**Формирование культурно-гигиенических навыков**

**у детей дошкольного возраста**

Формирование культурно-гигиенических навыков имеет значение не только для успешности социализации детей, но и для их здоровья. 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. Нельзя этот процесс пускать на потом, период раннего и дошкольного детства наиболее благоприятный для формирования культурно-гигиенических навыков. Затем на их основе строится развитие других функций и качеств.

Культурно-гигиенические навыки совпадают с такой линией психического развития, как развитие воли. Малыш ещё ничего не умеет делать, поэтому всякое действие даётся с большим трудом. И не всегда хочется доводить начатое 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.

Культурно-гигиенические навыки связаны не только с игрой. Они лежат в основе первого доступного ребёнку вида трудовой деятельности - труда по самообслуживанию. Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей - первооснова всей дальнейшей работы и основа для развития физически крепкого ребенка. К тому же культурно-гигиенические навыки - это элементы самообслуживания, что является первой ступенью и основой для трудового воспитания.

Так для ребёнка важным становится качество выполнения действия, он приучается доводить начатое дело до конца, удерживать цель деятельности, не отвлекаться. И теперь уже не взрослый напоминает ему о необходимости того или иного действия, а сам он по своей инициативе его сам совершает, контролирует его ход. При этом формируются такие волевые качества личности, как целеустремлённость, организованность, дисциплинированность, выдержка, настойчивость, самостоятельность. Выполнение культурно-гигиенических навыков создает условия для формирования основ эстетического вкуса.

Так, девочка начинает приглядываться к себе, сравнивать, насколько она изменилась, когда её причесали, завязали бантики. Важно, чтобы взрослый при совершении бытовых процессов ненавязчиво обращал внимание ребёнка на изменения в его внешнем виде.

Смотря в зеркало, малыш не только открывает себя, но и оценивает свой внешний вид, соотносит его с представлением об эталоне, устраняет неряшливость в своей одежде и внешности.

Таким образом, складывается критическое отношение к своему облику, формируется правильная самооценка. Ребёнок постепенно начинает следить за своим внешним видом.

Взаимосвязано с формированием культурно-гигиенических навыков складываются и развиваются *нравственные чувства.* Малыши испытывают удовольствие от того, что они сначала выполняют действия вместе с взрослым, а потом самостоятельно.

Затем удовольствие ребёнку доставляет правильность выполнения действия, что подтверждается соответствующей оценкой взрослого. Стремление заслужить одобрение, похвалу является стимулом, побуждающим малыша к выполнению действия.

К числу основных условий успешного формирования культурно-гигиенических навыков относятся рационально организованная обстановка, четкий режим дня, руководство взрослых и ежедневное повторение.

Условия должны быть постоянными, а методические приемы, которые использует педагог, необходимо менять. «Будем умываться», — говорит в начале года воспитатель и показывает все: и как завертывать рукава, и как намылить руки, и как вымыть их, а затем вытереть. Все дети действуют под наблюдением и контролем взрослого. И так изо дня в день. В этой каждодневной деятельности совершенствуются культурно-гигиенические навыки, формируются привычки: мыть руки перед едой и после загрязнения, следить за своим внешним видом. Но дети становятся старше. И воспитатель постепенно предоставляет им все больше самостоятельности. Он переходит от прямых указаний к напоминанию, от показа к совету. Только тогда, когда педагог учитывает постоянно возрастающий опыт детей, совершенствование их навыков, умение все более самостоятельно выполнять установленные правила, только тогда у них формируются устойчивые привычки, не разрушающиеся при переходе в новые условия. Если этого не учитывать, то у детей вырабатывается лишь умение подчиняться требованию взрослого.

Но правильная организация умывания — это не только условие формирования культурно-гигиенических навыков: ребёнок старшего возраста может вполне самостоятельно тщательно умыться, привести себя в порядок, однако важно воспитывать при этом положительные взаимоотношения между детьми. В умывальной комнате дети всегда находятся в окружении сверстников. И воспитатель учит их проявлять внимание к тем, кто рядом, быть вежливыми, предупредительными. Например, посторониться, чтобы дать пройти товарищу, поднять упавшее полотенце и повесить на место, не отвлекаться, помня, что другие дети тоже должны своевременно умыться и сесть за стол, пропустить вперед дежурного, чтобы тот вовремя начал выполнять свои обязанности.

Воспитывая нормы поведения за столом, педагог также учитывает, что, помимо привития детям культурно-гигиенических навыков, перед ним возникает целый **ряд задач:**

формирование положительного отношения к сверстникам, культуры поведения в коллективе, скромности, вежливости, сдержанности. Для этого он использует разные ситуации.

