туфли, перчатки, носки, варежки, кукла Маша.

Ход игры: педагог вводит детей в игровую ситуацию: «Маша-растеряша разбросала свою одежду и обувь по разным углам. Она не может ничего найти сама. Один носок нашла, а другой найти не может, один сапог нашла, а другой не знает, где и т.д.». Детям предлагается помочь Маше- растеряше найти пару предметов одежды и обуви. Педагог предъявляет правый вариант пары (носок, сапог и т.д.) и предлагает выбрать левый. При этом дается инструкция: «Найди пару». В случае затруднения выполнения задания помогает отыскать пару, обращает внимание ребенка на одинаковый размер и цвет. Через некоторое время взрослый просит отыскать эту же пару самостоятельно. Другой вариант игры может проводиться на предметах одежды детей. Игра способствует закреплению умения различать левые и правые варианты одежды и обуви, правильно соотносить, на какую ногу или руку одеваем тот или иной вариант.

«День рождения»

Цель: учить правилам культурного поведения в гостях, умению поздравлять друг друга.

Оборудование: гости -- куклы, игрушки, праздничный стол сервирован с детской посудой, подарки.

Ход игры: ребенок (или выбранный персонаж) сегодня именинник. Он с помощью педагога готовится к приему гостей: сервирует праздничный стол, украшает шариками, мишурой и приводит в порядок помещение. Дети-гости берут маленькие подарки-поделки (заранее приготовленные на уроках труда). Именинник встречает гостей, здоровается со всеми, принимает подарки и приглашает гостей сесть за стол, показывая гостю его место. Рядом с детьми за столом рассажены игрушки. Гости «пробуют» угощение, «пьют» чай, «едят» мороженое. Затем педагог помогает ребенку придумать пожелание для именинника. Педагог рассказывает детям о правилах поведения в гостях:

— поздороваться, когда приходишь в гости;

— без приглашения не входить в комнату;

— дарить подарок с пожеланиями имениннику (в качестве подарка может быть стихотворение, песня, танец);

— за столом не шуметь, не брать пищу руками;

— приступать к еде после приглашения отведать то или иное угощение;

— не перебивать друг друга;

— пользоваться приборами и салфеткой во время еды; - придвигать и отодвигать стул неслышно;

— после еды не забыть поблагодарить именинника;

— перед уходом попрощаться;

--- когда гости уходят, именинник помогает взрослым убирать посуду со стола.

Каждый из детей должен побыть в роли именинника. Педагог во время игры напоминает детям, как следует себя вести в той или иной ситуации. Игра эмоциональная и очень привлекает детей.

«Волшебный шнурок»

Цель: развитие движений мелкой моторики рук, учить вдевать и выдергивать шнурок в отверстия по сюжетной картинке.

Оборудование: игра-книжка «Волшебный шнурок» и шнурки разного цвета (желтый, красный, зеленый).

Ход игры: педагог вместе с ребенком рассматривает сюжетную картинку, просит назвать, кто изображен на рисунке и что он делает. Предлагает ребенку «дорисовать» шнурком (по выбору) недостающие штрихи (элементы) в картинке: лестница, качели и т.д. Если у ребенка не получается выполнить действие самостоятельно, педагог совместно с ним воспроизводит эти действия.

«Посади цветочки на лужок»

Цель: научить ребенка вдевать петельку на пуговицы разного размера, развитие мелкой моторики рук, соотнесение правой и левой руки.

Оборудование: зеленое полотно, на которое пришиты пуговицы разного цвета и разного размера, цветы вырезаны из плотной ткани разного размера с прорезями в центре, соответствующими пуговицам.

Ход игры: педагог: «Давайте посадим на лужок красивые цветочки. К каждой пуговичке найди и присоедини нужный цветок. Ребенок выбирает цветок из ткани и пробует вдеть пуговицу на полотне в прорезь, если пуговица не подходит к петельке, педагог предлагает попробовать присоединить к другим пуговичкам и обращает внимание ребенка на размер петельки и пуговицы, чтобы они совпадали». Таким образом, ребенок «сажает» цветы на зеленое полотно. Взрослый хвалит ребенка по ходу игры за каждый прикрепленный цветочек. Детям нравится видеть результат своих действий.

«Что ты можешь о них сказать!»

Задача игры: Познакомиться с предметами гигиены и их использованием. Оборудование: Гребень, щетка для ногтей, мыло, полотенце, умывальник, ножнички, вода в кружке, резиновые куколки.

Ход игры: Предметы гигиены лежат возле воспитательницы на столике и на стуле.

Воспитательница называет по имени одного ребенка: “Петя, скажи, что ты видишь здесь?” Ребенок называет отдельные предметы и показывает их. Если он что-либо пропустил, другие дети его дополняют до тех пор, пока все предметы не будут названы.

