



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО, НАЧАЛЬНОГО И КОРРЕКЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ
КАФЕДРА СПЕЦИАЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ПРЕДМЕТНЫХ
МЕТОДИК

**«Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего
дошкольного возраста с нарушениями зрения на занятиях учителя-
дефектолога»**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование**

Направленность программы бакалавриата

**«Дошкольная дефектология»
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:

61 % авторского текста

Работа рецензия к защите

«5» 03 2025

зав. кафедрой СППиПМ

к.п.н., доцент Дружинина Л.А.

Дружинина Л.А.

Выполнила:

Студентка группы ЗФ-521-102-5-1

Порохина Владислава Геннадьевна

Научный руководитель:

к.п.н., доцент

Осипова Лариса Борисовна

Осипова Л.Б.

Челябинск
2025

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ	7
1.1 Понятие «культурно-гигиенические навыки» в психолого- педагогической литературе	7
1.2 Клинико-психолого-педагогическая характеристика детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения	11
1.3 Особенности развития культурно-гигиенических навыков младших дошкольников с нарушениями зрения	17
1.4 Роль занятий учителя-дефектолога в формировании культурно- гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения	25
Выводы по 1 главе.....	37
ГЛАВА 2 КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ	39
2.1 Организация и методика изучения культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста	39
2.2 Анализ и результаты изучения культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения	45
2.3 Реализация коррекционной работы по формированию культурно- гигиенических навыков у младших дошкольников с нарушениями зрения на занятиях учителя-дефектолога	51
Выводы по 2 главе.....	58
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	61
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ	66
ПРИЛОЖЕНИЕ	72

ВВЕДЕНИЕ

Здоровье человека формируется с раннего возраста. У детей организм значительно более восприимчив к воздействиям окружающей среды по сравнению со взрослым. Качество здоровья ребенка зависит от того, какие именно факторы на него влияют – положительные или отрицательные.

Позитивные условия способствуют укреплению здоровья, тогда как отрицательные факторы могут привести к проблемам. Поэтому огромное значение в укреплении и охране здоровья ребенка принадлежит его культурно-гигиеническому воспитанию и обучению.

Сегодня имеется достаточное количество научных работ, посвященных исследованию проблемы формирования культурно-гигиенических навыков, труды многих психологов и педагогов являются методические рекомендации по исследуемой проблеме (Ф.С. Левин-Щирина, В.Г. Нечаева, В.А. Горбачева, В.С. Мухина и другие). Дефект зрения обуславливает сложности формирования способностей к самообслуживанию, о чем пишут в своих работах В.З. Денискина, Л.Б. Осипова, Л.И. Солнцева [19].

Воспитание у детей привычек личной гигиены не только помогает им заботиться о своем здоровье, но и формирует чувство ответственности за себя и окружающих. Знания о гигиене, такие как необходимость мыть руки, соблюдать режим дня, а также понимание важности здорового питания, закладывают основы для формирования навыков заботы о своем здоровье в будущем.

Также стоит отметить, что навыки личной гигиены способствуют развитию социальной адаптации детей. Умение вести себя в обществе, соблюдать правила чистоты помогает им легче находить общий язык со сверстниками и взрослыми, а также способствует исключению негативных последствий для здоровья, связанных с несоблюдением культурно-

гигиенических навыков.

В Федеральном государственном образовательном стандарте по дошкольному образованию предусматривается создание условий для повышения качества дошкольного образования и в этих целях, наряду с другими мероприятиями, предполагается создание в дошкольном образовательном учреждении условий для сохранения и укрепление физического здоровья детей; воспитание культурно-гигиенических навыков; формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Нарушенное зрение негативно влияет на все виды познавательной деятельности ребенка, вследствие чего меняется не только количество получаемой информации, но и ее качество. В силу имеющейся зрительной патологии и психофизиологических особенностей формирование культурно-гигиенических навыков у детей с нарушением зрения происходит значительно позже, в то время как у нормально видящих сверстников, оно происходит в соответствии с возрастом.

У детей с нарушениями зрения нет привычки и потребности работать ежедневно, не формируется правильная установка к труду, умение и желание трудиться. В результате они остаются несформированными такие качества личности: трудолюбии, заинтересованности к выполняемой трудовой деятельности.

Особенности культурно-гигиенических навыков описаны в трудах Л.И. Плаксиной, Л.Б. Осиповой, Е.В. Моржиной, они доказывают необходимость проведения коррекционной работы, вместе с тем на сегодняшний момент, требуется обновление, поиск оптимальных путей по оказанию коррекционной помощи [18].

Кроме того, ограниченное количество литературы по данной проблеме также усугубляет ситуацию. Все это делает проблему актуальной и требует решения через разработку новых подходов в образовательной деятельности, направленных на формирование здоровья и развития детей с

нарушениями зрения.

Таким образом, проблема исследования культурно-гигиенических навыков у детей с нарушениями зрения требует тщательного рассмотрения, теоретического и эмпирического изучения особенностей данной категории детей младшего дошкольного возраста. Это и создает необходимость и актуальность данного исследования.

Объект исследования: формирование культурно-гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста.

Предмет исследования: содержание коррекционной работы по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения на занятиях учителя-дефектолога.

Цель исследования: теоретически изучить и практически обосновать целесообразность работы по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения на занятиях учителя-дефектолога.

Исходя из поставленной цели, нами были сформулированы следующие задачи исследования:

1. Изучить и проанализировать психолого-педагогическую и методическую литературу по теме исследования.
2. Изучить состояние культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.
3. Составить комплекс методических рекомендаций по формированию культурно-гигиенических навыков и показать специфику его использования на занятиях учителя-дефектолога.

Методы исследования:

1. Теоретические методы: изучение и анализ научной педагогической, психологической и методической литературы в рамках рассматриваемой проблемы;

2. Эмпирические (наблюдение, количественный и качественный анализ экспериментальных данных);

3. Анализ и интерпретация эмпирических данных.

База исследования: исследование проводилось на базе «МБДОУ детский сад № 127 г. Челябинска». Экспериментальную группу составили 4 ребенка младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.

Квалификационная работа состоит из введения, двух глав, выводов по каждой главе, заключения, списка использованных источников и приложений.

ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ

1.1 Понятие «культурно-гигиенические навыки» в психолого-педагогической литературе

Культурно-гигиенические навыки – представляют собой ключевой компонент системы самообслуживания и культуры поведения ребенка [3].

Прежде чем начать рассматривать понятие культурно-гигиенических навыки, необходимо рассмотреть характеристику самообслуживания.

Самообслуживание – является фундаментом для формирования у ребенка культурно-гигиенических навыков, включая умения приема пищи, одевания и раздевания, а также умывания и мытья рук [13].

По мнению Е.В. Моржиной, для формирования навыков самообслуживания ребенку необходимо освоить ряд умений, которые автор разделила на три группы:

1. навык поддержания опрятности;
2. навыки приема пищи;
3. навыки одевания и раздевания [18].

И на ряду, с навыками самообслуживания, культурно-гигиенические навыки – это первое, что формируется у ребенка для его социализации.

В нашем исследовании мы основываемся на определении культурно-гигиенических навыков, предложенном С.В. Петериной, которая описывает их как «процесс выполнения определенного действия, доведенного до автоматизма и регулируемого сознанием, что способствует проявлению опрятности и чистоты лица, рук, тела, прически, одежды и обуви».

По мнению С.В. Петериной «культурно-гигиенические навыки являются важнейшим компонентом культуры поведения. Необходимость в соблюдении опрятности, содержания в чистоте лица, рук, тела, прически,

одежды, обуви продиктованная не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений» [14].

Е.А. Алябьева определяет культурно-гигиенические навыки как «доведённое до автоматизма умение соблюдать правила личной и общественной гигиены, правила поведения в быту и общественных местах» [17].

Е.М. Белостоцкая пишет: «культурно-гигиенические навыки – доведённое до автоматизма умение соблюдать правила гигиены, входящее в неотъемлемую часть культуры поведения, составляющее основу гигиенического воспитания, как часть общего воспитания» [3].

Ю.А. Афонькина и Г.А. Урунтаева дают следующее определение культурно-гигиенических навыков: «культурно-гигиенические навыки – важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, тела, причёске, одежды, обуви, продиктована не только требованиями гигиены, но и норм человеческих отношений» [12].

Воспитание культурно-гигиенических навыков играет ключевую роль в процессе социализации ребенка. Освоение этих навыков помогает детям не только заботиться о своем здоровье, но и правильно взаимодействовать с окружающими.

Культурно-гигиенические навыки представляют собой важные элементы самообслуживания, что свидетельствует о начале формирования основ трудового воспитания. Для ребенка критически важно качество выполнения этих действий, поскольку процесс требует от него завершения начатого дела, сосредоточенности на достижении поставленной цели и способности избегать отвлечений. В этом контексте ребенок не нуждается в постоянных напоминаниях о необходимости выполнения тех или иных действий, так как он самостоятельно берет на себя ответственность и контролирует свои поступки. В результате данного процесса у ребенка развиваются такие личностные качества, как настойчивость,

организованность, дисциплинированность, целеустремленность, выдержка и самостоятельность [17].

Т.Л. Богина, Н.Т. Терехова отмечают, что «воспитание у детей культурно-гигиенических навыков способствует правильному поведению в общественных местах, в быту, играет важную роль в охране их здоровья. От того, как дети знают, и выполняют необходимые культурно-гигиенические правила и нормы поведения, зависит в целом не только их здоровье, но и здоровье взрослых и окружающих их детей».

В ряде исследований в области психологии и педагогики (Р.С. Буре, Л.Ф. Островская, С.В. Петерина, В.И. Ядэшко и других) подчеркивается важность своевременного развития культурно-гигиенических навыков. Нехватка таких навыков может негативно сказаться на здоровье ребенка и ограничить его в социальном взаимодействии [4].

Многие отечественные педагоги и психологи (Ф.С. Левин-Ширина, В.Г. Нечаева, В.А. Горбачева, В.С. Мухина, Е.В. Субботский, С.Г. Якобсон и другие) утверждают, что дети дошкольного возраста способны не только осознанно усваивать правила, но и понимать нормы поведения и взаимоотношений. Когда ребенок начинает осваивать культурно-гигиенические навыки, он осознает, что за каждым из них стоят не только практические аспекты, но и определенные правила поведения, сформированные на основе нравственных норм общества [13].

Культурно-гигиенические навыки представляют собой не только навыки соблюдения гигиенических норм, но и способы их культурного применения в повседневной жизни. Они включают в себя широкий спектр действий, направленных на поддержание личной гигиены и уважение к окружающим.

Исследование работ Л.К. Ионова, Н.Д. Терехова, С.А. Козлова и Т.А. Куликова позволило выделить несколько категорий культурно-гигиенических навыков:

- навыки культурного питания (питье, прием пищи);

- навыки поддержания личной чистоты (причесывание, уход за носом, умывание);
- навыки поддержания порядка в окружающей среде (уборка постели, одевание, чистка зубов);
- навыки правильного общения с взрослыми и сверстниками [32].

Формирование культурно-гигиенических навыков у детей не происходит случайно. Для их успешного освоения необходимо создание определённых условий. Одним из основных условий является физиологическая готовность ребенка, что включает в себя:

- координация движений (координация помогает ребенку эффективно управлять своими движениями, что критически важно для выполнения культурно-гигиенических процедур);
- сила и ловкость (регулярные физические упражнения и игры, направленные на развитие силы и ловкости, помогут детям выполнять действия, связанные с самообслуживанием, более уверенно и эффективно);
- устойчивость к утомлению (постепенное увеличение продолжительности занятий и разнообразие видов деятельности помогут детям развить выносливость и устойчивость к утомлению, что важно для выполнения гигиенических процедур);
- общая моторика (игры и упражнения, направленные на развитие общей моторики, способствуют улучшению координации движений, что необходимо для выполнения действий, связанных с культурно-гигиеническими навыками);
- мелкая моторика (занятия, направленные на развитие мелкой моторики (например, игры с мелкими предметами, рисование, лепка), помогут детям лучше справляться с задачами, требующими точности и ловкости рук, такими как мытье рук или застегивание пуговиц);
- зрительно-слуховое внимание (упражнения, направленные на развитие зрительно-слухового внимания, помогут детям лучше

ориентироваться в пространстве и сосредотачиваться на выполнении гигиенических процедур);

– мышление (обучение правильной технике мытья рук и других частей тела, включая использование мыла и воды, с акцентом на последовательность действий и важность гигиенических процедур для здоровья) [28].

