

НАВЫКИ ОПРЯТНОСТИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

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.

Каждому взрослому хочется, чтобы его ребенок рос аккуратным: содержал в порядке свою одежду, убирал на место свои вещи, бережно относился к чужим вещам, помогал старшим. Но как часто родители жалуются на отсутствие у детей этих культурных навыков. Почему так происходит? Когда следует начинать воспитывать у детей навыки опрятности и аккуратность?

С первых дней жизни при формировании культурно-гигиенических навыков идет 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 ребенок останется ребенком, 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. Эти периоды называются сенситивными, и период раннего и дошкольного детства наиболее благоприятный для формирования культурно-гигиенических навыков. Затем на их основе строится развитие других функций и качеств.

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. В начале детей приучают к выполнению элементарных правил: мыть руки перед едой, после пользования туалетом, игры, прогулки и т.д. На формирование навыков и привычек оказывают влияние и специально направленные действия взрослых, и вся окружающая обстановка. Поведение, манеры, в особенности близких людей, отражаются на содержании детских привычек.

Прочность, гибкость навыков и привычек зависит от ряда факторов: условий, возраста, с которого начинается эта работа, эмоционального отношения ребенка, упражнений в определенных действиях.

Ранний возраст – самое благодарное время для того, чтобы не перевоспитывать, а воспитывать ребенка. Нужно помнить о двух опасностях, которые подстерегают родителей в деле воспитания культурных навыков. Первая – предъявлять ребенку непосильные требования, слишком рано

начинать требовать от него, чтобы он аккуратно ел, всегда убирал за собой игрушки, не пачкал одежду и пр. Эти требования могут служить постоянным источником конфликтов, раздражать и самих взрослых, и ребенка. Вторая опасность – слишком долго все делать за малыша, забывая о том, что жить за себя придется ему самому, а не маме или папе. Поэтому нужно хотя бы приблизительно представлять, что может и чего не может делать маленький ребенок.

В младшем возрасте необходимые навыки лучше всего усваиваются детьми в играх специально направленного содержания. Важно, чтобы эти игры были интересны, могли увлечь детей, активизировать их инициативу и творчество. Для этого используются некоторые дидактические и сюжетно-ролевые игры. Интересны детям и литературные сюжеты «Мойдодыр», «Федорино горе» и др. На их основе можно разыгрывать маленькие сценки.

К двум годам малыш овладевает простейшими навыками самообслуживания: сравнительно аккуратно пользуется ложкой и чашкой, просится на горшок, с помощью взрослого пытается раздеваться и одеваться. У него появляется желание помогать взрослым: нести вместе с мамой сумку, убрать со стола посуду, вытереть тряпкой стол, положить на место игрушки и книжки. К этому возрасту основные навыки опрятности уже могут быть сформированы, но пока еще они непрочны. Ребенок может, заигравшись, забыть вовремя попроситься в туалет, испачкаться во время прогулки, топая по грязной луже. Следует помнить, что смысл культурного поведения для него еще не ясен. Особенность его психического развития такова, что многое он делает не столько из-за понимания цели того или иного действия или поступка, сколько для взрослого, который предъявляет ему какие-то требования или дает поручения. Пока еще он лишь копирует внешний рисунок действия взрослого, а результат его не замечает. Многим родителям известно, с каким удовольствием малыш "подметает" веником пол, оставляя вокруг себя мусор.

Третий год – это период интенсивного развития самостоятельности. Дети с удовольствием выполняют некоторые поручения взрослых, поливают цветы, убирают на место игрушки. В этом возрасте развивается способность к взаимопониманию, сочувствию, взаимопомощи. Ребенок начинает понимать слово "труд": помогая маме отнести на кухню посуду, он объясняет: "я трудюсь".

К трем годам ребенок может с небольшой помощью одеваться и раздеваться, развязывать и завязывать шнурки, расстегивать и застегивать пуговицы, несложные пряжки на обуви, знает порядок в одевании и раздевании. Совершенствуются его гигиенические навыки: под контролем взрослых он умеет мыть руки, вытирать их полотенцем, знает, как пользоваться носовым платочком, салфеткой, расческой, зубной щеткой. К этому возрасту у детей закрепляется навык опрятности в отношении пользования горшком, хотя, заигравшись, малыш может и не заметить испачканных штанишек.

В четыре-пять лет у детей начинают складываться моральные понятия "хорошо", "плохо". Дети относят к ним поступки других людей и на этом основании оценивают поведение. Надо помнить, что ребёнку трудно оценить сложные поступки, гораздо легче бытовое поведение.

В старшем возрасте большое значение приобретают учебные мотивы. Однако для более успешного формирования и закрепления навыков гигиены на протяжении периода дошкольного детства целесообразно сочетать словесный и наглядный способы, используя специальные наборы материалов по гигиеническому воспитанию в детском саду, разнообразные сюжетные картинки, символы.

Навыки у детей достаточно быстро становятся прочными, если они закрепляются постоянно в разных ситуациях. Главное, чтобы ребятам было интересно и чтобы они могли видеть результаты своих действий (кто-то стал значительно опрятнее, красивее; приятно обедать за чистым, красиво накрытым столом и т. п.).

