

**Формирование у младших дошкольников
навыков самообслуживания,
как способа развития самостоятельности
и уверенности в себе.**

Воспитатель: ГБДОУ детский сад №4

Приморского района, СПб.

Черняева Надежда Викторовна

Формирование у младших дошкольников навыков самообслуживания, как способа развития самостоятельности и уверенности в себе.

ВВЕДЕНИЕ

Самостоятельность - ценное качество, необходимое человеку в жизни. **Самостоятельность** воспитывается с раннего возраста.

Дети по своей природе активны. Задача взрослых – развивать эту активность, направлять её в нужное русло, а не глушить назойливой опекой. Кому из вас не знакомо стремление ребёнка к **самостоятельности**. "Я сам", - говорит он каждый раз, когда взрослые начинают натягивать на него рубашку, колготы, кормить его.

Взрослые торопятся прийти на помощь ребёнку, спешат сделать за него сами. Им кажется, что ребёнок не может выполнить это **самостоятельно**: порвёт, упадёт, уколется, а взрослый сделает это быстрее и лучше.

Но оказывают ли взрослые действительную помощь детям, приносят ли им пользу? Разумеется, такие действия взрослых членов семьи причиняют большой вред. Ребёнка лишают возможности действовать **самостоятельно**, подрывают у него веру в свои силы, приучают надеяться на других. Да и себе взрослые не облегчают работы, если подсчитать, сколько времени они тратят на обслуживание ребёнка. Полезнее было бы матери или отцу потратить время на то, чтобы научить ребёнка необходимым **навыкам**, делая это настойчиво, терпеливо. На просьбу ребёнка "я сам" *не следует отвечать*: "Мне некогда", а лучше дать ему возможность испробовать свои силы. И родители скоро убедятся, что ребёнок стал более ловким, умелым, меньше обливается при умывании, может сам раздеться и т. п.

Конечно, малыш не сразу и с большим трудом приобретает необходимые **навыки**, ему потребуется помощь взрослых. Прежде всего, *в семье следует создать необходимые условия*: приспособить к росту ребёнка вешалку для одежды, выделить индивидуальную полку для хранения предметов туалета (носовых платков, носков и т. д., постоянное и удобное место для полотенца).

Без создания этих условий ребёнку трудно быть **самостоятельным**. Например, вы требуете, чтобы он был **самостоятельным при умывании**, но кран или умывальник расположены высоко от пола и ему трудно дотянуться до них. Однако он стремится сделать это **самостоятельно - встаёт на носки**, изо всех сил тянет руки, а вода льётся в рукава рубашки, на пол. В результате - бесполезно затраченные силы ребёнка и недовольство взрослых. Поэтому в квартире всё должно быть приспособлено для удобства детей.

Но создания условий недостаточно для **формирования навыков самообслуживания и воспитания самостоятельности у детей**.

Необходимо также правильно руководить действиями детей. Прежде чем требовать от ребёнка **самостоятельности в самообслуживании**, его учат действиям, необходимым в процессе одевания, умывания, еды.

Обучая детей тем или иным действиям (надеть и снять кофту, завязать шарф, намыливать руки, правильно держать ложку и т. д., наглядно демонстрируют способ их выполнения. Показ желателен производить в несколько замедленном темпе. Если ребёнок не может сразу следовать образцу, нужно оказать ему помощь.

Обучая детей, учитывайте их опыт. Нельзя, например, начинать учить ребёнка пользоваться вилкой, если он ещё не научился правильно есть ложкой. Так, действия, связанные с раздеванием, быстрее осваиваются детьми, чем действия с одеванием; ребёнку легче сначала научиться мыть руки, а потом и лицо.

Постепенное усложнение требований, перевод ребёнка на новую степень **самостоятельности** поддерживают его интерес к **самообслуживанию**, позволяют совершенствовать **навыки**.

В труде по **самообслуживанию** ребёнка важно учить доводить начатое дело до конца, выполнять работу качественно. Например, учат не только снимать одежду в определённой последовательности, но и выворачивать каждую вещь на лицевую сторону, аккуратно складывать, вешать её.

В закреплении **навыков самообслуживания** большое место принадлежит игре. В играх с куклой можно, например, закрепить знания детей о последовательности в одевании, раздевании, умывании. С помощью игровых персонажей (*куклы, мишки*) можно понаблюдать за тем, как ребёнок ест, умывается, одевается.