С формированием базовых умений начинается путь к освоению сложных культурно-гигиенических навыков, поэтому начинать нужно именно с них.

1.2 Клинико-психолого-педагогическая характеристика детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения

Нарушения зрения в дошкольном возрасте имеют разнообразные клинические формы, причины, механизмы возникновения, степени тяжести и структуры нарушенных функций. Согласно классификации М.И. Земцовой выделяются следующие группы с проблемами со зрением:

1. Слепые – их острота зрения варьируется от 0 до 0,04 на лучшем глазу с корригирующими средствами. В эту группу входят полностью слепые (не имеющие зрительных ощущений), слепые, способные различать только свет и тьму, и слепые с остаточным зрением (острота зрения не превышает 0,04).

2. Слабовидящие – это дети с остротой зрения на лучшем глазу с коррекцией от 0,05 до 0,2 (в некоторых случаях до 0,3).

3. Дети с косоглазием и амблиопией – это распространенные нарушения зрения. [10].

Слабовидение проявляется в значительном снижении остроты зрения на лучшем глазу (с обычной коррекцией) в пределах от 0,05 до 0,2, или в менее выраженном снижении остроты при наличии серьезных нарушений других зрительных функций.

Наиболее часто встречается миопия (близорукость), а также

гиперметропия (дальнозоркость) и астигматизм.

Миопия представляет собой дефект рефракции, при котором изображение фокусируется не на сетчатке, а перед ней.

В нашем исследовании особое внимание уделяется работам Б.К. Тупоногова, который подчеркивает гиперметропию как патологию рефракции, при которой изображение формируется за сетчаткой.

Следует отметить, что многие люди с гиперметропией не ощущают ухудшения зрения благодаря хорошо развитым механизмам аккомодации. Легкая степень гиперметропии позволяет видеть хорошо как вдаль, так и вблизи, однако могут возникать проблемы с быстрой утомляемостью и головными болями при интенсивных зрительных нагрузках.

Средняя степень гиперметропии проявляется в том, что зрение на расстоянии остается хорошим, однако при взгляде на близкие объекты возникают трудности.

Высокая гиперметропия приводит к снижению зрения как на расстоянии, так и вблизи, так как глаза не могут сфокусировать изображение на сетчатке, даже для удаленных объектов [10].

Кроме сниженной остроты зрения у слабовидящих могут быть отклонения в цветоощущении, периферическом и бинокулярном зрении.

В свете новых задач исследование Л.И. Солнцевой приобретает особую значимость, поскольку оно выявило, что косоглазие является наиболее распространенным нарушением зрения среди дошкольников. Это состояние связано с нарушением бинокулярного зрения и проявляется в отклонении одного из глаз от точки фиксации. Косоглазие представляет собой не только эстетическую проблему, но и серьезный функциональный дефект [29].

Э.С. Аветисов, Л.А. Григорян и Е.И. Ковалевский, изучая состояние зрения детей с косоглазием и амблиопией, выделяют несколько основных типов косоглазия:

- содружественное косоглазие;

- сходящееся косоглазие и амблиопия разной степени;
- расходящееся косоглазие с разнообразной структурой дефекта (при нормальной остроте зрения, при гиперметропии с дальнорезким астигматизмом, при миопии и при амблиопии различной степени) [26].

Сходящееся косоглазие обычно проявляется в раннем детстве и часто имеет периодический характер. С течением времени оно может стать постоянным, так как зрительная система ребенка адаптируется к асимметричному положению глаз, что в свою очередь нарушает бинокулярное зрение. В отличие от этого, расходящееся косоглазие чаще всего усиливается с возрастом или остается стабильным, и появляется в более поздние годы.

В зависимости от степени понижения остроты зрения Э.С. Аветисов выделяет следующие степени амблиопии:

- слабая степень (острота зрения 0,8-0,4);
- средняя степень (острота зрения 0,3-0,2);
- высокая степень (острота зрения 0,1-0,05);
- очень высокая степень (острота зрения 0,04 и ниже) [2].

Амблиопия определяется как понижение остроты зрения, связанное с функциональными расстройствами зрительного анализатора, при отсутствии видимых анатомических изменений (по данным Л.А. Григоряна). Различают следующие виды амблиопии:

- рефракционная;
- дисбинокулярная;
- обскурационная;
- истерическая [9].

Рефракционная амблиопия развивается в результате длительного и постоянного воздействия нечеткого изображения на сетчатку глаза, что часто наблюдается при высокой степени дальнорезкости и астигматизме. Несмотря на то что правильно подобранные очки могут частично улучшить остроту зрения, полное устранение некоторых рефракционных

аномалий остается невозможным. Это подчеркивает важность ранней диагностики и комплексного подхода к лечению, направленного на минимизацию негативных последствий для зрительной функции.

Дисбинокулярная амблиопия развивается в результате нарушений бинокулярного зрения, и ухудшение зрения происходит из-за косоглазия. Для улучшения состояния необходимо корректировать методы бинокулярного зрения.

Обскурационная амблиопия развивается в результате помутнения оптических сред глаза, таких как катаракта или помутнение роговицы. Эти состояния могут быть как врожденными, так и приобретенными, возникая на ранних этапах жизни. Длительное воздействие нечеткого изображения на сетчатку приводит к нарушению нормального развития зрительной функции, что подчеркивает необходимость своевременной диагностики и коррекции данных патологий для предотвращения стойких нарушений зрения.

Истерическая амблиопия является редким состоянием, которое может возникнуть в результате психической травмы. Она проявляется снижением остроты центрального зрения, сужением поля зрения, а также спазмом аккомодации и конвергенции. Нарушения бинокулярного зрения, связанные с косоглазием и амблиопией, можно и нужно исправлять с помощью интенсивных тренировок и применения специализированных методов лечения [8].

У детей с нарушениями зрения восприятие окружающего мира проявляется в замедленности, узком поле обзора, низкой точности и нечеткости. Длительная нагрузка на зрение может быть нежелательной, так как это может привести к быстрой утомляемости и резкому ухудшению остроты зрения.

Зрительные нарушения оказывают значительное влияние на представления этих детей. Характерными чертами их представлений являются фрагментарность, схематичность, низкий уровень обобщения и

преобладание вербального мышления.

Согласно исследованиям, проведенным Л.И. Солнцевой, снижение внешних сенсорных стимулов оказывает отрицательное воздействие на различные аспекты внимания, включая его активность, направленность, широту, способность к переключению, интенсивность и устойчивость. Дефицит восприятия приводит к уменьшению объема и устойчивости внимания, что, в свою очередь, вызывает недостатки и фрагментацию когнитивных образов [29].

Согласно мнению А. Валлона, у детей с нарушениями зрения преобладают словесно-логическое и наглядно-действенное мышление. Кроме того, они используют практически-действенный тип мышления, в котором мыслительные процессы осуществляются через манипуляции с предметами и физические действия. Особенность наглядно-образного мышления заключается в том, что мыслительный процесс напрямую связан с восприятием окружающей действительности и не может происходить без этой связи.

Для более полной характеристики рассматриваемого вопроса были изучены работы: Л.Б. Осиповой, Л.И. Плаксиной, Е.Н. Подколзиной и других. Согласно исследованиям ученых, у значительного числа детей с нарушениями зрения наблюдается низкий уровень развития осязательной чувствительности и моторики пальцев и кистей рук. Это явление обусловлено тем, что дети с частичной потерей зрения в значительной степени полагаются на визуальную ориентировку, что приводит к недостаточному осознанию роли осязания как компенсаторного механизма для восполнения дефицита зрительной информации [27].

Работы А.Г. Литвака, Л.В. Черемошкиной наиболее полно отражают специфику трудностей развития памяти у детей дошкольного возраста с нарушениями зрения. В процессе выполнения заданий дети не могут сохранить цели задания и последовательность его выполнения. Они не способны запоминать несколько предметов одновременно и испытывают

сложности с запоминанием инструкций, состоящих из последовательных действий [16].

Дети дошкольного возраста с нарушениями зрения сталкиваются с трудностями в развитии волевой сферы. По мнению А.И. Каплан, М.С. Головина и Л.И. Солнцевой, при сложностях в выполнении задания такие дети могут прекратить свою деятельность. Организация процесса выполнения задания требует значительных усилий, и после непродолжительной работы у детей часто наступает утомление.

Детям с частичной потерей зрения свойственно снижение количества стимулирующей и сигнальной информации для осознательных действий. А.Г. Литвак отмечает, что процесс познавательного развития значительно снижается из-за недостатка зрительной информации [15].

Дети с пониженным зрением часто проявляют определенные черты характера, такие как раздражительность, замкнутость и негативизм, а также другие отрицательные поведенческие особенности. Психические аспекты слабовидящего ребенка выражаются в недостатках общения и взаимодействия в играх с другими детьми, а также в трудностях в учебе. У таких детей наблюдается быстрая утомляемость и отвлекаемость, особенно при выполнении задач, требующих зрительной активности.

Важно научить ребенка адекватно выражать негативные эмоции, контролировать свое эмоциональное состояние и снимать эмоциональное напряжение. Поведенческие, моторные и осознательные нарушения затрудняют формирование культурно-гигиенических навыков.

При изучении действий детей с косоглазием и амблиопией отмечается значительное снижение освоения предметного мира и развитие предметных действий. Слабовидящие дети также проявляют различные особенности поведения, такие как раздражительность, замкнутость и негативизм, что дополнительно усложняет процесс их социализации и обучения.

1.3 Особенности развития культурно-гигиенических навыков младших дошкольников с нарушениями зрения

Согласно И.В. Кантору, культурно-гигиенические умения и навыки представляют собой действия, которые человек выполняет автоматически, основываясь на собственном опыте. Если ребенок не усваивает эти навыки, полученные путем подражания взрослым, это может негативно отразиться на его жизнедеятельности и социальной адаптации [14].

Пример родителей играет ключевую роль, как и обсуждение правильного поведения как в общественных местах, так и дома [4].

По определению Н.Л. Климон, к культурно-гигиеническим навыкам, необходимым для детей дошкольного возраста, относятся следующие действия:

1. Блок культурно-гигиенических навыков. Основные ежедневные действия:

- мытье рук перед едой и после загрязнений;
- умывание после ночного сна и при загрязнении;
- принятие гигиенического душа перед сном и в летнее время перед дневным сном;
- мытье с мылом и мочалкой;
- подмывание перед сном и после сна, если ребенок мокрый;
- полоскание рта после еды;
- использование зубной щетки;
- применение носового платка по мере необходимости как в помещении, так и на улице;
- расчесывание перед зеркалом;
- уход за ногтями с помощью щеточки;
- избегание приема пищи грязными руками;
- мытье ног перед сном.

Эти навыки имеют важное значение для формирования

гигиенических привычек, способствующих здоровью и благополучию детей [18].

2. Блок коммуникативных навыков

Способность к общению является важнейшим инструментом для формирования личности и реализации ребенка в окружающем мире. Развитие коммуникативных навыков, необходимых для взаимодействия в разных ситуациях, понимания собеседников и проявления гибкости, должно начинаться уже в дошкольном возрасте.

Данный процесс поддерживается как родителями, так и воспитателями в дошкольных учреждениях. Игра, являясь основным видом деятельности для детей раннего возраста, занимает центральное место в этом контексте. В процессе игровой деятельности дети приобретают ценный опыт взаимодействия с окружающими, а также осваивают навыки соблюдения установленных правил и ограничений, что способствует их социальному и эмоциональному развитию [32].

3. Блок трудовых навыков.

Развитие трудовых навыков в дошкольном возрасте играет важную роль в социализации ребенка в обществе. Первоначальные трудовые умения формируются в семье через выполнение простых домашних заданий. Навыки самообслуживания и выполнение таких задач способствуют увеличению самостоятельности, как указывает С.А. Козлова.

На начальном этапе обучения ребенок осваивает отдельные компоненты выполнения задачи, после чего переходит к интеграции этих компонентов в целостный процесс. Ключевым аспектом данного процесса является соответствие поручений возрастным возможностям ребенка. В случае, если ребенок проявляет нежелание выполнять задание, не рекомендуется применять принудительные меры. Вместо этого родитель может продемонстрировать на собственном примере значимость труда, что

способствует формированию у ребенка положительных ассоциаций с выполнением заданий и укрепляет мотивацию к деятельности.

Эта форма взаимодействия создает у детей мотивацию и желание участвовать в труде, укрепляя их уверенность в своих способностях и относительном месте в семье и обществе.