Для эффективного гигиенического воспитания дошкольников большое значение имеет и внешний вид окружающих и взрослых. Нужно постоянно помнить о том, что дети в этом возрасте очень наблюдательны и склонны к подражанию, поэтому родители должны быть для них образцом. Поэтому первое правило, которое следует соблюдать родителям – будьте сами аккуратны и опрятны, следите за тем, чтобы малыш был всегда чисто одет, умыт, чтобы стол, за которым он ест, был красиво сервирован, а его кровать застелена.

Для привития культурно-гигиенических навыков во всех возрастных группах применяются показ, пример, объяснение, пояснение, поощрение, беседы, упражнения в действиях. Широко используются, особенно в младшем возрасте, игровые приемы: дидактические игры, потешки, стихотворения. Содержание культурно-гигиенических навыков осваивается детьми прежде всего в самостоятельной деятельности, в процессе обучения, в дидактических играх и игровых ситуациях.

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

Культурно-гигиенические навыки нуждаются в постоянном закреплении. Изменение системы воспитательной работы, отсутствие внимания к формированию и использованию навыков может привести к их быстрой утрате.

Навыки опрятной еды включают умение:

1. Правильное пользование столовой и чайной ложками, вилок, салфеткой;
2. Не крошить хлеб;
3. Пережевывать пищу с закрытым ртом;

4. Не разговаривать с полным ртом;
5. Тихо выходить по окончании еды из-за стола;
6. Благодарить;
7. Пользоваться только своим прибором.

Навыки мытья рук и личной гигиены включают умение:

1. Мыть лицо, уши, руки
2. Закатать рукава;
3. Смочить руки;
4. Взять мыло, намыливать до появления пены;
5. Смыть мыло;
6. Сухой вытереть руки, аккуратно сложить полотенце и повесить в свою ячейку;
7. Пользоваться расческой.

Навыки снятия и надевания одежды в определенном порядке включают умение:

1. Расстегнуть пуговицы;
2. Снять платье (брюки);
3. Аккуратно повесить;
4. Снять рубашку и аккуратно её повесить на брюки;
5. Снять обувь;
6. Снять колготки, повесить на рубашку(платье);
7. Надеть в обратной последовательности.

Для привития культурно-гигиенических навыков педагоги данной группы применяют показ, пример, объяснение. Очень редко используют игровые приемы, а ведь содержание культурно-гигиенических навыков у детей этого возраста осваивается, прежде всего, в дидактических играх и игровых ситуациях.

О чем нужно знать, каких правил придерживаться, приучая ребенка раннего возраста к опрятности и к аккуратности?

- Все культурные навыки ребенок осваивает только в совместной деятельности со взрослым. Взрослый объясняет малышу, зачем нужно соблюдать порядок, задает образцы правильных действий, помогает выполнить их, дает им оценку. По мере освоения ребенком новых навыков доверяйте ему действовать самостоятельно. Возьмите на себя только то, что он не может сделать сам, остальное предоставьте делать ему самому. Наберитесь терпения, подавите в себе стремление сделать все быстро за ребенка.
- Воспитывая у малыша навыки гигиены, объясняйте и показывайте ему последовательность действий. Например, обучая его аккуратно мыть руки, предложите закатать рукава рубашечки, самому намочить руки в воде, намылить их мылом, затем смыть мыло, закрыть кран. Старайтесь, чтобы Ваше объяснение было понятно и интересно малышу. Для этого можно использовать песенки, стишки. Например, умывание можно сопровождать такими стихотворениями:

*Ай, лады, лады,
Не боимся мы воды,
Чаще умываемся,
Детям улыбаемся.*

Или:

*Водичка, водичка,
Умой мое личико,
Чтобы щечки покраснели,
Чтоб смеялся роток,
Чтоб кусался зубок.*

Или:

*Кто у нас хорошая:
Кто у нас пригожая?
Катенька хорошая!
Катенька пригожая!*

- Учите ребенка следить за своим внешним видом, правильно вести себя за столом. Помогите ему правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой, вместе красиво сервируйте стол. После еды предложите малышу убрать за собой чашку, тарелку.
- Учите малыша снимать и надевать одежду, обувь, расстегивать и застегивать пуговицы и молнии.
- Приучайте ребенка ухаживать за своими вещами. Побуждайте его вешать одежду на свою вешалку, ставить в нужное место обувь, разбирать и убирать кроватку.
- Постарайтесь сделать так, чтобы в семье соблюдалось постоянство требований в отношении правил поведения. Ребенок не научится быть аккуратным, если папа требует от него убирать игрушки на место, а мама позволяет их разбрасывать. Предоставляя ребенку свободу во время игр и занятий, приучайте его после их окончания наводить порядок: убрать на место игрушки, поставить на полку книжки, вытереть испачканный акварельными красками стол.
- Воспитывайте у ребенка эстетическое отношение к порядку, чистоте: побуждайте его радоваться при виде чистой, красивой одежды, аккуратной прически окружающих и самого ребенка. Обращайте его внимание на опрятность других детей во время прогулки, на картинках в книжках. Прививайте малышу чувство брезгливости от грязной одежды, грязных рук, непричесанных волос, побуждайте обращаться к взрослому за помощью с тем, чтобы устранить неприятные моменты. Обращайте внимание ребенка на красоту убранной комнаты.
- Знакомьте ребенка с делами взрослых. Пусть он видит, как мама стирает и гладит белье, чистит одежду, как папа чинит кран и аккуратно убирает на место инструменты. Предложите малышу помочь вам. Пусть он постирает рядом с вами носовой платочек, вытрет полотенцем блюдце, поставит на стол хлебницу. Похвалите его за

