**Воспитание культурно-гигиенических навыков в младшем дошкольном возрасте**

**Затравина Асия Наильевна, Голикова Наталья Сергеевна, воспитатели дошкольного отделения ГБОУ «Школа № 1353»**

Сохранение и укрепление здоровья невозможно

без соблюдения правил гигиены.  
Г. А. Урунтаева

Целевые ориентиры ФГОС ДО для детей младшего дошкольного возраста указывают, что ребёнок этого возраста «использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении; проявляет навыки опрятности». К 4 годам в целевых ориентирах ФОП ДО говорится о том, «ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье».

Воспитание у ребёнка навыков личной гигиены играет важную роль в укреплении здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. От знания и выполнения правил и норм гигиены зависит не только здоровье ребёнка, но и здоровье других детей и взрослых. Поэтому воспитание культурно-гигиенических навыков - это необходимое условие формирования у детей установки на здоровый образ жизни в будущем.

Перечислим задачи воспитания культурно-гигиенических навыков во второй младшей группы (3-4 года):

- формировать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом;

- закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком;

- совершенствовать навыки аккуратного приема пищи;

- воспитывать опрятность, привычку следить за своим внешним видом.

- формировать навыки поддержания порядка в окружающей обстановке;

- формировать навыки аккуратного и бережного обращения с вещами личного пользования;

- повысить педагогическую компетентность родителей в воспитании у детей культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания.

В своей практике ознакомления детей 3-4 лет с навыками гигиены, мы используем такие методы, как: показ действия, объяснение, упражнения и алгоритмы, благодаря которым дети могут увидеть правильность выполнения операций (например, как правильно пользоваться полотенцем, как правильно надеть колготки и др.).

Для успешного воспитания культурно-гигиеническим навыков в нашей группе был создан уголок «Наше здоровье». В нем находятся дидактические игры и пособия. Сказочные персонажи Мойдодыр, Королева Зубная щетка, Клякса и другие игрушки помогают заинтересовать детей, усилить мотивацию. Также их мы используем в различных видах деятельности: в режимных моментах, на занятиях, в индивидуальной работе с детьми, в играх.

На этапе ознакомления и обучения детей навыкам гигиены необходимо обращать внимание на то, как ребенок выполняет действие (как завернул рукава, застегнул обувь, убрал вещи в шкаф и т. д.). Если этого не делать, то у ребенка не только не развиваются необходимые навыки, но и формируются отрицательные привычки (небрежность, неряшливость и др.)

Когда дети освоили первичные навыки умывания, одевания, приёма пищи, мы переходим к закреплению навыка. На этом этапе работы мы используем следующие методы и приемы:

- Упражнения с использованием русских народных потешек и художественного слова;

- Сюжетно-ролевые игры: «Семья обедает», «День рождения у Мишки» и др.;

- Дидактические игры «Хорошо - плохо», «Умоем Катю», «Оденем Машу на прогулку»;

- Проблемные ситуации: «Кукла испачкалась, как сделать ее чистой?», «Почему Хрюшу не приглашают в гости?» и др.;

- Показ инсценировок (настольный театр, куклы би-ба-бо): «Маша в гостях у Миши», «Хрюша собирается на день рождения» и др.;

- Игровые ситуации: «Учим куклу мыть руки», «Научим Машу -растеряшу убирать вещи»;

- Игры-экспериментирования: «Мыльные пузыри», «Свойства мыла», «Волшебное мыло», «Чистая, грязная вода».

По мере освоения культурно-гигиенических навыков детьми, происходит их перенос в игровую, воображаемую ситуацию. Полученные навыки дети начинают использовать в самых разнообразных ситуациях.

В младшем возрасте навыки гигиены лучше всего усваиваются детьми в сюжетных играх. Важно, чтобы эти игры были интересны, могли увлечь детей, активизировать их инициативу и творчество.

Для успешного усвоения детьми навыков гигиены было организовано тесное сотрудничество с родителями. Для этого использовались разнообразные формы работы:

- Беседы и консультации: «Что такое воспитание культурно-гигиенических навыков в младшем дошкольном возрасте»

- Памятки для родителей по воспитанию культурно-гигиенических навыков.

- Выставка литературы (художественной и методической).

- Совместные с родителями досуги: «Мама, папа и я - спортивная семья!», «В здоровом теле — здоровый дух!»

- Организация выставок семейного творчества «Будь здоров!».

В дальнейшем мы планируем закреплять, совершенствовать навыки гигиены, а также способствовать формированию у детей устойчивого интереса к здоровому образу жизни, так как привычка к здоровому образу жизни обеспечивает полноценное развитие и реализацию возможностей ребенка, способствует его социализации и является необходимым условием воспитания гармоничной личности.

**Источики**

1. Белостоцкая, Е.М. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 [Текст] /Е.М. Белостоцкая, Т.Ф. Виноградова. – М.: АСТ, 2012.-187с.
2. Варенцова, Н. А. Культурно-гигиенические навыки как средство приобщения к здоровому образу жизни детей второй младшей группы / Н. А. Варенцова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2019. — № 4 (242). — С. 381-384.
3. Иванова, Г. Водичка, водичка, умой мое личико [Текст] /Г. Иванова, В. Курашова //Дошкольное воспитание. – №5. – 2012. – С. 111-115.
4. Кирьянова, Р.А. Учимся, играя: система игр и упражнений по обучению детей культурно-гигиеническим навыкам [Текст] / Р.А. Кирьянова //Дошкольная педагогика. – 2012. – № 3. – С. 7–12.
5. Комарова, Т.С. Культурно-гигиеническое воспитание в детском саду [Текст] /Т.С. Комарова, Л.В. Куцакова, Л.Ю. Павлова. – М .: АСТ, 2013.-183с.
6. Нравственно- эстетическое воспитание ребенка в детском саду [Текст] /Ред. Ветлугина Н.А.-М.: Гардарики, 2013.-208с.
7. Урунтаева, Г.А. Как приобщить малыша к гигиене и самообслуживанию [Текст] /Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина. – М.: АСТ, 2013.-172с.