4. Блок двигательных навыков.

Освоение двигательных навыков осуществляется поэтапно. На первом этапе дети осваивают понимание механики выполнения движений, что затем переходит в стадию практического применения, в ходе которой знание трансформируется в умение. После многократного повторения данных действий формируется устойчивый навык, как отмечает Е.В. Лизунова.

Дети наиболее эффективно развивают двигательные навыки через игровую деятельность и подражание взрослым. Формирование культурно-гигиенических навыков начинается с первых дней жизни и представляет собой комплексный процесс, который включает не только запоминание правил и норм поведения, но и обширный процесс социализации ребенка. Этот процесс способствует интеграции ребенка в социум и формированию его адаптивных способностей в мире взрослых.

Сформированные культурно-гигиенические навыки занимают центральное место в структуре культуры поведения ребенка, оказывая значительное влияние на его взаимодействие с окружающими и способствуя развитию его личности. Эти навыки не только способствуют формированию основ опрятности и самоуважения, но и играют важную роль в социализации, позволяя ребенку адаптироваться к социальным нормам и требованиям [32].

Опрятный внешний вид, который включает в себя чистоту лица и тела, аккуратную прическу, а также чистую одежду и обувь, представляет собой не только аспект личной гигиены, но и важный элемент норм, регулирующих межличностные отношения. Осознание детьми значимости

соблюдения этих правил способствует формированию уважительного отношения к окружающим и формирует положительные социальные взаимодействия. Наличие неряшливого внешнего вида может вызывать недовольство у других людей, что подчеркивает значимость личной аккуратности в социальном взаимодействии. Кроме того, неряшливость часто свидетельствует о недостаточной ответственности в организации других видов деятельности, что может негативно сказываться на восприятии личности в обществе [15].

5. Блок социально-бытовых навыков

Формирование навыков с младенчества. Значение навыков для взаимодействия с окружающими.

Важно отметить, что культурно-гигиенические навыки являются основанием для формирования уважительного отношения к окружающим и понимания норм поведения в обществе.

По мнению В.Г. Нечаевой, в норме у детей к двухлетнему возрасту начинает проявляться самостоятельность в снятии и складывании одежды, а также они могут умываться и вытираться самостоятельно. Они также готовы к формированию навыков культуры приема пищи, что включает в себя необходимость не разговаривать во время еды, использовать столовые предметы, кушать аккуратно и говорить «спасибо» [19].

К трем годам дети способны выполнять знакомые действия в определенной последовательности, такие как одевание, раздевание, мытье рук и другие.

С четырех лет дети дошкольного возраста должны быть способны правильно намыливать и вытирать кисти круговыми движениями, чистить зубы специальной детской пастой, полоскать рот после еды, использовать носовой платок и соблюдать правила хорошего поведения за столом (пользоваться столовыми приборами, не проливать еду).

В младшем дошкольном возрасте дети наиболее эффективно осваивают необходимые навыки через игры с определённым содержанием.

Для успешного формирования и закрепления гигиенических навыков целесообразно применять комбинированный подход, включающий как словесные, так и наглядные методы. В частности, рекомендуется использовать специализированные материалы по гигиеническому воспитанию в детском саду, а также различные иллюстрации и символы, что способствует более глубокому усвоению знаний и формированию устойчивых привычек у детей [14].

Для развития культурно-гигиенических навыков в дошкольном возрасте важно использовать изображения, чтобы дети могли узнавать процессы умывания, одевания, купания, еды и уборки помещения.

Дети также должны знать предметы, необходимые для выполнения гигиенических процедур, такие как мыло, полотенце, кран и посуда. Они должны уметь называть предметы одежды и обуви, а также выполнять действия с ними, такие как снимать, надевать, обувать, застегивать, расстегивать, шнуровать и завязывать.

Что касается детей с нарушением зрения, то, как отмечает Л.Б. Осипова, для детей представляют значительные трудности:

- расстегивание и застегивание пуговиц;
- низкие наклоны;
- захват пуговицы всеми пальцами рук;
- с затруднением находят петлевое отверстие с помощью зрения;
- захватывают всеми пальцами руки ткань рядом с отверстием;
- с трудом протаскивают пуговицу через отверстие [22] .

Нарушения качества овладения культурно-гигиенических навыков зависит от зрительно-моторной координации, которая недостаточно развита.

По мнению Н.Г. Морозовой, в дошкольный период, когда обычный ребенок расширяет свои знания и представления об обществе, дети с нарушениями зрения сталкиваются с определенной задержкой в развитии устойчивых навыков самообслуживания.

Как упоминалось ранее, основной основой для формирования культурно-гигиенических навыков являются хорошо развитые восприятие, память, внимание, мышление, а также общая и мелкая моторика и пространственная ориентация.

У детей с нарушениями зрения эти основы имеют свои особенности, что требует более тщательного изучения.

Одной из причин недоразвития культурно-гигиенических навыков является низкий уровень развития крупной и мелкой моторики. У детей не сформирована зрительно-моторная координация, мышечный захват, кроме того большое влияние на формирования культурно-гигиенических навыков влияют многократные повторения, то есть непосредственный опыт ребенка, а дети с нарушением зрения, как правило ограничены в этом, что так же является причиной формирования культурно-гигиенических навыков.

Специальные исследования, посвященные обучению культурно-гигиеническим навыкам у детей с нарушениями зрения, были проведены Л.И. Солнцевой. В ходе своих исследований автор проанализировала начальные формы трудовой деятельности дошкольников с нарушениями зрения, выявив задержку в их предметно-практической активности, а также несоответствие в развитии самооценки и оценки достигнутых результатов. Кроме того, было установлено, что двигательное подражание не является характерным методом обучения для данной категории детей в дошкольном возрасте и проявляется у них значительно позже, чем у их зрячих сверстников.

Л.Н. Лосева считает, что нарушения зрения затрудняют ориентировку в пространстве, затрудняя доступ к информации о расположении объектов, их качестве и усложняя планирование захвата и действий с ними. Недостаточная координация работы зрительного и опорно-двигательного аппарата снижает способность распознавать

предметы, определять их признаки, а также адаптировать форму кисти и силу захвата для более эффективного взаимодействия с предметами.

Е.Н. Подколзина, считает, что для формирования культурно-гигиенических навыков у дошкольников также необходимо ориентироваться в пространстве. Недостаточное развитие пространственной ориентации, имеющиеся у детей с нарушениями зрения, ограничивают их независимость и активность во всех сферах деятельности в будущем [24].

В работах Б.Г. Ананьева, В.В. Бушуровой, О.И. Галкиной и А.Г. Литвака, поднимается ряд проблем, которые связаны с формированием культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста. Эти навыки по уходу за собой имеют большое значение для всестороннего развития ребенка и его социальной адаптации.

К таким проблемам можно отнести:

- одной из основных проблем является чрезмерная опека со стороны родителей или воспитателей. Когда взрослые слишком активно вмешиваются в процесс самообслуживания, это может привести к тому, что ребенок не развивает необходимые навыки и не учится справляться с повседневными задачами самостоятельно. Чрезмерная опека может также снизить мотивацию ребенка к обучению и выполнению самостоятельных действий;

- недостаточную мотивацию самого ребенка. Мотивация играет важную роль в процессе обучения. Если ребенок не видит смысла в освоении навыков ухода за собой или не получает положительного подкрепления за свои усилия, его интерес к обучению может значительно снизиться. Важно создавать положительную атмосферу, где ребенок будет чувствовать себя уверенно и будет заинтересован в освоении новых умений;

- отсутствие единых требований к детям в семье по обучению культурно-гигиеническим навыкам;

– нарушение двигательной сферы ребенка. Физические ограничения или нарушения в развитии двигательной сферы могут существенно затруднить процесс освоения навыков самообслуживания. Дети с такими нарушениями могут испытывать трудности в выполнении простых действий, таких как одевание, мытье рук или использование столовых приборов. В таких случаях необходимо применять индивидуализированный подход и адаптированные методики обучения, которые учитывают особенности каждого ребенка;

– недостаточная сформированность схемы тела. Недостаточная сформированность схемы тела может затруднить выполнение действий, связанных с уходом за собой. Дети могут не осознавать, как правильно использовать свои конечности или как выполнять определенные движения. Важно проводить специальные занятия, направленные на развитие осознания своего тела и его возможностей, что поможет ребенку более эффективно осваивать навыки самообслуживания [31].

Одной из ключевых характеристик процесса обучения культурно-гигиеническим навыкам у детей с нарушениями зрения является высокая степень индивидуализации в организации их образовательной деятельности. Данный аспект включает в себя коррекцию пространственных представлений, а также развитие сенсорных функций, таких как способность различать формы, цвета и размеры предметов. Индивидуализированный подход позволяет учитывать специфические потребности каждого ребенка, что способствует более эффективному усвоению культурно-гигиенических норм и правил.

Формирование и совершенствование этих навыков требует систематического уточнения, корректировки и расширения представлений о свойствах и качествах предметов, с которыми ребенок взаимодействует. Важно отметить, что успешное освоение культурно-гигиенических навыков невозможно без активного вовлечения всех сенсорных систем, что позволяет детям более полноценно воспринимать окружающий мир и

адаптироваться к нему.

В процессе обучения необходимо использовать разнообразные методические подходы, направленные на развитие тактильной, слуховой и обонятельной чувствительности, что способствует более глубокому пониманию и осознанию окружающей действительности. Это, в свою очередь, создает условия для формирования устойчивых навыков самообслуживания и гигиенического поведения, что является важным аспектом социальной адаптации детей с нарушениями зрения.

Таким образом, индивидуализированный подход к обучению культурно-гигиеническим навыкам, основанный на учете специфических потребностей и возможностей каждого ребенка, является необходимым условием для успешного их развития и интеграции в общество.

1.4 Роль занятий учителя-дефектолога в формировании культурно-гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения

Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей – первооснова всей дальнейшей работы и основа для развития физически крепкого ребёнка. К тому же культурно-гигиенические навыки – являются первой и основной ступенью для трудового воспитания.

Проблемы сохранения и укрепления детского здоровья и пути их решения отражены во многих законодательных и нормативно-правовых актах. Для модернизации системы дошкольного образования в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании» был разработан федеральным государственным образовательным стандартом структуры основной образовательной программы дошкольного образования. Забота об охране здоровья детей является одним из важнейших мотивов реформирования системы образования.

В Законе Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» отмечается, что дошкольное образование направлено на

формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, а также создание условий для начала учебной деятельности и сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста [33].

Согласно федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования, задачи воспитания у дошкольников культурно-гигиенических навыков и формирования начальных представлений о здоровом образе жизни относятся к образовательной области «Физическое развитие». Это обусловлено тем, что такие задачи направлены на укрепление здоровья и благополучия детей. Воспитание культурно-гигиенических навыков помогает формировать культуру поведения у детей и способствует их позитивной социализации, а также соответствует социально одобряемым нормам общения. Активное выполнение детьми правил личной гигиены и владение культурно-гигиеническими навыками оказывают важное воздействие на здоровье и являются ключевыми для успешной социализации малышей.

В программе федерального государственного образовательного стандарта, особое внимание уделяется на развитие личности ребенка, сохранению и укреплению здоровья детей, а также воспитанию культурно-гигиенических навыков. Принципы, которые утверждает Стандарт реализуются через программу «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Н.А. Васильевой. В этой программе также прописывается, что культурно-гигиенические навыки у детей нужно воспитывать уже с 3-х лет [5].

На основании адаптированной основной общеобразовательной программы для детей с нарушением зрения, в разделе «Физическое развитие», особое внимание уделяется укреплению здоровья, формированию культурно-гигиенических навыков, представлению о здоровом образе жизни и потребности в двигательной деятельности [1].

Процесс формирования социальных умений у детей с нарушениями зрения направлен на создание условий, способствующих защите, сохранению и укреплению здоровья каждого ребенка. В рамках данной работы осуществляется формирование культурно-гигиенических навыков, развитие потребности в ведении здорового образа жизни, а также обогащение представлений о собственном здоровье и методах его укрепления. Эти аспекты являются неотъемлемой частью комплексного подхода к воспитанию и обучению детей с особыми образовательными потребностями, что способствует их социальной адаптации и интеграции в общество.

Важным аспектом данного процесса является интеграция знаний о здоровье в повседневную практику, что позволяет детям осознанно подходить к вопросам личной гигиены и здоровья. Это, в свою очередь, способствует не только улучшению физического состояния, но и формированию положительного отношения к собственному здоровью, что является основой для дальнейшей социальной адаптации и интеграции в общество.