Далее воспитательница задает другому вызванному ребенку следующий вопрос: “Яна, есть у вас дома мыло?”

Когда ребенок ответит утвердительно, воспитательница просит: Принеси мыло. Посмотри на него внимательно и понюхай его. Что мы с ним делаем? Для чего нам мыло?”

Если ребенок не рассказал о мыле чего-либо важного, воспитательница может вызвать следующего ребенка. (Когда мыло уже не нужно, она откладывает его в сторону.)

Воспитательница может задать и наводящие вопросы: “Для чего мама купила мыло?” (Она хочет стирать.) “Что сделает мама, когда полотенце станет грязным?” (Выстирает его.) “Для чего маме гребень? Какие гребни у вас дома?”.

В заключение дети умывают и купают кукол, вытирают их и т.д.

«Мыльные перчатки. Пузырики»

Цель: учить детей хорошо намыливать руки с внешней и внутренней стороны до образования пузырей. Развитие вдоха и выдоха, целенаправленной воздушной струи.

Оборудование: ванная комната, детское мыло, полотенце.

Ход игры:

**Педагог: «Мы подойдем к раковине, откроем кран и пустим теплую воду, а сейчас мы возьмем мыло и сделаем себе красивые "белые перчатки". Педагог поэтапно объясняет процесс намыливания рук. Дети намыливают руки без воды до образования белой пены, затем дети кладут мыло в мыльницу и распределяют мыло по рукам круговыми движениями. Педагог обращает внимание детей на то, что у них получились модные "белые перчатки".**

Затем педагог предлагает детям совместить ладошки, сделать маленькую щелочку (отверстие) и тихонько подуть в это отверстие, у нас с другой стороны ладоней выходит мыльный пузырь. Педагог эмоционально фиксирует появление у детей пузырей. Если дотронуться до них пальчиком, то пузыри лопаются потому, что они нежные и воздушные. Если у детей не получается надуть мыльный пузырь, педагог проводит совместные действия с ребенком, помогая ему почувствовать радость от предвкушения появления этого пузыря. После этого мыло смывается под струей теплой воды и руки вытирают насухо полотенцем. В работе целесообразно использовать различные стихи и потешки. «Ладушки, ладушки, с мылом моем лапушки, чистые ладошки, вот вам хлеб, да ложки!».

«В кране булькает вода. Очень даже здорово! Умывается сама Машенька Егорова» (или педагог называет имя ребенка).

«Знаем, знаем, да, да, да! Где тут прячется вода! Выходи, водица, мы пришли умыться! Лейся на ладошку, по-нем-нож-ку... Нет, не понемножку -- посмелей, будем умываться веселей!»

Эту игру с сопровождением потешек можно включить в проведение режимных моментов.

«Что нужно кукле!»

Задачи игры: Упражнять культурно-гигиенические навыки.

Оборудование: Картинки с изображением предметов, используемых при умывании, еде, одевании, мыло, зубная щетка, полотенце, зубная паста, гребень, щетка для рук, заколка, лента для волос, скатерть, ваза, поднос, кружка, ложка, тарелка, столовый прибор, носки, ботинки, шапочка, платье, блузка, юбка, перчатки, курточка.

Ход игры: Воспитательница знакомит детей с картинками, спрашивает их, для чего нужен каждый предмет, затем берем кукле для умывания. Игра продолжается. Воспитательница направляет игру так, чтобы чередовались все виды деятельности. Например, она говорит: “Наша кукла умылась и хотела бы причесаться, но чем? Наша кукла умылась, но еще не завтракала. Что мы ей дадим есть? Наша кукла собралась на прогулку, что она наденет?”

«Готовим обед для кукол»

Цель: учить различать продукты питания (мясо, рыба, творог, овощи, фрукты и т.д.), определять, из чего приготовлены блюда, из скольких блюд состоит обед, закрепление навыка дифференциации по назначению кухонной и столовой посуды.

Оборудование: куклы, набор детской кухонной и столовой посуды, детская плита, муляжи фруктов, овощей, мяса, рыбы, сыра, молока, творога, колбасы.

Ход игры:

Педагог: «Кукла Маша принесла из магазина много разных продуктов. Назовите, пожалуйста, какие продукты принесла Маша?». Дети по муляжам перечисляют продукты.

«А сейчас мы все вместе приготовим вкусный обед для наших друзей (кукол). Из чего состоит обед? -- из первого блюда (борщ, суп, щи), из второго блюда (котлеты, голубцы, пельмени, картофель, макароны, рис, овощные салаты), из третьего блюда (сок, минеральная вода, компот, чай). Выберите на столе посуду, которая нам понадобится для приготовления первого блюда (кастрюля, в которой мы варим суп), второго блюда (сковорода, в которой мы жарим котлеты, картофель, рыбу), третьего блюда (кастрюля для варки компота или графин для воды или сока)».

