

"Культурно-гигиенические навыки, их значение в развитии ребёнка".

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 оставлять на потом - пусть пока **ребёнок останется ребёнком**, а приучить его к правилам можно и позже. Это неверное мнение!

Психическое **развитие** - процесс неравномерный, его линии идут не одновременно, есть периоды наиболее быстрого **развития** тех или иных функций, психических качеств.

Именно в раннем возрасте **ребёнок** приучается использовать по **назначению предметы быта**: одежду, ложку, чашку, совок, карандаш и. т. д.

Знакомясь с предметами и осваивая их, малыш выделяет разные их признаки, свойства, т. о., **развивается и его восприятие. Ребёнок запоминает предметы**, их признаки, названия – **развивается память**, речь. Пытаясь понять, как действовать с предметами, малыш размышляет, практически действуя. **Развитие** при этом мелких мышц, движений руки влияет на **развитие его речи**, интеллекта.

Формирование КГН(культурно-гигиенические навыки) – это основной компонент ЗОЖ(здоровый образ жизни), неотъемлемая часть **культуры** поведения будущей личности. Необходимо раннее обучение и формирование привычек ЗОЖ через **развитие** у детей потребности к чистоте и аккуратности, адекватному поведению.

Формирование КГН – форма всестороннего **развития** личности ребенка раннего возраста.

Развивает:

- общую и мелкую моторику
- зрение и слух
- внимание и мышление
- речевые функции

Формирует:

- этнические понятия
- нравственные качества
- волевые качества
- поведенческие **навыки**

Активизирует:

- предметную деятельность
- познавательную потребность
- установление причинно-следственных связей через мыслительную активность

- использование полученных **навыков в игре**

Привычка к здоровому образу жизни — это главная, основная, жизненно важная привычка. Она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

Ранний возраст – самый эффективный период для начального формирования КГН.

Необходим комплексный подход к формированию КГН – как основы здорового образа жизни

Задачи:

1. Формирование у детей КГН через:
 - гигиенические навыки**
 - навыки опрятности**
 - навыки одевания и раздевания**
 - навыки приема пищи**
 - навыки адекватного поведения**
2. Создание условий
3. Этапы формирования **навыков самообслуживания**
4. Средства, способствующие усвоению **навыков**

Пути формирования КГН.

Формирование КГН совпадает с основной линией психического **развития** в раннем возрасте - становлением орудийных и соотносящих действий. Первые предполагают овладение предметом-орудием, с помощью которого человек воздействует на другой предмет, например, ложкой ест суп. С помощью соотносящих действий предметы приводятся в соответствующие пространственные положения: малыш закрывает и открывает коробочки, кладёт мыло в мыльницу, вешает полотенце за петельку на крючок, застёгивает пуговицы, зашнуровывает ботинки. **Взрослые должны помнить об этом и создавать соответствующие условия**: в ванной (*туалетной*) комнате обязательно должны быть крючочки, полочки, расположенные на удобном для **ребёнка уровне**, на полотенцах должны быть петельки и т. д. «Оденемся сами».

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 действия, он учится доводить начатое дело до конца, удерживать цель деятельности, не отвлекаться. Выполнение **культурно-гигиенических навыков** создает условия для формирования основ **эстетического вкуса**. 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. **Ребёнок постепенно переходит к контролю за своим внешним видом.**

«Давай причешемся сами».

Малыши до трёх лет испытывают удовольствие от того, что они сначала выполняют действия сначала вместе со взрослым, а потом самостоятельно. Позднее удовольствие **ребёнку** доставляет правильность выполнения действия, что подтверждается соответствующей оценкой взрослого. Стремление заслужить одобрение, похвалу является стимулом, побуждающим малыша к выполнению действия. И только потом, когда он поймёт, что за каждым действием стоит правило, усвоит нравственную норму, соотнесёт её с действием, он начинает испытывать удовольствие от того, что поступает в соответствии с нравственной нормой. Теперь он радуется не тому, что он вымыл руки, а тому, что он аккуратный: "Я хороший, потому что всё делаю правильно!"

Для привития этих знаний, умений и **навыков** в нашем ДОО широко используется устное народное творчество (потешки, колыбельные, загадки, уговорухи, способствующее эмоциональному восприятию обучения **культурно-гигиеническим навыкам**, чтение художественной литературы (Русская народная потешка «Водичка, водичка ...», К. Чуковский «Мойдодыр», «Федорино горе», «Айболит», А. Барто «Девочка чумахая», «Девочка-рёвушка» и др.) прослушивание аудио сказок, поговорок на тему КГН, помогающей в формировании и осознании адекватного поведения, рассматривание сюжетных картинок, создается соответствующая **развивающая среда**, которая является толчком для того, чтобы каждая вещь, выполняя свою функцию, имела целенаправленное воздействие на формирование этих **навыков у ребенка**.

Формирование привычек ЗОЖ – процесс длительный, кропотливый, требует огромного терпения. Взрослый должен требовать от ребенка выполнения того, что сам повседневно делает;

- постоянно одобрять похвалой малейшие проявления самостоятельности у детей;

- радоваться его успехам;

- поддерживать его;

- дать почувствовать ребенку уверенность в себе, в своих возможностях.

Похвала, умелое поощрение создают одно из необходимых условий формирования навыка – положительный эмоциональный тон, эмоциональное удовлетворение. Ведь если деятельность сопровождается положительными эмоциями, то она выполняется увереннее и быстрее осваивается. Радуюсь своим успехам, ребенок стремиться их повторить.

Важно помнить – у малыша есть свои вкусы и привычки, все **навыки** формировать постепенно. Обучение быстрее и легче проходит в игре.

Если взрослые всегда спешат на помощь ребенку при малейшем затруднении, освободить его от необходимости прилагать усилия, то очень скоро у него сформируется **пассивная позиция**: «застегните», «завяжите», «оденьте». Главными союзниками в нашей работе по формированию привычки к здоровому образу жизни у малышей являются **родители**.

Таким образом, КГН обеспечивают переход к более сложным видам деятельности, стимулируют их **развитие**.