Программа описывает формирование культурно-гигиенических навыков как процесс формирования знаний и представлений о предметах быта, необходимых для личной гигиены; развитие точных и дифференцированных умений и навыков при выполнении практических действий; создание компенсаторных стратегий (включая алгоритмизацию) для выполнения повседневных практических действий; формирование представлений о частях тела и их функциональных возможностях; а также расширение сенсорного опыта.

Содержание коррекционной работы по формированию культурно-гигиенических навыков отражено в программах «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений IV вида (для детей с нарушением зрения)» под редакцией Л.И. Плаксиной в разделах по социально-бытовой ориентировке и трудовому обучению. Анализ

программ позволил определить, что в 3-4 года продолжается формирование трудовых предпосылок к становлению самостоятельности [23].

Коррекционно-развивающая работа осуществляется различными специалистами ДОО с целью обеспечения комплексного психолого-педагогического воздействия на развитие детей с нарушением зрения.

Ответственным за реализацию программы является учитель-дефектолог.

Основными функциональными обязанностями учителя-дефектолога является:

- проведение обследования исходного уровня развития осязания и мелкой моторики ребенка;
- проведение коррекционных занятий с детьми;
- проведение консультаций для педагогов и родителей;
- разработка индивидуальных программ обучения, учитывая особенности каждого ребенка и степень его нарушения зрения;
- помощь в развитии у детей навыки ориентирования в пространстве, работы с тактильными и слуховыми сигналами, а также навыки самообслуживания;
- помощь в социализации детей, помогает им взаимодействовать с окружающими, развивать коммуникативные навыки и уверенность в себе;
- работа с родителями, обучая их методам поддержки и развития ребенка дома, а также информирование о возможностях реабилитации;
- применение различных адаптированных техник и оборудования, специальных обучающих программ, чтобы облегчить процесс обучения;
- регулярное оценивание успехов ребенка, внесение коррективов в образовательный процесс и установливание новых целей.

Формирование культурно-гигиенических навыков у детей

осуществляется учителями-дефектологами в рамках занятий по социально-бытовой ориентировке, где предусмотрен специальный раздел для развития этих умений. А.Н. Леонтьев подчеркивает важность обучения детей целенаправленному восприятию и последовательному знакомству с окружающими объектами, следуя заранее установленному алгоритму или символическому плану. Это включает в себя активное получение и уточнение информации о себе, своих сенсорных возможностях, а также о предметах и явлениях, которые их окружают [25].

В.З. Денискина подчеркивает, что для успешного развития культурно-гигиенических навыков детям необходимо уметь взаимодействовать с предметами своего окружения, определяя их свойства, качества и функции на основе основных характеристик, применяя метод сравнения. Занятия по формированию этих навыков будут эффективными только при условии развития мыслительных процессов. Анализируя, сравнивая, обобщая и классифицируя информацию, ребенок углубляет свои знания о мире и окружающих предметах. Применение соотнесенной речи в процессе формирования предметных представлений способствует расширению словарного запаса и развитию образной речи у детей [6].

Для эффективного проведения занятий по социально-бытовой ориентировке в детском саду необходимо создать определенные условия, способствующие оптимизации образовательного процесса. Ключевые аспекты организации включают:

1. организация предметно-пространственной среды: Необходимо учитывать содержание индивидуальной работы с детьми и задачи, связанные с социально-бытовой ориентировкой. Это подразумевает создание пространства, которое будет способствовать активному взаимодействию детей с окружающей средой;

2. наличие игровых материалов: Важно обеспечить доступность игр и материалов, направленных на развитие навыков социально-бытовой

ориентировки. Эти ресурсы должны быть разнообразными и адаптированными к потребностям детей;

3. дифференциация пособий: Пособия по социально-бытовой ориентировке должны быть четко дифференцированы для каждого занятия с учетом зрительных возможностей ребенка. Это позволит учитывать индивидуальные особенности и потребности каждого воспитанника;

4. доступность материалов: Размещение пособий для сюжетно-ролевых игр, дидактических материалов и натуральных объектов должно осуществляться в местах, доступных для детей. Это обеспечит возможность самостоятельного выбора и использования материалов в процессе игры и обучения;

5. организация мебели и игрушек: Мебель и игрушки в группе должны быть организованы таким образом, чтобы педагог мог проводить игры по интересам детей как индивидуально, так и в подгруппах. Это создаст условия для активного участия каждого ребенка в образовательном процессе;

6. проведение зрительной гимнастики: Важно включать зрительную гимнастику в занятия по мере возникновения зрительного утомления. Это поможет поддерживать работоспособность детей и предотвратить переутомление, что, в свою очередь, способствует более эффективному усвоению материала [24].

Для успешной реализации программы социально-бытовой ориентировки в образовательном учреждении необходимо обеспечить интеграцию усилий всех участников образовательного процесса, включая педагогов, психологов и родителей. Важным аспектом данной работы является развитие культурных навыков общения детей как с ровесниками, так и со взрослыми. Это включает в себя обучение правилам поведения в общественных местах и в домашних условиях, а также формирование культурно-гигиенических навыков и умений самообслуживания.

Данные аспекты могут быть интегрированы в занятия, проводимые

различными специалистами, что позволит создать целостный подход к обучению и воспитанию детей. Родители, в свою очередь, играют ключевую роль в закреплении полученных знаний и умений в домашних условиях, что способствует более глубокому усвоению культурных норм и правил поведения.

Исследование Л.Б. Осиповой подчеркивает важность коррекционных занятий для развития социально-бытовой ориентировки и культурно-гигиенических навыков у детей [20].

Л.А. Дружинина, Л.И. Плаксина и Л.Б. Осипова подчеркивают значимость коррекционных занятий как важной формы работы с детьми с нарушениями зрения, предлагая их проведение как в индивидуальном, так и в групповом формате. Рекомендуется организовывать группы для занятий 2-3 раза в неделю, при этом количество участников не должно превышать 4-5 человек. Данный подход позволяет учитывать уровень развития детей, степень освоенности специальных навыков, а также индивидуальные темпы их деятельности, что способствует более эффективному усвоению коррекционных программ и улучшению результатов обучения [7].

Методы и наглядные материалы, применяемые в обучении детей с нарушениями зрения, должны быть тщательно подобраны с учетом возрастных особенностей, индивидуальных характеристик воспитанников, состояния их зрительных функций и уровня развития зрительного восприятия. В этом контексте Л.И. Плаксина акцентирует внимание на том, что коррекционная поддержка для данной категории детей должна быть адаптирована к их специфическим трудностям, связанным с сенсорными нарушениями. Это подразумевает необходимость использования дифференцированных подходов, которые учитывают не только физические ограничения, но и психологические аспекты, оказывающие влияние на процесс обучения.

Адаптация методов и материалов включает в себя использование

тактильных, слуховых и обонятельных стимулов, что позволяет создать более полное представление о предметах и явлениях окружающего мира. Кроме того, важно учитывать, что дети с нарушениями зрения могут испытывать трудности в восприятии информации, что требует от педагогов применения разнообразных форм и методов работы, направленных на активизацию всех доступных сенсорных каналов [23].

Л.И. Солнцева акцентирует внимание на том, что использование всех видов чувствительности в занятиях по социально-бытовой ориентировке помогает детям формировать более четкие и полные представления о предметах [29].

Ключевым аспектом в обучении детей с нарушениями зрения является формирование навыков целенаправленного восприятия и последовательного изучения объектов окружающей среды. Данный процесс способствует активному получению информации о собственных сенсорных возможностях, а также о предметах и явлениях, окружающих ребенка. Эффективное освоение этих методов позволяет детям развивать не только когнитивные способности, но и навыки ориентирования в пространстве, что, в свою очередь, способствует их социальной адаптации и интеграции в общество.

Л.Б. Осипова выделяет, что на занятиях по социально-бытовой ориентировке необходимо развивать у дошкольников умение эффективно использовать доступные анализаторы при знакомстве с предметами. Особое внимание стоит уделить формированию навыков выделения предметов личной гигиены, посуды и одежды в ближайшем окружении. Кроме того, детям следует научиться анализировать основные характеристики объектов, такие как цвет, форма, размер и пространственное положение, а также устанавливать связи между предметами и их функциями. Это комплексное развитие навыков значительно улучшает качество жизни детей с нарушениями зрения и их способность ориентироваться в окружающем мире [21].

В любые занятия включаются игры и упражнения, в которых предлагаются задания по формированию культурно-гигиенических навыков.

Как указывает Е.А. Ерастова, интеграция базовых гигиенических и культурных навыков в повседневную жизнь детей играет решающую роль в их социальной адаптации. Привитие таких привычек, как умывание, мытье рук, правильный прием пищи и уход за собой, способствует развитию независимости и уверенности в себе.

Наличие четких последовательностей действий, таких как мытье рук с мылом, уход за лицом и правильное использование полотенца, помогает детям закрепить необходимые навыки. Обучение правилам поведения во время еды также формирует их осознание о том, как создать комфортные условия для себя и окружающих.

Как считает О.И. Бочкарева, важно, чтобы освоение культурно-гигиенических навыков происходило не только в учебной среде, но и в домашней обстановке, что позволяет детям впитывать эти модели поведения в повседневной жизни. Согласованность в обучении в различных контекстах (семья, образовательные учреждения) будет способствовать более глубокому усвоению и практическому применению этих навыков.

На занятиях с детьми дошкольного возраста рекомендуется использовать разнообразные методы и приемы, чередуя и сочетая их между собой.

В работе дефектолога широко применяются разнообразные методы. Практический метод является ключевым, но он всегда используется в сочетании с другими подходами. Показ, наглядность и словесное сопровождение – все это способствует более эффективному усвоению материала.

Важно не только демонстрировать действия и образцы, но и создавать условия для того, чтобы ребенок мог применять полученные

знания и навыки для компенсации нарушений зрения. Такой подход помогает развивать не только практические, но и речевые навыки, что в свою очередь способствует общему развитию ребенка.

Практический метод, используется чаще всего, он предполагает такие приемы: упражнение; элементарные опыты, экспериментирование; элементарный опыт и моделирование.

По мнению Я.А. Коменского принцип наглядности так же является одним из важнейших принципов обучения, так как путь человеческого познания начинается с чувственного восприятия конкретных фактов и явлений.

Автор обращает особое внимание на две большие группы наглядных методов обучения: методы иллюстраций и демонстраций, и роль наглядных средств в воспитательном процессе. В наглядном методе используются такие приемы: показ способов, действий и показ образца.

Нельзя не выделить словесные методы. По мнению М.М. Алексеева и Б.И. Яшина, словесный метод применяется реже наглядного и практического. К словесным методам относятся: чтение и рассказывание художественных произведений, заучивание наизусть, пересказ, обобщающая беседа, рассказывание без опоры на наглядный материал. Во всех словесных методах используются наглядные приемы: показ игрушек, предметов, картин, рассматривание иллюстраций, поскольку возрастные особенности маленьких детей и природа самого слова требуют наглядности [9].

Под средствами обучения следует понимать разнообразнейшие материалы и орудия учебного процесса, благодаря использованию которых более успешно и за рационально сокращенное время достигаются поставленные цели обучения; это материальный или идеальный объект, который используется учителем-дефектологом и ребенком для усвоения знаний. В процессе формирования культурно-гигиенических навыков, целесообразно будет использовать такие средства как:

- тактильные метки. Их размещают на предметах, которые нужно найти, например, на шкафчиках для одежды и полотенца;
- опознавательные знаки. Их прикрепляют на одежду ребёнка, если на ней отсутствуют тактильные детали. Например, маленькая пуговица на резинке штанишек или значок на футболке могут служить ориентирами для обозначения передней части одежды;
- алгоритмы. Их используют для обучения последовательному выполнению действий по самообслуживанию. Например, алгоритм порядка одевания с тактильными изображениями или алгоритм порядка умывания;
- игры с куклой. Их применяют, чтобы повысить интерес к самообслуживанию. Например, можно предложить ребёнку одеть куклу на прогулку или выбрать для неё нарядную одежду;
- предметы с тактильным рисунком. Их используют, чтобы ребёнок мог считать руками, что изображено на его личных вещах;
- обучение приёму пищи. Учитель-дефектолог садится за спиной ребёнка, берёт ложку его рукой, зачерпывает пищу и подносит ко рту. Постепенно ребёнок учится выполнять движение самостоятельно и запоминает его;
- обучение обращению с кранами. Ребёнок должен усвоить, как следует обращаться с кранами холодной и горячей воды, запомнить их расположение и научиться различать краны на ощупь.

