

ФОРМИРОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ КГН У ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ ВОСПИТАТЕЛЯ)

Культурно-гигиенические навыки (КГН) – основа сбережения здоровья и всестороннего развития ребенка, база социального и физического воспитания. В процессе усвоения КГН у дошкольников повышается иммунитет, формируется самостоятельность, полноценно развивается психосоматическая сфера.

Процесс воспитания культуры поведения и соблюдения культурно-гигиенических навыков (КГН) начинается с момента появления на свет малыша. Он наблюдает за окружающими людьми. Тут и начинают закладываться те стереотипы поведения, которые в дальнейшем под воздействием различных внешних факторов формируются в определенный навык.

Проблема воспитания КГН стоит достаточно остро. Большинство родителей не придают серьезного значения воспитанию самостоятельности у детей и, считая их слишком маленькими, стараются все сделать за них. Или родители слишком спешат, опаздывая, например, на работу, поэтому тоже делают за своего ребенка все сами. Поэтому дети очень часто приходят в сад с недостаточно сформированными навыками самообслуживания.

В работе дошкольного учреждения уделяется большое внимание воспитанию у детей культурно-гигиенических навыков, основ здорового образа жизни.

Содержание работы по формированию культурно-гигиенических навыков включает следующие задачи:

- Учить детей под контролем взрослого, а затем самостоятельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем.
- Формировать умение с помощью взрослого приводить себя в порядок.
- Формировать навык пользования индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком).
- Во время еды учить детей правильно держать ложку, учить культуре еды.
- Обучать детей порядку одевания и раздевания. При небольшой помощи взрослого учить снимать одежду, обувь (расстегивать пуговицы спереди, застёжки на липучках); в определенном порядке аккуратно складывать снятую одежду; правильно надевать одежду и обувь.

Чтобы заинтересовать детей, привить желание самим выполнять действия, связанные с их формированием, существуют различные картотеки дидактических игр по привитию детям КГН.

Организовать практическую деятельность с детьми воспитателю помогает картотека культурно-гигиенических навыков. Картотека – это перечень игровых заданий с образовательными целями по усвоению указанных умений. У детей появляется возможность в игровой форме самим учиться: есть, умываться, пользоваться предметами первой необходимости и т. д. Как проверено на практике, картотека является эффективным в работе над развитием у детей правил гигиены и культуры поведения, учитывает требования образовательной программы, государственного стандарта и внутренних правил, а также материально-технических возможностей ДОУ, помогает педагогу эффективно планировать и организовывать образовательную ежедневную деятельность с малышами.

В работе воспитателя по обучению КГН используются следующие формы и методы:

- Наглядные методы: наблюдения, показ иллюстраций и картин, личный пример.

- Словесные методы: пояснение, рассказ, чтение художественных произведений, объяснение.

- Игровые методы: дидактические, сюжетные, подвижные игры, обыгрывание сказок.

Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. На первый взгляд все очень просто, а на самом деле для малышей это целая наука – освоение и применение культурно-гигиенических навыков.

Целенаправленное воспитание КГН у детей раннего возраста должно осуществляться совместно с родителями воспитанников.

Спокойное, сдержанное отношение к ребенку при выполнении режима, сочетающееся с разумной требовательностью, – обязательное условие воспитания малыша в семье.

Одинаковые требования к правилам гигиены и навыкам самообслуживания в детском садике и дома приводят к лучшему запоминанию и закреплению полезных привычек.

«Одна из важнейших задач детского сада, – как писала Н. К. Крупская – привить ребятам навыки, укрепляющие их здоровье».

Культурно-гигиенические навыки – важная составляющая часть культуры поведения. Взрослые должны знать: что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течение всей его последующей жизни. Прививая детям культурно-гигиенические навыки, мы параллельно влияем на многие психические процессы в развитии ребенка и формируем основы здорового образа жизни.

Именно в раннем возрасте малыш с удовольствием выполняет простейшие умения и навыки гигиенической культуры, с интересом изучает себя, радуется самостоятельным и совместным действиям и их результату (чистые руки, хорошее настроение, одежда сложена аккуратно). Испытывает удовлетворение от одобрительных оценок взрослого, стремясь самостоятельно повторить положительное действие. В этом возрасте ребенок, при систематической работе, правильно совершает процессы умывания, мытья рук, ухаживает за внешним видом, пользуется носовым платком, помогает в организации процесса питания, правильно пользуется столовыми приборами и салфеткой, аккуратно ест.

Таким образом, воспитание культурно-гигиенических навыков направлено на укрепление здоровья малыша. Вместе с тем оно включает важную задачу – воспитание культуры поведения. Забота о здоровье детей, их физическом развитии начинается с воспитания у них любви к чистоте, опрятности, порядку.

**Пилецкая Елена Дмитриевна, воспитатель
ГБДОУ №9 Пушкинского района Санкт-Петербурга**