Педагог вместе с детьми показывает и имитирует действие приготовления пищи на обед. Например, педагог сначала спрашивает детей, как они будут готовить обед, а затем объясняет поэтапно приготовление первого блюда:

— промыть в дуршлаге необходимые продукты для приготовления первого блюда (мясо, овощи);

— очистить овощи от кожуры и нарезать на разделочной доске;

— положить в кастрюлю необходимые продукты и залить водой;

— поставить на детскую плиту и зажечь конфорку;

— после того как суп будет готов, разлить половником по тарелкам.

На второе блюдо готовим рыбу с овощами. Педагог по аналогии проводит беседу и показ необходимых продуктов и посуды для приготовления второго блюда. На третье -- варим компот из фруктов (яблок, груш и лимона).

Педагог поэтапно объясняет детям каждое действие, а затем спрашивает, что они сделали, что делают и что будут делать. Когда обед для кукол готов, начинаем сервировать стол посудой. Раскладываем приготовленные блюда по тарелкам, желаем приятного аппетита и дети начинают кормить кукол, расхваливая при этом блюда. После того, как куклы пообедали, дети вытирают их салфетками и «благодарят» за вкусный обед.

«Вымой кукле руки»

**Цель:**создать у детей положительное отношение к мытью рук, объяснить его необходимость и значение.

Оборудование: кукла, умывальник, шкафчик с полотенцем, белое платье.

Ход игры: дети сидят перед игровым уголком, в котором стоит умывальник, шкафчик с полотенцем. Педагог приводит куклу Аню с грязными руками. Кукла Аня собирается в гости и «переодевается». Она «берет» платье «грязными руками» и на платье остаются пятна. Увидев это, кукла Аня начинает плакать. Педагог говорит: «Ой, кукла Аня взяла платье грязными руками! Дети, что же надо сделать? (Правильно, кукле необходимо помыть руки.) Не плачь, Аня, мы сейчас вымоем тебе руки».

Ребенок ведет куклу к умывальнику и моет кукле руки, затем вытирает их полотенцем, берет белое платье и надевает его на куклу. Кукла Аня говорит «спасибо» и уходит в гости. Педагог обсуждает с детьми то, что произошло. Кукла Аня «пришла» с прогулки и не вымыла руки. Педагог: «Дети, надо приходить с прогулки и обязательно мыть руки».

После формирования положительного отношения к навыку мытья рук в процессе дидактической игры педагог переходил к закреплению этого навыка в режимных моментах. При этом ребенок должен был овладеть рядом последовательных действий. В качестве примера рассмотрим последовательные действия, необходимые ребенку для мытья рук: засучить рукава; открыть кран; намочить руки; взять мыло в руки из мыльницы; подставить руки с мылом под струю воды и намочить мыло; намылить ладони, растерев мыло до получения пены; сделать «мыльные перчатки»; положить мыло в мыльницу; растереть мыло круговыми движениями по всей поверхно сти рук; продолжать делать «мыльные перчатки»; подставить руки под струю воды; круговыми движениями смыть мыло с ладоней и тыльной стороны кистей рук; стряхнуть воду с рук; закрыть кран; вытереть руки о полотенце насухо.

Воспроизведение всех этих этапов действия при мытье рук требует от умственно отсталого ребенка высокого уровня восприятия и развития моторики.

«Подберем куклам одежду»

Цель: учить называть предметы одежды, дифференцировать одежду для мальчиков и девочек, последовательно одевать куклу.

Для Кати: рубашка, брюки, свитер, кеды; платье, кофта, юбка, туфли.

Оборудование: две куклы -- кукла Митя и кукла Катя, наборы одежды для Мити.

Ход игры:

Педагог: «Посмотрите, дети, к нам в гости пришли куклы, но они не могут одеться, они перепутали свою одежду и не могут найти свои вещи. Давайте, поможем им разобраться, где, чьи вещи». Далее педагог предлагает детям выделить заранее подготовленную одежду для мальчика Мити и для девочки Кати. Педагог спрашивает: «Что носят девочки, а что мальчики?» После того, когда дети выберут одежду для кукол, один ребенок начинает одевать Митю, а другой -- Катю. Педагог в это время акцентирует внимание детей на последовательность одевания. Если ребенок самостоятельно не справляется, взрослый помогает ему совместными действиями. Игра проводится в последующих вариантах со сменой кукол и одежды и помогает закрепить выбор одежды для мальчиков и девочек. Педагог обязательно хвалит детей за то, что куклы одеты правильно и красиво.

«Оденем куклу на прогулку»

Программное содержание: Развивать представление детей об одежде, назначении вещей. Учить последовательно, одеваться. Воспитывать бережное отношение к одежде.

Материал: кукла, коробка с одеждой.