Воспитывая **самостоятельность**, больше опирайтесь на поощрения и похвалу. Как отмечают психологи, чувство стыда ребёнок переживает менее остро, чем чувство гордости. Положительная оценка укрепляет у детей интерес, стремление улучшить свой результат, даёт им возможность увидеть, чему они научились, чему ещё нужно научиться. За что ребёнка можно похвалить в труде по **самообслуживанию**? Похвалы заслуживает старание, усидчивость, находчивость ребёнка, стремление оказать внимание, помощь родителям, овладеть новыми действиями.

Оценивая то или иное действие ребёнка, недостаточно ему сказать: "Молодец" или "Неправильно", следует конкретно указать, что сделано ребёнком хорошо, а что ему не совсем удалось. Ваши оценки важны для ребёнка, поэтому вы должны быть тактичными и придерживаться меры, чтобы не породить **самоуверенность**. Похвала должна быть заслуженной. Объективная оценка помогает укреплять у детей желание делать всё самим, умение преодолевать трудности, добиваться результата.

В младшем дошкольном возрасте дети обладают большой подражательностью. Всё виденное ими, и хорошее и плохое, отражается в их поведении. Поэтому, желая воспитать у детей **самостоятельность**,

аккуратность, отец и мать должны быть примером для подражания. Если они сами не будут класть вещи на место, аккуратно с ними обращаться, а станут лишь требовать этого от детей, то им не удастся воспитать у своего ребёнка привычки к аккуратности. Старшие дети также должны быть примером для **младших братьев и сестёр**.

При воспитании у детей **самостоятельности в самообслуживании** учитываются их возрастные особенности.

Труд должен приносить ребёнку радость. Поэтому не надо упрекать его в медлительности и небрежности. Это может вызвать отрицательное эмоциональное состояние, повлечь за собой нежелание принять участие в труде в следующий раз. Опыт придёт постепенно. Сначала нужно вызвать интерес.

Важно, чтобы с раннего детства ребёнок усвоил, что работать трудно, но необходимо. Учебный труд, который станет впоследствии для ребёнка основным видом труда, потребует от него больших усилий, упорства, настойчивости, т. е. тех умений, которыми он овладеет в **дошкольном возрасте**.

1. Содержание труда по самообслуживанию

К детям младшего возраста чаще применяют положительную оценку, которая порождает у них интерес, стремление улучшить свой результат, дает им возможность увидеть, чему они научились, чему еще нужно научиться.

В младших группах содержание труда по самообслуживанию включает приемы одевания, умывания, прием пищи, уборки игрушек и материалов с помощью взрослого (воспитателя), то в содержание труда по самообслуживанию в среднем дошкольном возрасте дети достаточно самостоятельны в самообслуживании, и этот вид труда становится их постоянной обязанностью. Усложнение воспитательных задач в этом возрасте выражается в повышении требований к качеству действий, к организованному поведению в процессе ухода за собой, к времени, затрачиваемому на это.

Воспитатель в младшем дошкольном возрасте формирует у детей приемы взаимопомощи, учит их, как обратиться за помощью к товарищу, как ее оказывать, поблагодарить за услугу.

Как бережно относиться к вещам: аккуратно и в определённой последовательности складывать одежду, ставить на место обувь (формировать умение раздеваться с небольшой помощью взрослого), выполнять отдельные действия: надевать-снимать одежду и обувь в определенном порядке.

Закреплять навыки поведения, соответствующего нормам и правилам: садиться за стол с чистыми руками (мыть руки перед едой и по мере

