

Наталья Александровна Андреева
г. Шадринск

Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста

В статье рассматривается проблема формирования культурно-гигиенических навыков и привычек у детей младшего дошкольного возраста, дается понятие «гигиеническое воспитание», обосновывается ее важность именно в младшем дошкольном возрасте, в период закладки основных навыков на рефлексном уровне. Автор отмечает, что культурно-гигиеническое воспитание не только является средством формирования основ здорового образа жизни, но и повышает общую культуру поведения ребенка. Кратко характеризуются особенности процесса воспитания культурно-гигиенических навыков в дошкольном образовательном учреждении и семье, подчеркивается мысль о том, что этот процесс должен осуществляться в тесном единстве этих социальных институтов. Ввиду того, что ведущей деятельностью в дошкольном возрасте является игра, предлагаются различные виды игр для обучения, закрепления и отработки навыков в сюжетно-ролевой, дидактической и других видов игр. Также рассматривается использование художественной литературы, потешек, пословиц и поговорок в процессе формирования культурно-гигиенических навыков у дошкольников.

Ключевые слова: культурно-гигиенические навыки, навыки личной гигиены, навыки культурного поведения, игровая деятельность, младший дошкольный возраст.

Natalya Alexandrovna Andreeva
Shadrinsk

Cultural hygiene skills upbringing in younger preschool aged children

The problem of forming cultural hygiene skills and habits of younger preschool aged children is examined in the article; the paper gives the definition of “hygienic education”; the importance of upbringing cultural hygiene skills in kids of younger preschool age is explained - this is the period of forming basic skills at reflex level. The author points out that cultural hygienic education is not just the means of forming the basis of healthy life style but it enhances kid’s general culture of behaviour. The peculiarities of the process of upbringing cultural hygiene skills within a preschool educational institution and family are briefly illustrated in the article; the author emphasizes that the process should be carried out in the unity of these social institutes. Since the game is a leading activity at a preschool age the author suggests different kinds of games for educating, reinforcing and practicing the skills in storyline role play, didactic and other games. The usage of fiction literature, rhymes, proverbs and sayings in the process of forming cultural hygiene skills of preschoolers is considered in the paper.

Keywords: cultural hygiene skills, personal hygiene skills, the skills of cultural behaviour, game activity, younger preschool age.

Освоение основ культуры гигиены приобретает важное значение в приобщении детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни. Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста создает предпосылки для охраны их здоровья в целом.

Проблеме гигиенического воспитания детей дошкольного возраста в исследованиях педагогов-гигиенистов уделялось достаточное внимание. С позиций ценностного подхода данный вопрос рассматривался в психолого-педагогической литературе в работах Т.А. Берсеновой, В.Г. Воронцовой, В.В. Колбанова, Л.Г. Татарниковой, А.Г. Саенко и других авторов.

Гигиенические навыки – это неотъемлемая часть культурного поведения человека, так как гигиеническое воспитание является частью общего воспитания. Формирование культурно-гигиенических навыков начинается с младшего дошкольного возраста, и формируются они под непосредственным воздействием взрослых и той среды, в которой растет и развивается ребенок. Решающую роль в данном случае имеют следующие факторы: то, когда начата работа по формированию культурно-гигиенических навыков, условия, в которых это происходит, насколько последовательно и систематически это происходит, каково

эмоциональное отношение ребенка к выполнению гигиенических процедур [5].

Внимание воспитанию привычки к чистоте, порядку, аккуратности необходимо уделять не только в дошкольном учреждении, где дети находятся большую часть времени, но и в семье, где родителям следует закреплять привитые культурно-гигиенические навыки младших дошкольников. Именно в младшем возрасте дети способны не только освоить основные навыки культуры и гигиены, понять их важность, но и научиться легко и правильно их выполнять. В этом возрасте взрослые учат детей содержать в чистоте свое тело, свою одежду и вещи, самостоятельно чистить зубы, умываться, одеваться, опрятно есть за столом, убирать вещи и игрушки на место. Важно не упустить время, так как именно сформированные в раннем возрасте навыки способны сохраниться на всю дальнейшую жизнь.

Практически все программы воспитания и развития детей дошкольного возраста предусматривают формирование культурно-гигиенических навыков и привычек, потому что это является одним из средств физического развития. Культурно-гигиеническое воспитание повышает культуру поведения ребенка, организует его, причает к порядку, следовательно, с раннего

возраста у детей необходимо воспитывать умение выполнять элементарные требования гигиены.

Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. Педагогам в процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались.