На занятиях учителя-дефектолога используются все методы и специальные приёмы. Рассмотрим приемы для формирования культурно-гигиенических навыков у детей с нарушениями зрения:

Приёмы для слепых детей:

- ориентирование по осязанию (обучение гигиеническим процедурам (умыванию рук, чистке зубов) проводится через тактильные ощущения. Педагог может использовать текстурированные предметы или модели, чтобы проиллюстрировать процесс);

- аудиальные инструкции (использование голосовых указаний и звукозаписей для поэтапного объяснения гигиенических практик, таких как использование мыла или зубной пасты);

- практическое моделирование (демонстрация выполнения процедур с акцентом на звук (например, как звучит вода из крана) и тактильные ощущения. Дети могут пробовать выполнять действия на моделях или под контролем педагога);

- использование обоняния (запахи, ассоциируемые с определёнными средствами гигиены (например, мыло или шампунь), могут служить ориентиром в обучении).

Для слабовидящих детей включаются все те же приемы, что и для слепых детей, однако есть ещё несколько приемов, которые так же могут помочь слабовидящим детям:

- визуальные подсказки (применение контрастных цветов и больших изображений на упаковках средств гигиены, чтобы помочь детям с ограниченным зрением распознавать предметы);

- изучение света и тени (обучение с акцентом на использование света для оценки чистоты и порядка в пространстве. Например, объяснение, как обратить внимание на блики или попавший свет на поверхности);

- комбинирование слуховых и визуальных указаний (использование как слуховой информации (например, описаний шагов в гигиенических процедурах), так и визуальных подсказок для улучшения понимания);

- практическое обучение (использование демонстраций, где дети могут видеть и слышать процесс, что способствует ее усвоению) [11].

Отбор методов и приемов осуществляется в соответствии с целями, задачами обучения, воспитанием, развитием с учетом концептуальных основ, отраженных в программе по социально-бытовой ориентировке. Более эффективным, как показывает опыт, является оптимальное

сочетание методов и приемов с дошкольниками на занятии. На занятиях и различных видах деятельности могут быть использованы не только известные разнообразные приемы, но и авторские.

Выводы по 1 главе

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме изучения культурно-гигиенических навыков у детей показали, что данная проблема широко исследована в теоретических и практических трудах, выдающихся зарубежных и отечественных психологов и педагогов прошлого и современности.

В нашем исследовании мы основываемся на определении культурно-гигиенических навыков, предложенном С.В. Петериной, которая описывает их как «процесс выполнения определенного действия, доведенного до автоматизма и регулируемого сознанием, что способствует проявлению опрятности и чистоты лица, рук, тела, прически, одежды и обуви».

Выделяют несколько групп культурно-гигиенических навыков: навыки еды, навыки соблюдения порядка в помещении, навыки одевания и раздевания.

К концу дошкольного периода у детей формируются культурно-гигиенические навыки, что создает предпосылки для успешной адаптации к обучению в более старшем возрасте. Процесс формирования этих навыков осуществляется в соответствии с установленными нормами и правилами, для чего необходимы регулярность, последовательность и рациональность в подходах. Привитие гигиенических навыков и навыков культурного поведения не только способствует укреплению здоровья ребенка, но и дисциплинирует его, подготавливая к социальной интеграции. Для достижения максимальной эффективности культурно-гигиенического воспитания младших дошкольников важно, чтобы оно осуществлялось в едином контексте, с активным участием как педагогов,

так и родителей.

Для детей с нарушениями зрения замедленный процесс восприятия, узость обзора и сниженная точность выделения объектов усложняют освоение культурно-гигиенических навыков. Ограниченные возможности осязательной чувствительности и моторики рук могут приводить к трудностям в выполнении даже простых гигиенических процедур. Это требует от учителя-дефектолога применения специальных методик, приемов и методов обучения, направленных на развитие осязательных навыков, улучшение координации движений и многое другое.

Учитель-дефектолог должен активно использовать тактильные стимулы, игровые элементы и практические занятия, чтобы создать условия для успешной практики и закрепления полученных навыков.

ГЛАВА 2 КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ

2.1 Организация и методика изучения культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста

Цель исследования: выявить уровень сформированности культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.

Экспериментальная работа проводилась на базе исследования: Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 127 города Челябинска». Было осуществлено наблюдение за сформированностью культурно-гигиенических навыков 4 детей возраста 3-4 года с нарушениями зрения (слепота и слабовидение).

Проведению исследования предшествовало ознакомление с медицинской и педагогической документацией. Основным диагнозом двух детей является слепота, двух других – слабовидение.

По нашему мнению, для изучения уровня сформированности культурно-гигиенических навыков у детей дошкольников с нарушениями зрения хорошо подходит методика, разработанная Галины Анатольевны Урунтаевой и Юлии Александровны Афонькиной «Изучение сформированности культурно-гигиенических навыков». Авторы предлагают в процессе наблюдения за детьми оценивать ведущие навыки культурно-гигиенические навыки [12].

Наблюдение проводится по следующим показателям:

– навыки, необходимые для соблюдения личной гигиены, включают в себя следующие компоненты: мытье рук и лица, что способствует предотвращению инфекционных заболеваний; чистка зубов, направленная на поддержание здоровья полости рта и профилактику

стоматологических заболеваний; расчесывание волос, что способствует поддержанию опрятного внешнего вида; а также умение пользоваться туалетом, что является важным аспектом самостоятельности и социальной адаптации ребенка;

– навыки, связанные с процессом приема пищи, включают в себя следующие компоненты: умение правильно держать столовые приборы, такие как ложка и вилка, а также чашку, что способствует формированию культуры питания; использование ножа для нарезки продуктов, соломки для питья и салфетки для поддержания опрятности во время еды; а также навыки открытия упаковок различных кондитерских изделий, что развивает самостоятельность и практические умения в повседневной жизни;

– навыки самообслуживания, связанные с процессом одевания и раздевания, включают в себя ряд ключевых компонентов, способствующих формированию самостоятельности у детей. В частности, дети способны надевать и снимать такие мелкие предметы гардероба, как носки, колготки, шапки, варежки и нижнее белье. Они также умеют справляться с надеванием и снятием более крупных вещей, таких как рубашки, брюки, юбки, кофты, куртки, пальто и свитера. Кроме того, дети осваивают навыки застегивания пуговиц, кнопок и клепок, а также пользования молниями, липучками и другими застежками на одежде и обуви. Они понимают последовательность действий при одевании и раздевании, что способствует развитию их организованности. Дети также умеют складывать и развешивать одежду, а также надевать и снимать домашние тапочки, кроссовки, ботинки и сапоги. Важным аспектом является умение расшнуровывать и зашнуровывать обувь, а также расстегивать и застегивать обувь на молнии или липучках. Наконец, дети знают, как правильно ставить обувь в специально отведенное для этого место, что способствует формированию аккуратности и ответственности за свои вещи.

При проведении оценки учитывается правильность выполнения действий и степень самостоятельности ребенка. Каждому навыку присваивается отдельная оценка, которая может варьироваться от 0 до 3 баллов, где:

0 баллов – присваивается, если все указанные действия выполняет взрослый;

1 балл – выставляется, если действия осуществляются совместно ребенком и взрослым;

2 балла – указывает на то, что самостоятельность в выполнении данных действий проявляется эпизодически;

3 балла – присваивается в случае, если ребенок полностью самостоятельно выполняет все необходимые действия.

Оценивание навыков самообслуживания в процессе наблюдения позволяет определить три уровня их сформированности: высокий, средний и низкий.

Низкий уровень развития навыков самообслуживания констатируется при сумме баллов от 0 до 36 баллов.

Показатели действий по уходу за собой при низком уровне следующие:

- навыки, необходимые для соблюдения личной гигиены: самостоятельно пользуются полотенцем, педагог помогает надевать и снимать его. Им необходима помощь в открывании, закрывании крана и намыливании рук. При чистки зубов, педагог помогает найти щетку и пасту. Умываясь не засучевает рукава.

- навыки в процессе приема пищи: дети используют в основном только ложку, иногда педагог подает ложку прямо в руку, могут проверить остатки пищи рукой. С трудом на столе могут найти кружку, в основном пьют из соломинки, потому что зарутденен навык держания. Не вытирают рот салфеткой и крошат хлеб;

– навыки самообслуживания при одевании и раздевании: дети с низким уровнем, нуждаются в помощи педагогам. Необходимо, чтобы педагог помогал им одеться, у них возникают трудности в надевании колготок, носков, водолазок, курток, шапок, обуви.

Для оказания помощи незрячим дошкольникам с низким уровнем развития навыков самообслуживания необходимо учитывать несколько ключевых аспектов.

Во-первых, важно обеспечить постоянную поддержку и помощь со стороны взрослых, что способствует созданию безопасной и комфортной среды для обучения.

Во-вторых, необходимо осуществлять контроль за качеством выполнения детьми трудовых процессов, что позволит своевременно корректировать ошибки и направлять их усилия в нужное русло.

В-третьих, следует учитывать, что детям с нарушениями зрительного восприятия может быть затруднительно проявлять самостоятельность и правильность в действиях по самообслуживанию. В этой связи важно поощрять и мотивировать детей к развитию культурно-гигиенических навыков, что будет способствовать их уверенности в собственных силах. Наконец, необходимо создать условия, способствующие формированию стремления к самостоятельности и желанию к самоутверждению у детей, что является важным аспектом их личностного и социального развития.

Средний уровень развития навыков самообслуживания констатируется при сумме баллов от 37 до 72 баллов.

Показатели действий по уходу за собой при среднем уровне следующие:

– навыки, связанные с личной гигиеной, включают в себя следующие аспекты: дети способны самостоятельно осуществлять мытье лица и рук, а также чистку зубов, при этом лишь изредка обращаясь за помощью к взрослым. Они также умеют самостоятельно расчесываться и вытираться полотенцем, что свидетельствует о развитии их моторных

навыков и способности к самообслуживанию. Кроме того, дети способны пользоваться туалетом, соблюдая все установленные правила гигиенического поведения, что является важным элементом их социальной адаптации и формирования культурно-гигиенических привычек;

- навыки, связанные с процессом приема пищи, включают в себя следующие аспекты: дети способны правильно использовать столовые приборы, такие как ложка и вилка, что свидетельствует о развитии их моторных навыков и понимании культурных норм поведения за столом. Они аккуратно пьют из кружки, придерживаясь за ручку, что демонстрирует их способность к саморегуляции и внимательности. В ходе приема пищи дети проявляют культурное поведение, избегая проливания жидкости и крошения хлеба, а также внимательно следят за тем, чтобы не испачкать одежду, что является важным элементом формирования их культурно-гигиенических привычек и социальной адаптации;

- навыки самообслуживания, связанные с процессом одевания и раздевания, проявляются в способности детей самостоятельно выполнять данные действия, обращаясь за помощью к взрослым лишь в тех случаях, когда требуется застегнуть или расстегнуть пуговицы или молнию. Дети не испытывают затруднений при надевании носков, колготок или головных уборов, что свидетельствует о развитии их моторных навыков и уверенности в собственных силах. Кроме того, они аккуратно складывают свою одежду и ставят обувь на отведенное для этого место, что демонстрирует их стремление к порядку и организованности.

Высокий уровень развития навыков самообслуживания констатируется при сумме баллов от 73 до 108 баллов.