загрязнения), умение пользоваться мылом (аккуратно мыть руки, лицо, уши); пользоваться полотенцем (снимая с крючка полотенце, насухо вытираться после умывания и вешая его на место) с частичной помощью взрослого, пользоваться расческой и носовым платком. Воспитатель формирует умение есть ложкой разнообразную пищу, пользоваться салфеткой (с помощью взрослого), после еды благодарить взрослого (как может) и задвигать стул; как правильно вести себя за столом; спокойно разговаривать в группе, не шуметь в спальне, с помощью взрослого приводить одежду в порядок. Воспитательное значение этого вида трудовой деятельности заключено прежде всего в ее жизненной необходимости. В силу ежедневной повторяемости действий навыки самообслуживания прочно усваиваются детьми; самообслуживание начинает осознаваться как обязанность. Самообслуживание большее воспитательное значение имеет в младших группах - оно приучает детей к самостоятельности, к преодолению трудностей, вооружает навыками, а на ступени среднего дошкольного возраста этот труд не требует усилий, для детей становится привычным. В среднем возрасте усложнение воспитательных задач выражается в повышении требований к качеству действий, к организованному поведению в процессе ухода за собой, к времени, затрачиваемому на это. Эти задачи остаются на данной возрастной ступени по-прежнему главными. Иногда у детей к 5 годам можно наблюдать снижение интереса к труду по самообслуживанию. Это вызывается простотой и однообразием действий, частой повторяемостью деятельности (одевание, уборка игрушек, еда и пр.), а также недостаточно сформированными у ребенка на предыдущей ступени навыков самостоятельности, опрятности и чистоты. Поэтому необходимо больше уделять внимания упражнению детей в самообслуживании; заинтересовывать их разнообразием этого труда, создавать определенную эмоциональную атмосферу. Таким образом, условием закрепления навыков самообслуживания, превращения их в привычки, а вместе с тем условием формирования самостоятельности в бытовой деятельности является поддержание интереса к ней. Этому содействуют те эмоциональные переживания, которые испытывает ребенок при раздевании, одевании. Вот почему и на данной возрастной ступени так необходимы поощрения и объективная оценка его деятельности. Дети средней группы подражают старшим в выполнении труда по самообслуживанию, но делают они это уже более осознанно. Воспитатель становится для ребят авторитетом. Они в точности повторяют его действия, подражают даже в мелочах. Важно, чтобы дети чувствовали в тоне взрослых обязательность выполнения их требований.

В этом возрасте от ребят уже можно потребовать значительно больше, чем от маленьких. Большое внимание уделяется исполнительности, умение доводить начатое дело до конца и выполнять его качественно, у ребенка появляется стремление научить товарища тому, что умеет сам. В этом

возрасте они должны почувствовать, что всякий труд связан с преодолением трудностей. Следует учить детей трудиться рядом друг с другом.

Малыши до трёх лет испытывают удовольствие от того, что они выполняют действия сначала вместе со взрослым, а потом самостоятельно. В четыре года удовольствие ребёнку доставляет правильность выполнения действия, что подтверждается соответствующей оценкой взрослого.

Воспитателю надо помнить, что освоение правил поведения сопровождаются появлением жалоб-заявлений, адресованных взрослому. Малыш замечает нарушение правил другими детьми и сообщает об этом. Причина подобных высказываний ребёнка в стремлении убедиться, что он правильно понимает правила поведения, получить поддержку со стороны взрослого. Поэтому к таким жалобам следует относиться с большим вниманием.

2. Методика воспитания навыков у детей младшего дошкольного возраста

В воспитании культурно-гигиенических навыков, так же как в любом другом виде педагогической деятельности, важно единство требований сотрудников детского учреждения и родителей. Поэтому, нужно выработать общие критерии в оценке отдельных действий, установить общий порядок выполнения этих действий.

Главными целями педагога в процессе формирования игровых умений и навыков является способствование возникновению игр на темы из окружающей жизни, по мотивам литературных произведений (потешек, песенок, сказок, стихов), показывать детям способы ролевого поведения, используя обучающие игры, где происходит закрепление навыков. Большое значение для игры детей имеют игрушки-персонажи - подобию животных, дидактические игры. Игрушки-персонажи занимают очень важное место, особенно куклы. В этом возрасте кукла служит объектом воздействия ребёнка (а не замещает активного партнёра по играм). Она осуществляет те игровые действия, которые в реальности взрослый осуществляет по отношению к нему самому (кормит куклу, поит, купает, укладывает спать и т.п.); именно поэтому существенным требованием к кукле является возможность придавать ей соответствующие функциональные позы: кукла должна «уметь» менять положение - стоять, сидеть, лежать, её можно взять за ручку и вести рядом с собой.

Самообслуживание включает в себя следующее:

- 1 Раздевание и одевание;
- 2 Гигиена тела;
- 3 Освоение навыков приёма пищи;
- 4 Опрятности.

ПЛАНИРОВАНИЕ

1 Учимся одеваться-раздеваться(приложение 1)

Программное содержание: воспитывать потребность в аккуратности и порядке, бережное отношение к одежде, правильно называть предметы одежды. Формировать навык последовательных действий одевания и раздевания, умение складывать и выворачивать, умение определять лицо и изнанку вещи, вешать вещи в свой шкаф.