В процессе воспитания культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста необходимо учитывать следующие факторы:

1. Систематичность – все основные режимные процессы должны осуществляться в определенной последовательности, например, с первых месяцев жизни ребенка, постоянное повторение в течение суток кормления, массажа, купания и т.д., совершающихся всегда в определенной последовательности, постоянство условий их проведения способствует формированию условных рефлексов, что позволяет формировать навыки культуры и гигиены естественно и непринужденно.

2. Постепенность и последовательность обучения в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями ребенка. Этот фактор позволяет не пропустить оптимальный возраст для формирования того или иного навыка. Однако, если же ребенок уже чему-то научился и может делать сам, то он должен делать это самостоятельно.

3. Обучение любым культурно-гигиеническим навыкам необходимо осуществлять только тогда, когда у ребенка хорошее, позитивное настроение, важно, чтобы приучение к выполнению новых правил проходило живо, непринужденно, не вызывало у детей утомления и сопровождалась чувством удовольствия от самого процесса или от его результатов (сам оделся, красиво убрал игрушки на место).

4. Осуществление культурно-гигиенического воспитания должно соответствовать возрасту и усложняться, расширяться по мере взросления ребенка.

5. Согласованность действий всех взрослых, осуществляющих воспитание ребенка (педагогов и родителей), единство их требований.

Все навыки, которыми должен овладеть ребенок дошкольного возраста, условно объединяют в две большие группы:

– навыки личной гигиены – соблюдать чистоту; следить за опрятностью своей одежды, обуви, пользоваться только индивидуальными предметами туалета; есть из своей тарелки, мыть руки перед едой; ежедневно заниматься утренней гимнастикой; выполнять закаливающие процедуры; чистить зубы и полоскать рот; уметь пользоваться туалетной бумагой и др.

– навыки культурного поведения – говорить спокойно, вежливо просить то, что необходимо; благодарить взрослого (сверстника) за то, что помогли; не мешать другим за столом во время приема пищи, на занятиях, на прогулке, в спальне при раздевании; входя в помещение с улицы вытирать ноги; убирать на место игрушки, книжки; здороваться и прощаться, уступать место старшим, проявлять заботу о младших и др. [2].

Если культурно-гигиеническое воспитание организовано правильно, то ребенок к концу первого года жизни умеет пить из чашки, удерживая ее самостоятельно, способен сам есть корочку хлеба, выполнять активные действия и движения по просьбе взрослого при умывании, раздевании, кормлении. Если в дошкольном учреждении и в семье следят за внешним видом ребенка, приучая его самостоятельно обращать внимание на то, как он выглядит в те или иные периоды времени (после еды, после прогулки, после сна), то у него постепенно формируется, а позже закрепляется навык аккуратности и чистоты. Он начинает положительно относиться к гигиеническим ваннам, причесыванию, стрижке ногтей, пользованию горшком, умыванию, чистке зубов и т.д. [4].

К двум годам дети способны самостоятельно кушать, хотя делают это еще медленно и недостаточно аккуратно, но повседневные упражнения и поощрение стимулируют их к закреплению полученных навыков. В этом возрасте дети уже знают свое место за столом, самостоятельно садятся за стол и выходят из-за него после еды, пользуются салфеткой. Однако, дети, которые позднее пришли в детский сад или долго отсутствовали еще могут держать ложку в кулачке. Новые требования следует предъявлять к ним постепенно, чтобы не вызывать отрицательных эмоций, а также использовать все возможности для поощрения ребенка, отмечать любые его достижения.

Организуя деятельность ребенка, необходимо учитывать не только возраст, состояние здоровья, индивидуальные особенности, жизненный опыт ребенка, но и то, какие средства наиболее эффективно будут способствовать усвоению культурно-гигиенических навыков. Для этого необходимо создавать условия, способствующие усвоению и закреплению навыков. Дети должны быть обеспечены индивидуальными предметами личной гигиены: зубные щетки, расчески, носовые платки, постельные принадлежности, полотенца и т.д.

Наиболее важным средством воспитания в данном направлении являются занятия, где дети получают определенный объем знаний по культурно-гигиеническому воспитанию, у них формируются необходимые свойства характера и нормы поведения. Методически грамотные и хорошо организованные занятия, не только способствуют обогащению детей знаниями, но

помогают закрепить и совершенствовать сформированные ранее культурно-гигиенические навыки. Когда дети видят положительные результаты своей деятельности, подкрепленные знаниями, полученными на занятиях, у них возникают радостные эмоции, желание справиться с тем или иным культурно-гигиеническим требованием, воспитываются волевые качества. Систематическое и планомерное проведение занятий, воспитывает у детей интерес и положительное отношение к формированию культурно-гигиенических навыков.