Показатели действий по уходу за собой при высоком уровне следующие:

- навыки, необходимые для поддержания личной гигиены, включают в себя ряд ключевых компонентов, которые свидетельствуют о развитии самостоятельности и уверенности у детей. В частности, дети

способны самостоятельно выполнять такие гигиенические процедуры, как умывание лица и рук, что демонстрирует их осознание важности личной гигиены. Они также умеют чистить зубы, заботиться о состоянии своих волос и могут без посторонней помощи пользоваться туалетом, соблюдая при этом все необходимые правила гигиенического поведения. Эти навыки являются важными аспектами формирования культурно-гигиенических привычек и способствуют социальной адаптации детей в окружающей среде;

– навыки, связанные с приемом пищи, включают в себя ряд важных аспектов, которые свидетельствуют о развитии самостоятельности и культурного поведения у детей. В частности, дети уверенно и самостоятельно используют столовые приборы, такие как ложка и вилка, при этом педагог может оказывать помощь в использовании ножа, если это необходимо. Они аккуратно пьют из кружки, придерживаясь за ручку, что демонстрирует их внимание к правилам этикета. Во время еды дети проявляют культурное поведение, избегая крошения хлеба и не ведя разговоров за столом, что способствует формированию навыков общения и соблюдения норм поведения в социальной среде. Кроме того, они способны самостоятельно открывать индивидуальную упаковку, что свидетельствует о развитии их моторных навыков и самостоятельности в процессе питания;

– навыки, связанные с самостоятельным одеванием и раздеванием, включают в себя способность детей выполнять данные действия без посторонней помощи, что свидетельствует о развитии их моторных навыков и уверенности в себе. Дети способны самостоятельно надевать и снимать одежду, включая головные уборы, варежки и перчатки. Они также умеют застегивать и расстегивать элементы одежды, такие как пуговицы и молнии, что указывает на их понимание последовательности действий и координацию движений. Кроме того, дети проявляют заботу о чистоте своей обуви, что является важным аспектом формирования

культурно-гигиенических привычек и ответственности за собственные вещи.

2.2 Анализ и результаты изучения культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения

Протокол обследования детей в экспериментальной группе «Солнышко» из 4 детей младшего дошкольного возраста представлен в виде таблицы (таблица 1) (приложение 1).

Таблица 1 – Протокол обследования детей

Параметры	Дети /Диагноз офтальмологический			
	1 ребенок Сапронова Ксюша	2 ребенок Загретдинова Милана	3 ребенок Мартынова Пелагея	4 ребенок Шаяхметов Рома
	Гиперметропия средней степени, Оперированное сходящееся содружественное частично аккомодационное альтернирующее преимущественно правостороннее косоглазие. РР в пределах возрастной нормы	Гиперметропия высокой степени ОУ с прямым сложным астигматизмом. Амблиопия слабой степени ОУ. ФН	Врожденная аниридия ОУ Гиперметропия слабой степени. Непостоянный горизонтальный нистагм ОУ, сходящееся содружественное косоглазие. ОНР III уровня	Задержка психоречевого развития Врожденная аномалия ДЗН (Гипоплазия ДЗН справа, Аплазия ДЗН слева) обоих глаз, Миопия слабой степени обоих глаз, врожденный горизонтальный нистагм. ОНР III уровня
	Конкретизация параметра (действий)			
Умывание	Взрослый открывает и закрывает кран, самостоятельно берет мыло и намыливает руки, кладет в мыльницу, вытирая руки полотенцем снимает его и не вешает на место	Открывает кран самостоятельно, мыло не берет в руки и не намыливает их, самостоятельно находит полотенце, пользуясь полотенцем, не снимает его с вешалки	С помощью взрослого открывает и закрывает кран, не сформирован ладонный захват в связи, с чем не берет самостоятельно мыло, намыливает	Самостоятельно открывает и закрывает кран, берет мыло в руки и полностью их намыливает, находит свое полотенце, снимает и вешает его

			руки не полностью, придерживая мыльницу. Пользуясь полотенцем, не снимает его, вытирает руки не насухо	обратно на вешалку
Причесывание	Пользуется расческой по напоминанию взрослого и его помощи	Пользуется расческой по напоминанию взрослого и его помощи	Расческой помогает пользоваться педагог	Пользуется расческой по напоминанию взрослого и его помощи
Одевание и раздевание	Одевание и раздевание происходит медленно лишь с помощью словесной инструкции взрослого и иногда помощи в засовывании рукавов и горловины	Самостоятельно одевается и раздевается, застегивает и расстегивает пуговицы, необходима помощь в завязывании шнурков	Самостоятельно не может расстегивать, застегивать пуговицы, развязывать и завязывать шнурки	Одевается, раздевается, застегивает, расстегивает, завязывает и развязывает шнурки с помощью взрослого, как словесно, так и лично
Уборка постели	Необходима помощь взрослого при заправлении постельного	Постель самостоятельно не заправляет	Постель самостоятельно не заправляет	На сон час не остается
Прием пищи	Кушает самостоятельно, пользуется вилкой, ложкой. Следит за чистотой и по необходимости использует салфетку, не крошит хлебом	Самостоятельно ест, умеет пользоваться вилкой и ложкой, использует хлеб. Салфетку использует по назначению, когда необходимо	Самостоятельно ест пищу, проверяет остатки пищи рукой, хлеб не использует, вилкой пользоваться не умеет. Салфеткой вытирает только тогда, когда ей лично дают в руки. Вертится за столом	Ест самостоятельно, но иногда не может зачерпнуть еду ложкой, в этом ему необходима помощь педагога, хлеб не использует, салфеткой пользуется с помощью словесной инструкции взрослого
Питье	Самостоятельно берет кружку и пьет	Самостоятельно берет кружку и пьет	Кружку берет с помощью взрослого	Кружку берет с помощью педагога
Туалет	Посещение	Посещает туалет	Посещение	Взрослый

	туалета с помощью взрослого, иногда необходима помощь в снятии и надевании вещей	самостоятельно, необходима помощь в застегивании пуговиц	туалет с помощью взрослого, необходима помощь в снятии и надевании вещей	помогает в одевании и снятии одежды
Содержание личных вещей в порядке	Убирает вещи на свое место, но скомканные, не расправляет и не складывает их	Красиво складывает вещи на свои места	Убирает вещи на свое место, но не сворачивает их	Убирает вещи на свое место, но скомканные, не расправляет и не складывает их

У Ксюши С. навыки личной гигиены затруднены, ей необходима помощь в открывании и закрывании крана. Полотенце на место не вешает, а кладет на полку. При помещении туалета необходимо, чтобы педагог завел её в кабинку, помог снять одежду и подать туалетную бумагу. Так же необходимо, чтобы педагог помог с одеванием и раздеванием, складывание одежды, не может самостоятельно надеть верхнюю одежду, застегнуть молнию, пуговицы. Обувь самостоятельно не надевает и не снимает. Приемы пищи сформированы достаточно хорошо, самостоятельно кушает и пользуется вилкой, хлебом, следит за чистотой. Иногда оказывает помощь другим во время еды, если это необходимо. Постельное заправляет с помощью педагога. Ладонный захват сформирован достаточно хорошо, нежели чем пинцетный.

Милана З. самостоятельно может открыть кран и сполоснуть руки, мыло в руки она не берет и не намыливает их, пользуясь полотенцем, не снимает его с вешалки. Посещая туалет так же необходима помощь в использовании туалетной бумаги. Сформированы навыки одевания и раздевания, одевается в необходимом порядке и раздевается, аккуратно и бережно относится к своим вещам, лишь необходима помощь в завязывании шнурков. Самостоятельно надевает и снимает обувь. Постельное самостоятельно не заправляет. Навыки приема пищи

сформированы достаточно хорошо, за столом не верится, пользуется салфеткой, хлебом и вилкой когда это необходимо.

Пелагея М. вертится за столом, самостоятельно ест только жидкую пищи, поэтому необходима помощь педагога, чтобы покормить её вторым блюдом и подать её кружку, ведь самостоятельно на столе она её найти не может. Не аккуратна при приеме пищи, низко наклоняется над тарелкой. Не правильно держит ложку, в связи, с чем возникают трудности зачерпывать её и подносить ко рту. В туалет ходит с сопровождением педагога, сама не может контролировать, когда это необходимо. Не умеет пользоваться расческой и носовым платком. Одевание и раздевание происходит со словесной инструкцией педагога и неоднократным повторением, что сейчас необходимо сделать. Иногда педагогу приходится самому надевать на неё верхнюю одежду и обувь.

Рома Ш. сформированы навыки личной гигиены, самостоятельно открывает кран, берет мыло и намыливает руки, закрывает его, пользуется полотенцем снимая его с вешалки и надевает обратно, с помощью алгоритма может проверить правильно ли он всё выполнил. Самостоятельно пользуется туалетом и умеет использовать туалетную бумагу по назначению. В использовании расчески и носового платка, ему необходима помощь педагога. Не сформированы навыки одевания и приема пищи. За столом необходима помощь педагога, подать салфетку, помочь зачерпнуть в ложку, когда необходимо, он не умеет пользоваться вилкой, с трудом находят свою кружку, не берет хлеб. В навыках одевания так же необходима помощь педагога, расстегнуть или застегнуть пуговицы, молнию, помочь завязать шнурки.

Качественный анализ результатов показал, что у половины детей сформированы навыки личной гигиены, одевания, приема пищи. А у половины детей эти навыки затруднены, из-за слепоты (рисунок 1).

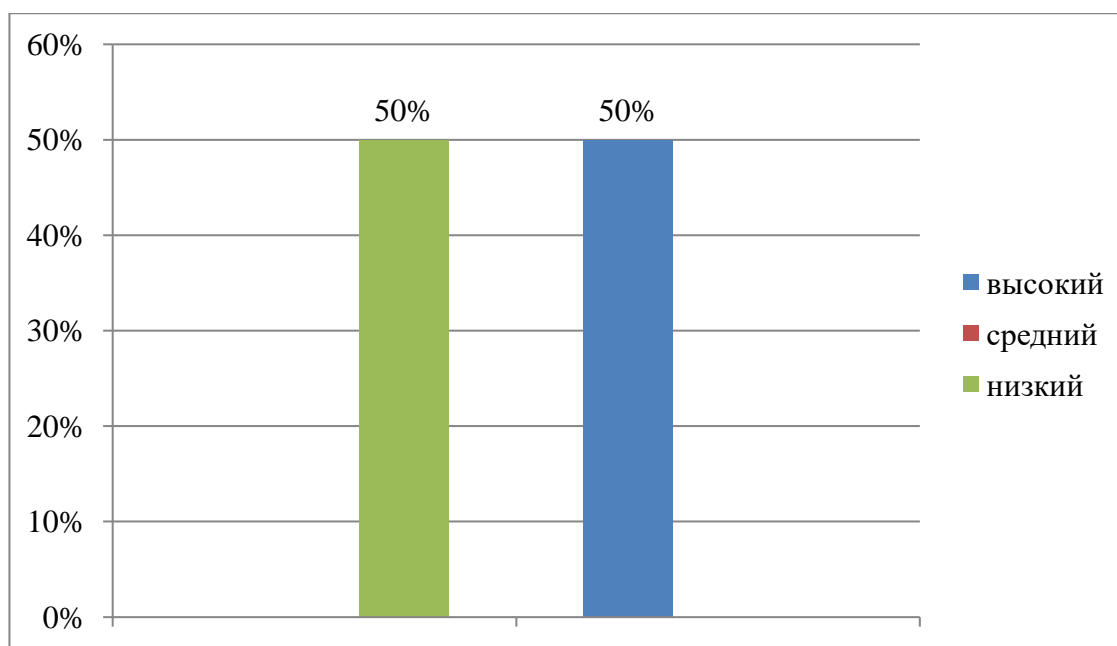


Рисунок 1 – Состояние культурно-гигиенических навыков у детей 3-4 лет с нарушением зрения

Таким образом, из 4 детей экспериментальной группы, 2 ребенка имеют высокий уровень культурно-гигиенических навыков, а 2 низкий. Связано это со степенью нарушения зрения.

Анализ показал значительное различие в уровне освоения культурно-гигиенических навыков среди детей, что требует внимания и более целенаправленного подхода в обучении.

Результаты анализа:

1. Высокий уровень гигиенических навыков (50% детей): эти дети продемонстрировали способность пользоваться ложкой и салфеткой, что свидетельствует о наличии базовых навыков самообслуживания. Соблюдение тишины во время приема пищи – это важный аспект культуры поведения. Правильное снятие одежды и использование таких предметов, как полотенце и мыло, подчеркивает осознание значимости личной гигиены.

2. Низкий уровень гигиенических навыков (50% детей): отсутствие формирования навыков у этой группы детей может свидетельствовать о недостаточном обучении или нежелании выполнять гигиенические

процедуры. Частый отказ от выполнения гигиенических мероприятий и проявление негативных эмоций показывают, что детям может не хватать интереса или мотивации, а так же поддержки со стороны взрослых.

Индивидуальный подход: для детей с низким уровнем навыков необходимо разработать индивидуальные планы обучения, чтобы постепенно вводить гигиенические процедуры в их повседневную практику. Интерактивные занятия: включить игровые и наглядные методы обучения, которые могут заинтересовать детей и сделать процесс освоения навыков увлекательным, разработать алгоритмы, чтобы они могли самостоятельно проверять себя. Вовлечение родителей: привлечение родителей к процессу обучения поможет создать единый подход к формированию культурно-гигиенических навыков, как в детском саду, так и дома. Создание положительной атмосферы: создание поддержки и понимания со стороны взрослых, чтобы дети чувствовали себя уверенно и не боялись совершать ошибки в процессе обучения.