Эти требования умещаются в программе в нескольких строках, но какую нужно вложить кропотливую работу, чтобы их реализовать! Необходимо продумать все мелочи, знать каждого ребенка и его родителей.

В успешном формировании навыков самообслуживания большое значение имеют условия. И здесь важно все: удобная одежда и обувь детей, оборудование.

Ведутся беседы с родителями о том, чтобы они сделали петли на одежде удобными для застегивания и расстегивания, чтобы все застежки были по возможности спереди, а не сзади, рукава на платьях и кофтах легко закатывались. Постоянно следили, чтобы шнурки на обуви были с твердыми наконечниками.

Для формирования умения самостоятельно одеваться и раздеваться у каждого ребенка имеется шкафчик с полочками и крючками для одежды и обуви, удобные по высоте сиденья-банкетки или стулья, наличие необходимой одежды (как правило, по сезону), подсказка ширма-схема одевания, чтобы дети повторяли её с родителями и воспитателями каждый день (карточки с изображением одежды на ширме меняются в зависимости от времени года), иллюстрированный план одевания.

Для того что бы научить и показать ребенку как надо раздеваться-одеваться и в какой последовательности, воспитатель показывает коллективные игры-занятия, игры-упражнения, игры-инсценировки, читает рассказы и стихи.

Игры: дидактическая игра, которую можно использовать как во время непосредственно образовательной деятельности, так и в режимные моменты, дидактическое упражнение «Найди свой шкафчик», дидактическая игра «Подберем куклам одежду», образовательная ситуация «Каждая ножка - в свой домик» - учит детей одевать колготки, носки, штанишки.

Ход игры: Воспитатель показывает детям картинку с той одеждой, которую надо надевать, называет её и сопровождает показ чтением стихотворения. Далее ставит её в кармашек. Так карточки выставляются в той последовательности, в какой надо одеться.

Игра: « Я умею одеваться »

Цель игры: научить детей последовательно одеваться и снимать вещи, аккуратно их складывать в шкафчик, пользоваться такими словами, как «снять», «надеть-одеть», «повесить», «поставить», «убрать на место».

Воспитывать: терпение, аккуратность, последовательность, порядок.

Оборудование: кукла, одежда для нее, шкафчик.

Ход игры: воспитатель объясняет детям, что кукла Нина сегодня пойдет гулять и для этого ей надо одеться. Что для этого нужно? (Дети начинают перечислять одежду, которую сами надевают на прогулку). Затем воспитатель показывает какие наряды находятся в шкафчике у куклы Нины.

Ребята выбирают из шкафчика те вещи, которые необходимы в данное время года и начинают одевать куклу (воспитатель помогает словесно и действиями, т. к. могут возникнуть трудности с одеванием куклы). После небольшой прогулки по комнате ребята решают, что куклу Нину пора раздевать. При этом необходимо говорить детям, что вещи нужно складывать аккуратно и на свое место.

Игра: «Что зачем»

Воспитатель предлагает детям одеться на прогулку вместе с куклой Катей с опорой на картинки, с проговариванием названия предметов одежды и показом движений, как одеваемся.

Чтение художественной литературы: «Маша - растеряша» Л. Воронковой, «Я сама» И. Муравейка, Н. Павлова « Чьи башмачки», Е. Алябьева «Непослушные ботинки».

Каждый раз идя на прогулку воспитатель спрашивая напоминает детям:

«Когда пойдём на прогулку, что мы будем одевать сначала? какую одежду? (колготки, носки). А что потом оденем? (водолазку, кофточку). А ещё что из одежды мы оденем? (штанишки, курточку, шапку, рукавички, сапоги обуем - это обувь) вот и пойдём все вместе на прогулку.»

Для того чтобы детям легко было узнать пуговицы, кнопки, молнии, шнурки и т. д. В группе есть различные игры: «игры-шнуровки» , которые помогут детям развить мелкую моторику и обучат справляться с обувью на шнуровке; различные игрушки, где можно расстегивать и застегивать пуговицы, кнопки и молнии.