В процессе гигиенического обучения на занятиях с детьми младшего возраста широко используют наглядные пособия, так как ребенок лучше поймет и осмыслит гигиенические сведения, если объяснение и показ воспитателя будут подкреплены показом картинок, фотографий, иллюстраций. С этой целью также используются демонстрация диафильмов, мультфильмов. Привитие культурно-гигиенических навыков должно идти на положительном эмоциональном фоне, именно тогда сформированные на занятиях данные навыки становятся осознанными действиями, а позже – привычкой. Они не смогут сформироваться, а позже закрепиться, если ребенок испытывает к ним негативное отношение.

Педагог, организуя занятия с детьми, ставит цель, подбирает методику, продумывает приемы и методы, которые планирует использовать, для занятия создаются специальные условия, подбираются соответствующие пособия, помогающие вызвать интерес детей. Данные занятия чаще всего организуются и проводятся в форме игр-занятий. Педагоги часто используют какой-либо персонаж, который помогает детям овладеть тем или иным навыком, например, кукла Маша, Незнайка, зайка и т.д. Благодаря такой организации игр-занятий углубляются и уточняются представления детей, совершенствуются некоторые навыки.

Поскольку ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте является игра, в процессе которой ребенок входит в окружающий мир, знакомится с ним, то формирование культурно-гигиенических навыков лучше осуществлять именно в игровой деятельности. Играя дети осваивают основные правила гигиенического поведения, но педагоги и родители должны следить за содержанием игры, предлагая включать в нее элементы гигиенических знаний (вымыть, накормить кукол, постирать кукольное белье и т.д.). В предпочитаемых детьми играх «Семья», «Дочки-матери», «День рождения», «Приехали гости» дети усваивают конкретные навыки: обязательное мытье рук перед едой, чистка зубов, умение опрятно одеваться, правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой, убирать посуду со стола после еды и т.д. Педагогу следует предусматривать развитие сюжетной линии игры таким образом, чтобы в игре закреплялось как можно большее количество гигиенических навыков, вовремя вводить

новые игрушки, позволяющие расширить игровое поле. Если куклы в детской игре только едят и спят, то он предлагает организовать в доме генеральную уборку, чтобы куклы навели порядок, постирали свои платья, сложили в шкаф вещи, помыли посуду.

Взрослым следует правильно организовывать руководство игрой, чтобы не подавить детской инициативы. Видя, что ребенок берет игрушечный утюг, тазик, куклу, воспитатель спрашивает его, во что он собирается играть, а узнав, что он хочет постирать одежду кукле, интересуется, для чего он хочет это сделать, предлагая ребенку мотивировать свой выбор. Педагог может посоветовать, а если надо, и помочь в осуществлении замысла, выразить свое одобрение интересной игре.

Интерес ребенка к игре усиливается всегда, когда воспитатель принимает непосредственное участие в ней. Участие педагога в детских играх в младшем возрасте важно тем, что взрослый не только ненавязчиво направляет сюжет, но и создает условия для его расширения. Этому способствует правильно организованная развивающая предметно-пространственная среда в группе. Для закрепления культурно-гигиенических навыков у малышей в группе должны быть игрушки и игровые предметы, способствующие этому: ванночки для купания кукол, тазики для стирки белья, веревка с прищепками, кукольная посуда, губки, маленькие тканевые салфетки и полотенца для игр и т.д.

Широко используются для формирования культурно-гигиенических навыков игры-драматизации. Они приучают детей действовать как сообща, так и самостоятельно, в соответствии с определенной темой, разыгрывая свою роль в соответствии с сюжетом. Развитию игр-драматизаций помогает чтение коротких рассказов, рассматривание книжек-картинок. Слушание текста и рассматривание картинок побуждают к подражанию, отображению в своей игре действий персонажа. Детям младшего дошкольного возраста интересны драматизации «В гостях у белочки», «День рождения ежика» и др.

Особую роль в культурно-гигиеническом воспитании занимают дидактические игры, с их помощью воспитатель уточняет представления развивает осознанность действий. Разнообразные дидактические игры повышают интерес детей к гигиеническим правилам и воспитывают у них стремление выполнять их. В младшем дошкольном возрасте можно использовать такие обучающие игры «Сделаем Маше дом», «Накорми зайку», «Купаем куклу Катю», среди них настольно-печатные «У нас порядок», «Разложи все по своим местам».