Детей со средним уровнем выявлено не было.

Анализируя условия, созданные для осуществления работы по формированию у детей культурно-гигиенических навыков, мы отметили, что педагоги данной группы, чаще всего, для осуществления деятельности в этом направлении применяют показ, пример и объяснение. Очень редко используется игровые приемы, для создания мотивации и не учитывают того, что содержание культурно-гигиенических навыков у детей в данный возрастной период осваивается, игра становится ведущим видом деятельности именно в младшем возрасте [30].

Таким образом, нам удалось увидеть уровень сформированности культурно-гигиенических навыков у детей младшего возраста, используя наблюдение из предложенной методики. Проанализировать условия по формирования культурно-гигиенических навыков в группе.

2.3 Реализация коррекционной работы по формированию культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников с нарушениями зрения на занятиях учителя-дефектолога

Коррекционная работа по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения основывалась на результатах проведенного эксперимента. Основные формы коррекционной деятельности были выделены следующим образом:

- 1) занятия, направленные на социально-бытовую ориентировку;
- 2) коррекционная составляющая в общеобразовательных занятиях;
- 3) коррекционная работа в режимные моменты, в процессе самостоятельной деятельности и в семейной обстановке.

В Федеральной адаптированной образовательной программе описывается раздел по социально-бытовой ориентировке, где дети должны уметь: проявляет умения во владении освоенными навыками самообслуживания, проявляет умения в социально-бытовой и пространственной ориентировке с опорой на зрение в поиске, выборе, использовании предметов самообслуживания, проявляет умения приспосабливать движения рук (руки), положения пальцев к конструктивным особенностям предметов самообслуживания; стремится подражать педагогическим работником в действиях с предметами самообслуживания;

Основываясь на программе специальных коррекционных образовательных учреждений под редакцией Л.И. Плаксиной, мы сформулировали содержание коррекционной работы, направленной на развитие культурно-гигиенических навыков у детей с нарушениями зрения. Данная программа включает в себя комплекс мероприятий, направленных на формирование у детей навыков самообслуживания, таких как личная гигиена, прием пищи и одевание.

Коррекционная работа предполагает использование адаптированных методик и технологий, которые учитывают индивидуальные особенности и потребности слабовидящих детей. Важным аспектом является создание безопасной и поддерживающей образовательной среды, способствующей развитию самостоятельности и уверенности в себе.

Кроме того, программа включает в себя обучение детей основам культурного поведения, что способствует их социальной адаптации и интеграции в общество. В процессе коррекционной работы акцентируется внимание на формировании у детей положительных привычек, связанных с личной гигиеной и культурой питания, что является важным элементом их общего развития и благополучия [23].

Теоретической основой для разработки содержания коррекционной работы послужили методические рекомендации, представленные Л.А. Дружининой, Е.В. Моржиной и Л.Б. Осиповой [7].

Коррекционные занятия, направленные на социально-бытовую ориентировку, могут быть организованы как в группах, так и в индивидуальном формате, что позволяет учитывать уникальные потребности и особенности каждого ребенка. Индивидуальные занятия, как правило, имеют пропедевтический характер и проводятся с частотой два-три раза в неделю, что способствует более глубокому усвоению материала и формированию необходимых навыков в условиях, адаптированных к индивидуальным возможностям обучающегося.

Для детей, демонстрирующих высокий уровень культурно-гигиенических навыков, занятия организуются дважды в неделю, что позволяет поддерживать и развивать уже сформированные умения. В то же время для детей с низким уровнем культурно-гигиенических навыков предусмотрено более интенсивное обучение, которое осуществляется трижды в неделю. Такой подход обеспечивает необходимую коррекционную поддержку и способствует более эффективному усвоению навыков самообслуживания и социально-бытовой ориентировки, что, в

свою очередь, способствует их социальной адаптации и интеграции в общество.

Согласно мнению Е.В. Моржиной, в процессе индивидуальных занятий с детьми особое внимание следует уделять отработке конкретных операций, составляющих каждый навык. Обучение организуется поэтапно: на первом этапе определяется уровень, на котором ребенок способен выполнять действия в рамках данного навыка. Далее устанавливаются ближайшие шаги, необходимые для его освоения, при этом применяется система поощрений, включающая внимание педагога и любимые занятия ребенка.

С увеличением уровня освоения действий объем помощи со стороны педагога постепенно уменьшается, что проявляется в переходе от физических жестов к устным инструкциям. Такой подход позволяет не только развивать самостоятельность ребенка, но и способствует формированию уверенности в своих силах, что является важным аспектом в процессе коррекционного обучения. Таким образом, методика, предложенная Е.В. Моржиной, подчеркивает значимость индивидуального подхода и поэтапного освоения навыков для детей с нарушениями зрения [18].

Ключевым методом обучения навыкам является демонстрация каждого отдельного действия и его последовательности. Ознакомление детей с выполнением нового действия требует внимательной и детализированной демонстрации, а также тщательного объяснения каждого этапа. Важным аспектом данного процесса является активное участие ребенка в выполнении действия, что способствует более глубокому усвоению материала и формированию необходимых навыков.

Развитие культурно-гигиенических навыков в рамках занятий по социально-бытовой ориентировке можно условно разделить на три этапа.

Первый этап коррекционных занятий по социально-бытовой ориентировке включает пропедевтическую работу, направленную на

подготовку моторных навыков рук ребенка для освоения культурно-гигиенических навыков, а также на ознакомление с соответствующими предметами. Для детей с нарушениями зрения данная работа играет ключевую роль в развитии функциональной готовности к выполнению отдельных действий в области культурно-гигиенических навыков.

В процессе занятий осуществляется знакомство с различными предметами одежды, а также с предметами, находящимися в ванной комнате и на кухне. Для детей с полной потерей зрения на данном этапе акцентируется внимание на тактильном восприятии, что позволяет им осваивать навыки обращения с предметами личной гигиены, столовыми приборами и другими необходимыми атрибутами. Работа осуществляется в формате «рука в руке», что способствует формированию уверенности у детей в использовании предметов и умений, необходимых для их повседневной жизни. Таким образом, первый этап является основополагающим для дальнейшего освоения культурно-гигиенических навыков и социальной адаптации детей с нарушениями зрения.

На основном этапе слабовидящие дети учатся выполнять простые трудовые действия с посудой, средствами личной гигиены и предметами быта. Они знакомятся с функциональным назначением различных предметов, отрабатывают технические навыки работы с ними и учатся выполнять элементы игры, используя вещи из своего окружения. Слепые дети начинают самостоятельно использовать предметы личной гигиены, столовые приборы, формируются навыки одевания, всё это сопровождается словесной инструкцией педагога и если это необходимо, то помощью.

На завершающем этапе у слабовидящих детей идет закрепление культурно-гигиенических навыков и повышение уровня самостоятельности в их выполнении. В этот период педагог лишь контролирует правильность выполнения этих навыков, не вмешиваясь непосредственно в процесс. Для слепых детей на данном этапе дают алгоритмы, чтоб они тактильно изучили его и при мытье рук, обследуя поочередно алгоритм, выполняли

действия.

Нами был разработан комплекс методических рекомендаций для тифлопедагогов, родителей и воспитателей. В них включается 3 раздела «Личная гигиена», «Одевание и раздевание», «Прием пищи». В каждом разделе представлены темы, всего 10 тем в течение года, в каждой теме отражаются операции, по формированию культурно-гигиенических навыков и приемы работы или алгоритмы со слабовидящими детьми и со слепыми, так же в данном комплексе представлены дидактические игры и рекомендации для родителей. Что дает возможность сразу закрепить полученный результат в игровой деятельности и в семье.

При разработке методических рекомендаций мы поставили перед собой следующие задачи:

- способствовать осознанию предметного мира и углублять способности исследовать объекты с использованием всех сенсорных функций (зрения, слуха, обоняния и осязания), обучая детей пониманию их назначения, а также правилам использования и хранения;
- обучать основам личной гигиены и заботе о собственном теле;
- расширять представления о одежде, обуви и правилах их ухода;
- развивать навыки культурного поведения за столом.

Нами были выбраны и проведены игры, в которых дети:

- поэтапно обследовали объект с помощью всех сенсорных функций;
- выделяли части объекта (форму, величину, цвет);
- определяли свойства и качества объекта;
- определяли назначение объекта.

Данное методическое пособие будут полезно тифлопедагогам при проведении занятий по социально-бытовой ориентировки, а так же воспитателям при проведении режимных моментов и конечно им могут воспользоваться родители.

Приведем пример по разделу «Прием пищи», тема «Приглашаем куклу на чай». В данной теме мы познакомили детей с посудой, обследовали её, выделяли главные признаки по которым можно понять, что за посуда стоит перед ребенком. Так же были представлены игры по данной теме для закрепления изученного материала. Не менее важно было разработать по каждому разделу, алгоритмы для слепых детей, чтобы тактильно они смогли изучать культурно-гигиенические навыки.

Важно развивать у детей навыки самостоятельности, учить их оценивать свой внешний вид и исправлять неопрятность в одежде и внешности, особенно перед занятиями физкультурой.

Сформированные операции по культурно-гигиеническим навыкам должны применяться детьми в рамках режимных моментов и самостоятельной деятельности. Мы создали среду, способствующую формированию культурно-гигиенических навыков. Дети использовали столовые приборы, самостоятельно следили за чистотой рук и тела, учились правильно пользоваться полотенцем и салфеткой после еды, заправляли постель и могли самостоятельно одеваться и раздеваться, поддерживая порядок в шкафчиках.

Для эффективного формирования навыков опрятности и личной гигиены в групповых и туалетных помещениях необходимо создать соответствующую материально-техническую базу, включающую в себя определенные предметы, способствующие обучению. К числу таких предметов относятся мыло и мыльница, расческа, полочки для хранения гигиенических принадлежностей, полотенце, а также крючок для полотенца, установленный на удобной для детей высоте.

Наличие этих предметов не только обеспечивает доступность необходимых средств для поддержания личной гигиены, но и способствует формированию у детей положительных привычек, связанных с опрятностью. Правильная организация пространства, а также доступность гигиенических принадлежностей играют важную роль в процессе

обучения, позволяя детям самостоятельно и уверенно выполнять гигиенические процедуры.

В контексте обучения навыкам приема пищи важно предоставить стул и стол соответствующей высоты, а также посуду, включая чашки, тарелки, столовые приборы и салфетки. Доступность этих предметов позволяет детям осваивать основные правила поведения за столом и развивать навыки самостоятельного питания.

Для освоения навыков одевания и раздевания необходимо обеспечить разнообразие одежды и обуви, а также шкафчик для их хранения. Это создает условия для практического применения полученных знаний и умений, что является важным аспектом в процессе социализации детей.

Педагог играет ключевую роль в этом процессе, руководя и поддерживая действия детей через различные игровые формы обучения. Игра предоставляет ребенку возможность наглядно увидеть результаты своей деятельности, что приносит удовлетворение и побуждает его оказывать помощь сверстникам, сталкивающимся с трудностями. Оптимистичное отношение педагога к процессу обучения способствует развитию и укреплению интереса ребенка к занятиям, что, в свою очередь, положительно сказывается на эффективности формирования культурно-гигиенических навыков [30].

Закрепление культурно-гигиенических навыков у детей должно осуществляться не только в рамках образовательных учреждений, но и в домашних условиях, что является важным аспектом их всестороннего развития и социальной адаптации. В этой связи разработаны консультации и рекомендации для родителей, направленные на поддержку процесса формирования данных навыков в повседневной жизни (подробные примеры представлены в приложении 2).

В частности, при организации процесса одевания необходимо учитывать рост ребенка, его физические возможности. Обеспечьте

организованное пространство для хранения одежды. Используйте специальные контейнеры или ящики, помеченные тактильными метками, чтобы ребенок мог легко находить нужные вещи. Применяйте тактильные метки (например, липкие наклейки, шнурки разной текстуры) на одежде, чтобы помочь ребенку различать предметы по ощущениям. Это может быть полезно для идентификации цвета, размера и типа одежды. Научите ребенка последовательности действий при одевании. Используйте простые и понятные инструкции, чтобы он мог запомнить порядок надевания одежды. Подбирайте одежду, которая легко надевается и снимается. Избегайте сложных застежек и выбирайте модели с эластичными поясами и простыми застежками, такими как липучки или кнопки. Регулярно практикуйте одевание вместе с ребенком. Повторение поможет ему развить уверенность и самостоятельность в выполнении этого процесса. Постепенно обучайте ребенка навыкам самообслуживания, связанным с одеванием, включая уход за одеждой и ее хранение.