В среднем возрасте воспитатель продолжает закреплять этот навык с играми, потешками и т. д., кроме того старается воспитывать у каждого ребенка привычку вести себя в данной деятельности таким образом, чтобы естественно укладываться в отведенное для нее время. Тем самым создается основа ориентироваться во времени (т. е. ребенок, начинает понимать когда обед, когда сон час, когда ужин и вечер). В этом возрасте ребенок сам следит

за собой и своими товарищами (правильно ли оделся, все ли застегнул, правильно ли надел обувь), воспитатель продолжает формировать у детей навыки одевания и культуры поведения при одевании, решает широкий круг образовательных задач: название одежды и ее назначение, название деталей одежды и активизация словаря на тему «Одежда».

Воспитатель обращает внимание детей на последовательность одевания, а перед выходом на прогулку на внешний вид детей. Если в процессе одевания у кого-либо проявляются очевидные ошибки, воспитатель устраняет их вместе с другими детьми группы, вызывая при этом у детей желание помочь друг другу. В среднем возрасте встречается то, что ребенок не вывернув вещи, запихал в свой шкафчик всю одежду; это говорит о том, что воспитателю необходимо продолжать закреплять это умение и учить доводить дело до конца.

2 Будем умываться (приложение 2)

Программное содержание: воспитывать потребность мыть руки перед едой и по мере их загрязнения, после посещения туалета, игр с песком; учить умываться после сна и вечером перед сном, соблюдать последовательность действий процесса умывания, насухо вытираться полотенцем; полоскать рот после еды, пользоваться расческой и носовым платком; формировать навык аккуратности в умывальной комнате, одновременно воспитывая интерес к действиям, желание все делать самостоятельно, аккуратно.

Культурно-гигиенические навыки в значительной степени формируются в дошкольном возрасте, так как нервная система ребенка в высшей степени пластична, а действия, связанные с принятием пищи, одеванием, умыванием, повторяются каждый день, систематически и неоднократно. В детском саду у детей воспитываются: навыки по соблюдению чистоты тела. Формирование привычек и навыков осуществляется под непосредственным педагогическим воздействием взрослых и всей окружающей обстановки.

Гигиеническое воспитание - это часть общего воспитания, а гигиенические навыки - это неотъемлемая часть культурного поведения.

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. Особое внимание следует уделять формированию нового навыка, привычки, связанных с изменением обстановки, вида деятельности, с появлением новых

обязанностей (переход с деятельности одевание-раздевание на культурно-гигиеническую деятельность).

Наиболее успешно гигиенические навыки формируются у детей раннего и младшего дошкольного возраста. В дальнейшем приобретенные навыки необходимо закреплять и расширять. Важным фактором воспитания является коллектив сверстников, где дети наблюдают положительные примеры, могут производить сравнения, получить помощь при затруднениях.

Если же это время упустить, неправильные действия автоматизируются, ребенок привыкает к неряшливости, небрежности.

Детям младшего дошкольного возраста к культурно-гигиеническим навыкам нужно направлять, показывать, рассказывать, где взрослые (воспитатель с участием помощника воспитателя) применяют частичную помощь к детям; дети среднего дошкольного возраста более осознанно должны относиться к выполнению правил личной гигиены; самостоятельно мыть руки с мылом, намыливая их до образования пены и насухо их вытирать, пользоваться индивидуальным полотенцем, расческой, стаканом для полоскания рта, пользоваться носовым платком; следить, чтобы все вещи содержались в чистоте.

Во время умывания воспитатели используют потешки, которыми взрослый может сопровождать процесс. Так ребенок лучше запомнит правильную последовательность своих действий

Приговаривая слова этого шуточного стихотворения, воспитатель направляет действия ребенка и помогает достичь наилучшего результата.

Правила последовательность гигиенических правил:

1 Приподнять рукава одежды, чтобы не замочить их.

2 Взять мыло и тщательно намылить кисти рук.

3 Удалить мыло под струей воды.

4 Закрывать глаза и аккуратно обмыть лицо. Зажать одну ноздрю и высморкаться, потом то же проделать с другой ноздрей.

5 Ополоснуть руки.

6 Снять полотенце с вешалки, аккуратно промокнуть лицо (не растирать!), затем руки.

7 Посмотреть в зеркало (убедиться чистоте) и улыбнуться себе.

Для того чтобы ребенок усвоил эти правила воспитатель на своем личном примере или пригласив ребенка из подготовительной группы показывают, как надо проводить гигиенические навыки.