Художественная литература – является одним из средств воспитания дошкольников и культурно-гигиенические навыки также можно закреплять с ее помощью. Воспитание художественным словом приводит к большим изменениям эмоциональной сферы ребенка и способствует появлению у него живого отклика на те, или иные действия героя. При чтении книги ребенок видит перед собой образы, картинку, конкретную ситуацию. В процессе

прослушивания книги ребенок переживает и чем сильнее его переживания, тем ярче его представление о том, что и как правильно нужно было сделать. Воспитатель рассматривает с детьми иллюстрации к книге, читает текст, вызывает у детей положительное или отрицательное отношение к действиям и поступкам героя.

В процессе воспитания культурно-гигиенических навыков используются произведения К. Чуковского «Мойдодыр», Ю. Тувима «Письмо к детям», А. Барто «Девочка чумахая», Л. Воронковой «Маша – растеряша», В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо», Е. Пермяка «Как Маша стала большой» и др. Ключевое значение в младшем дошкольном возрасте имеет включение в процесс формирования культурно-гигиенических навыков народных потешек, пословиц, поговорок. Они сопровождают многие гигиенические процессы: умывание, кормление, купание, укладывание спать ребенка. Небольшие четверостишия помогают алгоритмизировать процесс: «Водичка, водичка, умой мое личико, чтобы глазки блестели, чтобы щечки краснели...». Текст помогает запомнить не только то, что необходимо всем умываться, но и саму последовательность умывания – вначале глазки, потом щечки и т.д.

Воспитание культурно-гигиенических навыков у ребенка осуществляется совместными усилиями педагогов и родителей. Перед педагогом стоит задача – научить родителей осуществлять культурно-гигиеническое воспитание своих детей, для этого проводится систематическая санитарно-просветительная работа, целью которой является разъяснение важности соблюдения в семье режима дня, установленного в детском образовательном учреждении; обучение приемам правильного ухода за ребенком; ознакомление с основами рационального питания детей; с мерами профилактики травматизма и т.д. [3].

К этой планомерной и последовательной работе привлекаются не только педагоги и специалисты ДОО, но и медицинские работники, которые в доступной для родителей форме знакомят их с организацией и грамотным проведением гигиенических процедур. Медицинские работники объясняют последовательность и особенности их проведения, уточняя, на что обратить более пристальное внимание.

Воспитатели могут поместить в папку-передвижку или на стенд перечень культурно-гигиенических навыков детей в соответствии с возрастом и реализуемой в дошкольном учреждении программой, схему последовательности одевания и раздевания, сопроводив его схематическими рисунками или фотографиями. Например, под рубрикой «Сначала – потом» помещаются карточки с последовательностью одевания на прогулку, «Правильно – неправильно» – картинки, отражающие правила культурного поведения за

столом (как держать ложку, чашку), умывания, одевания.

Педагоги знакомят родителей с режимом дня в детском образовательном учреждении, дают рекомендации по его организации в семье. Важно понимать, что требования по соблюдению режима дня в семье и в детском саду должны быть едиными. Необходимо не только сообщать распорядок дня и требовать его выполнения, но и обосновывать влияние правильного режима на физическое развитие и здоровье детей. Также воспитатели разъясняют необходимость воспитания у детей навыков самообслуживания, рекомендуют эффективные методы, соответствующие возрасту детей: показ, объяснение, личный пример близких, побуждение к подражанию, применение игровых приемов.

Взаимодействие с родителями можно организовывать в различных формах – это могут быть индивидуальные беседы во время прихода или ухода детей из дошкольного учреждения или систематические беседы, носящие характер совместного обсуждения. Хорошо зарекомендовали себя групповые и индивидуальные консультации, дискуссии. Большую популярность приобретают Дни открытых дверей, когда родители могут свободно наблюдать своего ребенка в среде сверстников, определяя уровень сформированности культурно-гигиенических навыков своего ребенка и других детей в группе. Актуальной формой остается посещение на дому, в процессе которого педагог и родители имеют возможность не только обсудить вопросы воспитания, но и более полно познакомиться с условиями проживания ребенка в семье. У педагога есть возможность обратить внимание на культурно-гигиенические условия, созданные для ребенка в семье, дать необходимые рекомендации.

Особый интерес у родителей вызывает одна из эффективных форм взаимодействия – педагогический тренинг. Данная форма предусматривает интерактивное участие, поэтому в процессе него родители имеют реальную возможность высказать и обсудить свою точку зрения по проблеме воспитания культурно-гигиенических навыков у дошкольников. Родителям могут быть предложены различные педагогические ситуации и задачи, игровые упражнения и практические задания по проблеме формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего возраста. Все это позволяет не только повысить уровень компетентности родителей по проблеме, но и получить определенные практические навыки для взаимодействия со своим ребенком [1].