помощь, подчеркните сходство со взрослыми, например: "Машенька, ты наводишь в комнате порядок, как мама" или "Саша, ты сегодня работал, как папа". Прививайте ребенку бережное отношение к результатам труда взрослых и своего собственного.

- Учите ребенка сочувствовать близким, заботиться о них. Предложите малышу помочь бабушке убрать со стола посуду, вытереть стол, полить цветы, убрать на место одежду.
- Помните, что удовольствие делать что-то вместе с вами – самая высокая награда для малыша.
- Если ребенку трудно, обязательно помогите ему.
- Не забывайте хвалить малыша за его самостоятельность, аккуратность, трудолюбие. Старайтесь благодарить его не вообще ("ты молодец"), а за конкретную помощь: "я так устала, а ты помог мне убрать со стола посуду" и пр.
- Если ребенок допустил оплошность, посочувствуйте ему, помогите исправить ошибку. Никогда не ругайте, не одергивайте, не дразните малыша, если он нечаянно разбил чашку, пролил воду или испачкался, если у него что-то не получается. Посочувствуйте ему и скажите, что в следующий раз у него все получится.
- Ругать ребенка за неопрятность можно только в том случае, если он что-то сделал намеренно: назло взрослому разбил чашку, перевернул тарелку или порвал книжку и пр. При этом ни в коем случае не оскорбляйте ребенка, порицание должно относиться только к конкретному проступку. Никогда не говорите: "Я тебя не люблю" или "Ты плохой мальчик". Лучше сказать так: "Ты нарочно разбил чашку и это очень плохо. Жалко, что теперь у нас не будет такой красивой посуды". Если ребенок рвет страницы книги, ему нужно сказать, что этого делать нельзя. Если он продолжает, следует забрать книжку и объяснить, почему Вы так делаете. Предупредите его: "Когда ты захочешь посмотреть книжку, я дам ее тебе. Но рвать страницы нельзя". После нескольких подобных случаев ребенок поймет последствия плохого поступка.
- Прививая детям навыки опрятности и аккуратности, старайтесь почаще использовать игровые приемы. Например, играя с малышом в такие сюжетные игры, как "Кормление куклы", "Купание куклы", "Уход за бельем", "Парикмахерская", "Гости", можно в интересной для ребенка форме обыграть многие бытовые действия и правила поведения. В ходе сюжетных игр можно приучать детей бережно обращаться с игрушками, ухаживать за ними.
- Прежде чем начинать требовать от ребенка убирать игрушки на место, организуйте в комнате удобный игровой уголок. Сделайте низкие полки для книг, карандашей и красок, кубиков, машинок. Поставьте коробку или ящик для мелких игрушек, маленький столик и стульчик для рисования, лепки, чтения.

- Приучать ребенка убирать на место игрушки лучше с помощью игровых приемов. Например, наводя вместе с ребенком порядок в игровом уголке перед сном, обыграйте это событие, разговаривая с игрушками: "Мячик, ты устал кататься, ложись в коробочку, отдохни. А вы, кубики, бегом-бегом на полочку в свой домик. Вот как красиво, ровно стоите! А тебе, Мишенька, тоже спать пора, давай мы положим тебя в кроватку, укроем одеяльцем, а собачку – под кроватку, пусть она тебя охраняет. Чашечки, встаньте на блюдечки, а то они скучают без вас. А вы, машинки, поезжайте в гараж". Можно сопровождать уборку чтением соответствующих стихов детских поэтов: А. Барто, Б. Заходера, Э. Мошковской и др.

Воспитывая у детей опрятность и аккуратность, избегайте педантизма и мелочного контроля над малышом. Маленький ребенок любознателен, ему все интересно – и бить ладошкой по воде, наблюдая, как во все стороны летят брызги, и лепить куличики из песка, и раскрашивать акварельными красками свои ручки или стол. Не запрещайте ему радоваться своим открытиям. Если вы не хотите, чтобы он испачкал новый костюмчик или промочил ноги, бегая по лужам, наденьте ему фартучек или резиновые сапожки. Подберите для него "рабочую одежду" и приучайте надевать ее на время игр, связанных с возможностью запачкаться. Не возводите опрятность в абсолют, не ставьте в зависимость от нее эмоциональное и познавательное развитие ребенка.