Показать и рассказать детям как засучить рукава, как пользоваться краном, как из куска мыла надо сделать белые перчаточки, как смыть мыло (чтобы не осталось на руках, потому что может попасть в глаза и щипать), как надо отжимать ручки (чтобы стекла водичка), как вытирать полотенцем лицо и руки (при этом сняв полотенце с крючка и после повесить обратно), как надо пользоваться стаканчиком для полоскания после еды.

Также воспитатель учит детей как правильно надо пользоваться носовым платком:

В кармашке рубашки, платья, пальто всегда должен находиться свежий носовой платок

Если появилась необходимость воспользоваться им, нужно вспомнить о нем, а не пытаться задействовать вместо этого рукав или ладонь

Используя платок, не надо разворачивать его полностью или сминать перед тем, как убрать на место. Этот навык формируется постепенно, но на него необходимо обращать внимание

Воспитатель может показывать сюжетную-ролевые игры на примере куклы:

«Кто у нас испачкался?», «Умой куклу», «Покажи кукле, как правильно пользоваться зубной щеткой» и т. д.

Пальчиковая гимнастика: «Что же детям пригодится, чтобы начисто умыться».

Дидактическая игра: «Перемешанные картинки»

Задачи игры: закрепить и проверить культурно-гигиенические навыки.

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

Чтение художественной литературы: «Мойдодыр» С. Я. Маршак, К. Авдеенко «Квакушины уши».

Чтобы детям удобно было проводить культурно-гигиенические навыки, для этого в детских садах есть отведенное место- умывальная комната, в которой есть 2-3 раковины с кранами, мыльницы, мыло, шкафчики(с картинками каждого ребенка) с крючками для полотенец, полотенца

(пронумерованные), стаканчики (пронумерованные) для полоскания, расческа (подписанная), плакат «Правила умывания».

В среднем дошкольном возрасте детей продолжают обучать к культурно-гигиеническим навыкам. Где ребенок осознанно умывается, тщательно и правильно моет руки перед едой по мере загрязнения, после туалета, умеет пользоваться расческой, носовым платком, чистит зубы на ночь, при кашле закрывает рот платком, отворачивается.

3 Учимся кушать(приложение 3)

Программное содержание: воспитывать умение самостоятельно и опрятно есть; спокойно сидеть за столом, соблюдая правильную позу, правильно держать ложку в правой руке между указательным и средним пальцами, придерживая сверху большим; набирать в ложку немного еды, есть с широкого края, безшумно, не разговаривая за столом; пользоваться салфеткой; благодарить взрослого.

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. С самого младшего возраста детей приучают правильно сидеть за столом во время еды, аккуратно есть, тщательно, бесшумно пережевывать пищу, уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой. 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.

Питание в дошкольном учреждении строится в соответствии с основными требованиями к рациональному питанию. Рациональное питание - одно из условий сохранения жизни и здоровья ребёнка.

Необходимо, чтобы и дети и взрослые, обслуживающие их во время пищи соблюдали правила личной гигиены, а также педагогические требования к доставке и раздаче пищи, сервировки стола, уборке посуды, организации дежурства детей по столовой.

С дошкольного возраста дети должны усвоить определенные правила:

- Нельзя класть локти на стол во время еды;
- Есть надо с закрытым ртом, не спеша, тщательно пережевывая пищу;
- Бережно относиться к хлебу и другим продуктам;
- Правильно пользоваться столовыми приборами;
- После еды пользоваться салфеткой.

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

В младшем возрасте не все дети могут самостоятельно кушать, для этого воспитатель частично приходит на помощь ребенку (помогая ему набирать пищу в ложку, наклонять тарелку, пить из кружки).

Воспитатель приучает детей садиться за стол спокойно, не крошить хлеб, пережевывать пищу, пользоваться салфеткой и благодарить взрослого. В конце года младшего дошкольного возраста вводят дежурство по столовой, где дети частично помогают накрывать на стол.

В среднем дошкольном возрасте дети более самостоятельны, где они изучили все правила культурно-гигиенических навыков, где их не надо кормить, напоминать говорить благодарное слово взрослому. Но и воспитателю нельзя успокаиваться, надо продолжать работать с детьми приучать их к новым навыкам, таким как введение вилки и ножа, полоскание рта после еды и дежурство по столовой (уметь аккуратно расставлять хлебницы, чашки с блюдами, глубокие тарелки, тарелки под второе, ставить салфетницы, раскладывать столовые приборы (вилки, ложки, ножи)). В среднем возрасте дети должны помогать взрослым и приучаться к систематическому труду, имеющему общественную значимость. Обязанности дежурных в этом возрасте не велики, но сознавать причастность и необходимость выполнять порученное дело воспитывают в детях ответственное отношение к труду и самостоятельности.