В семье ребенок приучается выполнять общепринятые правила вежливости: здороваться с родителями утром и прощаться перед сном, благодарить за помощь, вежливо просить помощи, не вмешиваться в разговор взрослых, вести себя сдержанно, вставать из-за стола после разрешения. Постоянное соблюдение и закрепление этих правил

культурного поведения в семье и в дошкольном образовательном учреждении дает хорошие результаты. До родителей важно донести мысль о том, что как бы хорошо не были сформированы культурно-гигиенические навыки у ребенка в дошкольном образовательном учреждении, если дома, в семье близкие люди не будут придерживаться общепринятых правил поведения, то сформированный навык может быть утерян ребенком.

Таким образом, воспитание культурно-гигиенических навыков у детей младшего

дошкольного возраста осуществляется в соответствии с установленными правилами, для выработки которых необходимы регулярность, последовательность и разумность. Привитие гигиенических навыков и навыков культурного поведения укрепляет здоровье, волю ребенка, дисциплинирует и подготавливает к социальной адаптации. Для того, чтобы культурно-гигиеническое воспитание младших дошкольников было эффективным, оно должно осуществляться в единстве как со стороны педагогов, так и родителей.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андреева, Н.А. Педагогическое сопровождение семьи как субъекта системы дошкольного образования : монография / Н.А. Андреева, М.А. Забоева ; Шадр. гос. пед. ун-т. – Шадринск : ШГПУ, 2018. – 134 с.
2. Гаранджа, В.И. Формирования культурно-гигиенических навыков у дошкольников : учеб. пособие / В.И. Гаранджа. – М. : Мост, 2010. – 350 с.
3. Саенко, А.Г. Формирование культурно-гигиенических навыков у дошкольников / А.Г. Саенко // Проблемы акмеологического «Альфа» и «Омега» : материалы межвуз. брифинга 15 марта 2015. – М. : РИЦ «Москва - Санкт-Петербург», 2015. – С. 96-102.
4. Холостова, Е.И. Культурно-гигиенические навыки у дошкольников / Е.И. Холостова. – М. : Бин, 2012. – 237 с.
5. Шапиро, Б.Ю. Формирование культурно-гигиенических навыков у дошкольников / Б.Ю. Шапиро / под ред. В.А. Галичина. – М. : Моск. высш. шк. соц. и экон. наук, 2015.

REFERENCES

1. Andreeva N.A., Zaboeva M.A. Pedagogicheskoe soprovozhdenie sem'i kak sub"ekta sistemy doshkol'nogo obrazovaniya: monografiya [Pedagogical support of the family as a subject of preschool education]. – Shadrinsk: SHGPU, 2018. 134 p.
2. Garandzha V.I. Formirovaniya kul'turno-gigienicheskikh navykov u doshkol'nikov: ucheb. posobie [The formation of cultural and hygienic skills in preschoolers]. Moscow: Most, 2010. 350 p.
3. Saenko A.G. Formirovanie kul'turno-gigienicheskikh navykov u doshkol'nikov [The formation of cultural and hygienic skills in preschool children]. *Problemy akmeologicheskogo "Alfa" i "Omega"*: materialy mezhvuz. brifinga 15 marta 2015 [Problems of acmeological "alpha" and "omega"]. Moscow: RIC "Moskva - Sankt-Peterburg", 2015, pp. 96-102.
4. Holostova E.I. Kul'turno-gigienicheskije navyki u doshkol'nikov [Cultural and hygienic skills in preschoolers]. Moscow: Bin, 2012. 237 p.
5. Shapiro, B. Yu. Formirovanie kul'turno-gigienicheskikh navykov u doshkol'nikov [The formation of cultural and hygienic skills in preschool children]. Galichina V.A. (ed.). Moscow: Mosk. vyssh. shk. soc. i ekon. nauk, 2015.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ:

Н.А. Андреева, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики дошкольного образования, ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет», г. Шадринск, Россия, e-mail: andreeva9914@mail.ru, ORCID: 0000-0002-6517-8614.

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR:

N.A. Andreeva, Ph.D. in Pedagogical Sciences, Associated Professor of the Department of Theory and Methods of Preschool Education Shadrinsk State Pedagogical University, Shadrinsk, Russia, e-mail: andreeva9914@mail.ru, ORCID: 0000-0002-6517-8614.