Ход игры: перед детьми сидит кукла Катя. На столе красивая коробка с вещами. Воспитатель говорит и показывает:

- В коробке Катина одежда.

Достает пальто и говорит:

- Это пальто.

Дети повторяют за воспитателем. Воспитатель называет цвет пальто (дети повторяют).

Воспитатель достает шапочку:

- На, Катя, шапочку. Ее надевают на голову.

Дети поочередно достают из коробки колготки, кофточку. Воспитатель начинает одевать Катю на прогулку.

Воспитатель:

- Сначала наденем кофточку.

Вместе с детьми воспитатель последовательно одевает колготки, кофту, шапку, пальто.

Куклу выносят в раздевалку. Она смотрит, как дети начинают одеваться на прогулку. Некоторым детям воспитатель (кукла) напоминают последовательность одевания, поощряют самостоятельные действия детей.

Кукла с детьми идет гулять.

«Причешем куклу»

Программное содержание: учить отображать часто производимые взрослыми действия (причесывание). Развивать культурно-гигиенические навыки. Воспитывать опрятность. Использовать потешку для расширения словаря.

Материал: кукла, петушок, расческа.

Ход игры: на столе у воспитателя сидит кукла в красивом платье, петушок и лежит расческа.

- Дети, к нам в гости пришла кукла Катя. Она сама не может причесаться. Давайте ей поможем. Чтобы причесать куклу нам нужен гребешок (расческа). Давайте попросим его у Петушка.

Воспитатель читает потешку:

Петушок, петушок,

Подари свой гребешок.

Ну пожалуйста, прошу - Я кудряшки причешу.

Петушок дарит детям расческу. Дети поочередно подходят и пытаются причесать куклу. Воспитатель помогает.

Педагог читает потешку еще раз и предлагает причесать кого-нибудь из детей.

Воспитатель показывает детям красивую причесанную куклу. Дети показывают Петушку как они причесались сами его гребешком и причесали куклу.

Воспитатель, кукла и дети благодарят Петушка и просят его остаться поиграть.

Приложение В - Художественная литература для формирования культурно-гигиенических навыков

1. Ю. Тувим. Делу.

Дорогие мои дети!

Я пишу вам письмецо:

Я прошу вас, мойте чаще

Ваши руки и лицо.

Всё равно какой водою:

Кипячёной, ключевой,

Из реки, иль из колодца,

Или просто дождевой!

Нужно мыться непременно

Утром, вечером и днём

- Перед каждою едою,

После сна и перед сном!

Тритесь губкой и мочалкой!

Потерпите - не беда!

И чернила и варенье

Смоют мыло и вода.

Дорогие мои дети!

Очень, очень вас прошу:

Мойтесь чище, мойтесь чаще

- Я грязнуль не выношу.

Не подам руки грязнулям,

Не поеду в гости к ним!

Сам я моюсь очень часто.

До свиданья! Ваш Тувим.

2. Александрова.

Что взяла, клади на место.

Это Оленьке известно:

Что взяла, клади на место!

Только девочка мала:

Забывает, где взяла.

На кроватку ставит кружку,

На паркет кладёт подушку.

Прячет ботики в буфет.

Всё на месте или нет?

Если мама промолчала,

Надо делать всё сначала:

На буфет нести подушку,

На паркет поставить кружку,

Сунуть ботики в кровать.

Кажется, не так опять?

Оля смотрит виновато:

Нет, стояло всё не там.

Помогите мне, ребята,

Всё расставить по местам.

3. В. Шульжик

Зеркало любит чистые лица.

Зеркало скажет:

- Надо умыться.

Зеркало охнет:

- Где же гребёнка?

Что же она не причешет ребёнка?

Зеркало даже темнеет от страха,

Если в него поглядится неряха!

4. Р. Куликова

**Каждый день я**

Мыло мою

Под горячею водою

И в ладонях поутру

Очень сильно его тру:

- Мойся, мыло, не ленись!

Не выскальзывай, не злись!

Ты зачем опять упало?

Буду мыть тебя сначала!

5. Г. Лагздынь

**Ладушки, ладушки,**

С мылом моем лапушки.

Чистые ладошки,

Вот вам хлеб и ложки!

Зайчики пушистые.

**Ушки мыли?**

Лапки мыли?

Хвостик мыли?

Все помыли

- И теперь мы чистые

Зайчики пушистые.

Чисто умываемся.

**Ой, лады-лады-лады,**

Не боимся мы воды,

Чисто умываемся,

Маме улыбаемся

Петушок

Петушок, петушок,

Подари свой гребешок.

Ну пожалуйста, прошу

- Я кудряшки причешу.

Зайка

Зайка серый умывается.

Зайка в гости собирается.

Вымыл носик, вымыл хвостик.

Вымыл уши, вытер суше.