Для проведения приема пищи у каждого ребенка должно быть свое определенное место, где он знает его и знает свой стульчик.

При приеме пищи:

Небольшого размера столовый прибор: тарелки, кружка, вилка, ложка и т. д.;
На доступном для ребенка расстоянии хлебница с хлебом, нарезанным мелкими ломтиками, салфетница.

Чтобы научить и показать культурно-гигиенические навыки воспитатель проводит беседы, дидактические игры, ролевые игры, знакомит детей с посудой и их названиями, показывает личные примеры, читает художественную литературу. Подборка занятий по этикету для детей дошкольников - правила поведения за столом, картинки, стихи, песни, рассказы и многое другое. ... Для детей дошкольного возраста чрезвычайно важны песни и стихи в процессе обучения.

Все это легче объяснить ребенку, используя художественно-эстетические приемы и методы во время специально организованных видов деятельности, в совместной с детьми деятельностью.

Игра: «Мы едим»

Подготовка к игре: воспитателю, так же как и детям сервируют стол.

Ход игры: упражнение проводится в процессе обеда. Перед тем как сесть детям за стол, воспитатель сам садится за свой стол и начинает проводить беседу: - «Посмотрите пожалуйста, как я сижу: глубоко на стуле. А для чего? Для того, чтобы моя спина была ровной и ее держала спинка стула.левой рукой я буду брать хлеб и ею придерживать тарелку, правой рукой я буду держать ложку. Ноги у меня под столом стоят ровно. А теперь и вы садитесь также.»

Воспитатель проверяет и напоминает правила, после чего продолжает беседу: - «Для чего нам нужна ложка? У ложки есть широкие края, эти края не дают супчику или кашке выливаться из ложки. Теперь старайтесь не торопиться и хорошо прожевывать пищу. Если будем торопиться и разговаривать во время еды, мы можем подавиться. Можно приступать к еде, приятного аппетита!»

В следующих упражнениях осуществляется показ других действий: как надо наклонять тарелку от себя, доедая первое; как есть чайной ложкой фрукты из компота, как осторожно сплевывать косточки в ложку и класть их на блюдце, как пользоваться салфеткой после еды, и т. д.

Игры: «Кафе», «Идем в гости», показ театральных миниатюр «Как Мишка в гости ходил», «У Катюши День Рождения», «Ура, мы идем в гости».

Игра: «Сервировка стола»

Цель: Формирование знаний о сервировке стола.

Задачи: Учить подготовке стола к приему пищи с учетом санитарно-гигиенических, эстетических, практических требований. Коррекция и развитие навыков диалоговой речи путём обобщения знаний по культуре поведения за столом. Воспитывать общую культуру. Развивать интерес к культуре приема пищи.

Наглядные пособия: Картины, предметы сервировки стола.

Методы обучения: Рассказ, беседа, практическая работа.

Ход занятия: Воспитатель читает стихотворение. Дети смотрят на предметы которые находятся на столе и пытаются понять о чем сегодня пойдет речь.

Воспитатель в своей беседе касается о вопросе поведения, т. е. этикета за столом, о правильной сервировки стола, правила поведения во время еды, уважении к соседям по столу.

В беседе воспитатель изучает с детьми названия посуды, показывает как надо кушать из посуды, пользуясь столовыми приборами и салфетками.

Чтение художественной литературы: «Кто скорей допьет», «Маша обедает» С. Капутикян и многие другие...

4 Приучение к опрятности(приложение 4)

Любовь к опрятности и порядку может быть воспитана у детей с малых лет. Даже при самых скромных бытовых условиях ребенку можно привить многие культурно-гигиенические навыки, если только взрослые относятся со вниманием и заботой к соблюдению чистоты и порядка и приучают к этому своих детей.

В младшем и среднем дошкольном возрасте надо приучить ребенка к опрятности: спокойно относиться к умыванию, причесыванию, стрижке ногтей и купанию; быть аккуратным во время еды; вытирать нос платком; пользоваться туалетом; бережно обращаться со своей одеждой; не брать в рот игрушки и другие предметы; убирать на место свои игрушки, как только заканчивается игра.