В воспитании навыков следует опираться и на хороший пример самих детей. Воспитатель обращает внимание малышей, на тех их сверстников, кто умеет хорошо мыть руки, аккуратно обращаться с вещами, самостоятельно одеваться, так как дети не всегда могут сами заметить это.

В воспитании культурно-гигиенических навыков огромную роль играет педагогическая оценка, т. е. положительное иди отрицательное суждение педагога об отдельных поступках и поведении ребенка. Более широко воспитатель пользуется в своей работе положительной оценкой: одобрением, поощрением, похвалой. Одобрение поддерживает в детях желание в дальнейшем поступать так же, сделать еще лучше.

***Положительная оценка дается и в том случае, когда нужно показать успехи в овладении новыми навыками.***

 Для привития культурно-гигиенических навыков применяются показ, пример, объяснение, пояснение, поощрение, беседы, упражнения в действиях. Широко используются игровые приемы.

Сформированные навыки объединяются, образуя схему действий в ситуациях одевания, умывания, укладывания спать и т.д. То есть происходит укрупнение единиц действия, когда малыш работает уже не с одним элементом, а с их группой. Постепенно трудовые действия объединяются в сложные формы поведения. При этом он переносит отношение к себе на отношение к предметам, начинает следить за чистотой не только своего внешнего вида, но и своих вещей, за порядком.

Таким образом, можно утверждать, что сформированные культурно-гигиенические навыки обеспечивают переход к более сложным видам деятельности, стимулируют их развитие, обогащают содержание этой деятельности.

**Критерии опрятной еды включают умение:**

1. Правильное пользование столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой;

2. Не крошить хлеб;

3. Пережевывать пищу с закрытым ртом;

4. Не разговаривать с полным ртом;

5. Тихо выходить по окончании еды из-за стола;

6. Благодарить;

7. Пользоваться только своим прибором.

**Мытья рук и личной гигиены включают умение:**

1. Мыть лицо, уши, руки

2. Закатать рукава;

3. Смочить руки;

4. Взять мыло, намыливать до появления пены;

5. Смыть мыло;

6. Сухо вытереть руки, аккуратно сложить полотенце и повесить в свою ячейку;

7. Пользоваться расческой.

**Снимания и надевания одежды в определенном порядке включают умение:**

1. Расстегнуть пуговицы;

2. Снять платье (брюки);

3. Аккуратно повесить;

4. Снять рубашку и аккуратно её повесить на брюки;

5. Снять обувь;

6. Снять колготки, повесить на рубашку (платье);

7. Надеть в обратной последовательности.

**Умение пользоваться носовым платком:**

1. Знать назначение носового платка. Не использовать его как предмет игры.

2. Спокойно относиться к процедуре использования платка по назначению.

3. Находить носовой платок в кармане платья, кофты, рубашки, пальто и т. п.

4. Самостоятельно доставать платок из кармана и использовать (в случае необходимости обращаться за помощью).

5. Постепенно формировать умение разворачивать и сворачивать платок, аккуратно убирать его в карман.

6. Обращать внимание на чистоту носового платка.

 **Знать свою расческу и место, где она лежит:**

1. Показать функциональное назначение расчески и формировать навык ее использования.

2. Учить спокойно относиться к процедуре причесывания, повторять ее по мере надобности (после сна, после прогулки, после пользования головным убором и т. п.).

3. Позволять ребенку проявлять самостоятельность исходя из его желания ("Я сам!").

4. Переносить навык использования расчески в игровую ситуацию (с куклой), повторяя знакомое действие в сюжетно-отобразительной игре.

5. Исключить возможность пользования чужой расческой.

Для привития культурно-гигиенических навыков педагоги применяют показ, пример, объяснение. Очень редко используют игровые приемы, а ведь содержание культурно-гигиенических навыков у детей этого возраста осваивается, прежде всего, в дидактических играх и игровых ситуациях.

**Для успешного формирования культурно-гигиенических навыков необходимы следующие условия:**

* организация привлекательной и удобной для выполнения действий и заданий обстановки в учреждении образования и дома (мебель, оборудование, соответствующие росту детей, закрепленные места хранения вещей, доступные для пользования и т.д.);
* разделение осваиваемых действий, следующих в строго установленном порядке, на ряд операций, что способствует более быстрому созданию прочных динамических стереотипов;
* многократные упражнения детей в действиях с выделением способа и порядка их выполнения (особенно на начальном этапе обучения). При этом характер действий должен быть неизменным, формы - разные;
* индивидуальная работа с каждым ребенком, учет уровня его развития и темпов овладения культурно-гигиеническими навыками;
* организация ситуаций, обеспечивающих контроль над выполнением осваиваемых детьми в непривычной обстановке действий;
* безукоризненное выполнение взрослыми всех гигиенических и культурных требований.