Воспитатель делая ребенку замечания в одежде, при раздевании-одевании, при приеме пищи, умывании и т. д., он тем самым воспитывает аккуратность и опрятность в ребенке.

Все навыки самообслуживания - это и есть начало аккуратности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изучив проблему необходимости обучения детей самообслуживанию, начиная с раннего возраста.

Можно сделать следующие выводы: самообслуживание - как форма организации детского труда, имеет важное значение, в воспитании положительного отношения к труду у детей дошкольного возраста.

Поскольку навыки самообслуживания у детей еще в раннем возрасте сформированы недостаточно, воспитатель показывает, как может быть достигнута согласованность действий, договоренность.

На основе этого мы можем сделать следующие выводы:

- * с детьми нужно вести постоянную работу;
- * целесообразно общаться и узнавать мнение ребенка, помогать ему, обучать с помощью показа.

Изучая опыт работы по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста, мне стало известно, что в этом помогают разные игровые приёмы и методы. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, и т. д. продиктована не только требованиями

гигиены, но и нормами человеческих отношений. А человеческие отношения маленький ребёнок воплощает, прежде всего, в игре. Педагоги и родители должны постоянно помнить, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течении всей его последующей жизни. Формируя у детей дошкольного возраста культурно - гигиенические навыки, мы параллельно влияем на многие психические процессы в развитии ребёнка, при этом педагог должен набраться большого терпения и понимания.

Одним из ведущих приёмов во всех возрастных группах является повторение действий, упражнение, без этого навык не может быть сформирован.

Список литературы

1. Буре Р. С., Островская Л. Ф.
2. Воспитатель и дети. -М., 1985.
3. Буре Р. С., Островская Л. Ф.
4. Учите детей трудиться. -М., 1983.
5. Воспитание дошкольника в труде. Под ред. В. Г. Нечаевой. - М., 1983.
6. Детский сад и семья. Под ред. Т. А. Марковой. -М., 1986.
7. «Психология и метод ускоренного обучения» Б.Ц. Бадмаев 1998г.
8. «Управление процессом усвоения знаний» Н. Ф. Талызина 1975г.
9. «Игра и ее роль в психологическом развитии ребенка. Вопросы психологии» Л.С. Выгодский 1996г.
10. «Игра дошкольника» под редакцией С. Л. Новоселовой 1998г.
11. «Методика раннего развития» М. Монтессори, Эксмо, 2011г.
12. Сборник статей «Трудовое воспитание детей дошкольного возраста» составил Л. В. Русекова, М., 1984г.
13. «Воспитание дошкольника в труде» под редакцией В. Г. Нечаевой издательство «Просвещение» 1974г.
14. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой, издание 2-е, исправленное и дополненное. Москва, Мозаика-синтез 2012г.
15. «Игрушки и пособия для детского сада» под редакцией В. М. Изгаршевой, издание 2-е, переработанное и дополненное. Москва, «Просвещение», 1987г.
16. Методические разработки (младшая группа) по теме: «воспитание у детей младшего возраста самостоятельности в самообслуживании».
17. Методические разработки «Самообслуживание -- вид трудовой деятельности детей младшего дошкольного возраста»

Алгоритм одевания одежды весной и осенью



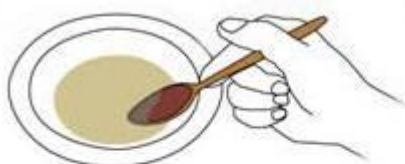


ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ СТОЛОВЫМИ ПРИБОРАМИ

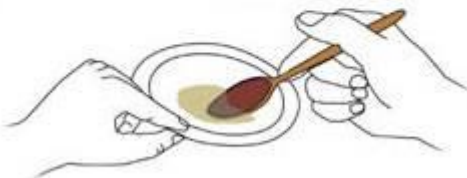


Едим суп

Набирать суп нужно ложкой от себя



А чтобы зачерпнуть последнюю ложку, нужно наклонить тарелку от себя



Держим приборы

Нож и вилку нужно держать расслабленно



Режем мясо

Держите нож так, чтобы указательный палец находился на пару сантиметров ниже ручки, чтобы придавать усилие лезвию. Вилку держите в левой руке остриём вниз. Всегда отрезайте только один кусочек, который сразу съедите







Культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания – важная составная часть культуры поведения