Таким образом, систематическая работа на занятиях по социально-бытовой ориентировке, общеобразовательных занятиях, в семье, дает возможность детям с нарушениями зрения самостоятельно овладеть культурно-гигиеническими навыками.

Выводы по 2 главе

Таким образом, для изучения уровня сформированности культурно-гигиенических навыков у детей дошкольников с нарушениями зрения мы взяли за основу методику Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной «Изучение сформированности культурно-гигиенических навыков».

Анализ наблюдения в режимных моментах показал, что у детей не сформировано умение застегивать пуговицы, при расстёгивании их необходима помощь педагога. Также у них слабо выражено умение вести себя за столом, соблюдать личную гигиену. Анализ результатов наблюдений позволил выделить три группы детей в зависимости от уровня

развития культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников с нарушениями зрения. Эти данные подчеркивают значимость формирования культурно-гигиенических навыков в этом возрасте и важность положительного отношения детей к их выполнению, так как основы, заложенные в раннем детстве, становятся фундаментом для дальнейшего развития навыков самообслуживания и культурного поведения.

Мы определили следующие формы коррекционной работы: занятия по социально-бытовой ориентировке; коррекционная направленность в общеобразовательных уроках; коррекционная деятельность в ходе самостоятельной работы детей (под руководством взрослого) на коррекционных занятиях, в режимных моментах и в игровой деятельности; а также коррекционная работа в домашних условиях.

Описано содержание работы по каждой из предложенной форм. Разработан комплекс методических рекомендаций, который включает в себя 3 раздела «Прием пищи», «Личная гигиена», «Одевание и раздевание», в разделе «Прием пищи» были составлены 2 темы, к ним расписаны операции, дидактические игры и рекомендации для родителей, в разделе «Личная гигиена» представлено 5 тем, к ним так же расписаны рекомендации и дидактические игры и раздел «Одевание и раздевание», в нем 3 темы.

Важной формой является упражнение в формировании культурно-гигиенических навыков дома. С этой целью были разработаны рекомендации родителям по различным темам.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Целью данного исследования было теоретически изучить и практически обосновать целесообразность работы по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения на занятиях учителя-дефектолога.

Для решения цели нами был решен ряд задач.

В рамках первой задачи нами была рассмотрена психолого-педагогическая литература по проблеме исследования.

По мнению С.В. Петериной «культурно-гигиенические навыки являются важной составляющей частью культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чисто те лица, рук, тела, причёски, одежды, обуви продиктованная не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений».

Е.А. Алябьева отмечает, что: «культурно-гигиенические навыки – доведённое до автоматизма умение соблюдать правила личной и общественной гигиены, правила поведения в быту и общественных местах».

При этом Е.М. Белостоцкая пишет: «культурно-гигиенические навыки – доведённое до автоматизма умение соблюдать правила гигиены, входящее в неотъемлемую часть культуры поведения, составляющее основу гигиенического воспитания, как часть общего воспитания».

Формирование культурно-гигиенических навыков у детей является важным компонентом их общего развития и представляет собой основу для последующего обучения и социализации. Эти навыки не только способствуют поддержанию физического здоровья ребенка, но и формируют у него осознание личной ответственности за собственное благополучие.

Культурно-гигиенические навыки включают в себя умения, связанные с личной гигиеной, опрятностью, а также соблюдением норм поведения в общественных местах. Освоение данных навыков способствует развитию у детей самосознания и уверенности в себе, что, в свою очередь, положительно влияет на их социальную адаптацию и взаимодействие с окружающими.

В рамках исследования были выделены ключевые культурно-гигиенические навыки, которые включают в себя: навыки приема пищи, навыки поддержания порядка в помещениях, а также навыки одевания и раздевания. Формирование этих навыков осуществляется в соответствии с установленными педагогическими правилами и требует регулярности, последовательности и рациональности в подходах к обучению.

Важно отметить, что культурно-гигиенические навыки не только способствуют укреплению здоровья ребенка, но и играют значительную роль в его социальной адаптации. Они дисциплинируют детей, формируя у них ответственность за собственное поведение и окружающую среду. Таким образом, освоение культурно-гигиенических навыков является важным этапом в подготовке ребенка к полноценной жизни в обществе, что подчеркивает необходимость их систематического и целенаправленного обучения в образовательных учреждениях и домашних условиях.

Для решения второй задачи мы изучили особенности культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста с нарушениями зрения.

На основе клинико-психолого-педагогической характеристики таких детей можно сделать следующие выводы:

- дети с нарушениями зрения сталкиваются с трудностями в восприятии как объектов, так и действий с ними, что затрудняет формирование культурно-гигиенических навыков;
- анализ специализированной литературы показывает, что у этих

детей возникают проблемы при одевании, раздевании, приеме пищи и соблюдении личной гигиены;

– ученые акцентируют внимание на важности коррекционной работы в этой области для помощи детям в развитии необходимых навыков.

У детей с нарушениями зрения наблюдается преобладание словесно-логического и наглядно-действенного типов мышления, что обусловлено особенностями их восприятия окружающего мира. В то же время, у таких детей фиксируется низкий уровень развития осязательной чувствительности, а также моторики пальцев и кистей рук, что может негативно сказываться на их способности к выполнению мелких моторных действий и манипуляций с предметами.

Кроме того, у детей с нарушениями зрения отмечаются трудности в развитии памяти, что может быть связано с ограниченным доступом к визуальной информации, необходимой для формирования ассоциативных связей и запоминания. В результате, у них наблюдается уменьшение количества стимулирующей и сигнальной информации, необходимой для успешного выполнения осязательных действий. Эти факторы требуют особого внимания в процессе коррекционной работы, направленной на развитие сенсорных и моторных навыков, а также на формирование у детей представлений о пространстве и окружающем мире.

Особенности развития детей с нарушениями зрения оказывают значительное влияние на процесс формирования культурно-гигиенических навыков, что, в свою очередь, приводит к возникновению трудностей в выполнении таких повседневных действий, как одевание и раздевание, прием пищи и мытье рук.

Дети с нарушениями зрения часто сталкиваются с проблемами, связанными с недостаточной развитостью осязательной чувствительности и моторики, что затрудняет их способность к выполнению мелких моторных действий, необходимых для успешного освоения культурно-

гигиенических процедур. Кроме того, ограниченный доступ к визуальной информации может негативно сказываться на их способности к восприятию и запоминанию последовательности действий, что также затрудняет процесс обучения.

В рамках второй задачи были исследованы методики формирования этих навыков у детей с нарушениями зрения.

Был организован эксперимент на базе: Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 127 города Челябинска». В исследовании приняли участие 4 воспитанника 3-4 лет с нарушениями зрения. Изучение детей проходило в ходе наблюдения режимных моментов. Обращалось внимание на такие культурно-гигиенические навыки, как: одевание-раздевание, пользование туалетной комнатой, прием пищи, личной гигиене.

В процессе проведения эксперимента были выявлены значительные трудности у детей с нарушениями зрения в освоении культурно-гигиенических навыков. В частности, наблюдалось, что большинство детей не обладают достаточными навыками застегивания пуговиц, что требует вмешательства педагога для расстегивания и застегивания одежды. Кроме того, не у всех детей сформированы навыки самостоятельного приема пищи, что также указывает на необходимость дополнительной поддержки в этом аспекте. В результате, были зафиксированы сложности в соблюдении личной гигиены, что подчеркивает необходимость разработки и внедрения специализированных коррекционных программ, направленных на развитие данных навыков у детей с нарушениями зрения.

В рамках решения третьей задачи мы раскрыли содержание коррекционной работы.

Нами был разработан комплекс методических рекомендаций:

Перспективное планирование разделено на 3 раздела – это разделы: «Одевание и раздевание», «Прием пищи», «Личная гигиена».

В каждом разделе есть темы, направленные на определенные операции, так же выделены приемы для слепых и слабовидящих детей, подобраны игры на закрепление пройденного материала и разработаны рекомендации для родителей после каждого раздела. Данный комплекс могут использовать тифлопедагоги, воспитатели в режимных моментах и родители.

Таким образом, задачи исследования решены, цель достигнута.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования (для детей с нарушением зрения) : [сайт]. – URL: https://madou105.ucoz.ru/Programma/adaptirovannaja_programma-zrenie.pdf (дата обращения 26.01.2025). – Текст : электронный.
2. Аветисов, Э. С. Руководство по детской офтальмологии: учебник / Э. С. Аветисов, Е. И. Ковалевский, А. В. Хватова. – Москва: Академия, 2007 – 217 с. – ISBN 4124030800. – Текст : непосредственный.
3. Белостоцкий, Е. М. Диагностика и лечение содружественного косоглазия: учебник / Е. М. Белостоцкий. – Москва: МЕДГИЗ, 1962 – 132 с. – ISBN 5-0536872-А. – Текст : непосредственный.
4. Буре, Р. С. Учите детей трудиться. Пособие для воспитателя детского сада: учебное пособие / Р. С. Буре, Г. Н. Година. – Москва: Просвещение, 1983 – 144 с. ISBN 4305000000. – Текст : непосредственный.
5. Веракса, Н. Е. Программа. От рождения до школы: учебное пособие /под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. – Москва: Мозаика- Синтез, 2014 – 336 с. – ISBN 978–5-4315-1576-7. – Текст : непосредственный.
6. Денискина, В. З. Особенности обучения социально-бытовой ориентировке детей с нарушением зрения: учебное пособие / В. З. Денискина. – Уфа: Изд-во Филиала МГОПУ им. М. А. Шолохова в г. Уфе, 2004 – 62 с. – ISBN 5-98061-035-9. – Текст : непосредственный.
7. Дружинина, Л. А. В помощь тифлопедагогу ДОУ: учебно-методическое пособие для студентов высших педагогических учебных заведений дефектологических факультетов / Л. А. Дружинина, Л. Б. Осипова. – Челябинск, 2010 –252 с. – ISBN 978-5-906908-68-1. – Текст : непосредственный.
8. Ермаков, В. П. Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения: учебное пособие / В. П. Ермаков, Г. А. Якунин. –

Москва: Просвещение, 2006. – 222 с. – ISBN 5-09-002821-4. – Текст : непосредственный.

9. Ермаков, В. П. Основы тифлопедагогики. Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения: учебное пособие для студентов / В. П. Ермаков, Г. А. Якунин. – Москва: Владос, 2000. – 237 с. – ISBN 5-691-00433-6. – Текст : непосредственный.

10. Земцова, М. И. Дети с глубокими нарушениями зрения: учебное пособие / под ред. М. И. Земцовой, А. И. Каплан, М. С. Певзнер. – Москва: Просвещение, 1967. – 376 с. – URL: [http://tlib.gbs.spb.ru/dl/6/Дети с глубокими нарушениями зрения.pdf](http://tlib.gbs.spb.ru/dl/6/Дети_с_глубокими_нарушениями_зрения.pdf) (дата обращения 20.05.2025) – Режим доступа: Электронная библиотека СПб ГБУК ГСЦБС «Коррекционная педагогика и психология». – Текст : электронный.

11. Земцова, М. И. Некоторые особенности познавательной деятельности детей дошкольного возраста при нарушении зрения: сборник статей / М. И. Земцова – Текст : электронный // Обучение и воспитание дошкольников с нарушением зрения. – Москва: Просвещение, 1979. – С. 7-24. URL: http://pedlib.ru/Books/6/0016/6_0016-3.shtml (дата обращения 10.05.2025) – Режим доступа: Педагогическая библиотека.

12. «Как приобщить малыша к гигиене и самообслуживанию»: учебное пособие / Г. А. Урунтаева; Ю. А. Афонькина.; Изд-во: Москва : Просвещение, 1997. – 125 с. – ISBN: 5-09-006487-3. – Текст : непосредственный.

13. Кони́на, Е. Ю. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей (игровой комплект): учебное пособие / Е. Ю. Кони́на. – Москва: Айрис-пресс, 2016. – 12 с. – ISBN 978-5-8112-2521-7. – Текст : непосредственный.

14. Кудрявцева, Е. А. Гигиенические основы воспитания детей младшего возраста: Алгоритм в картинках: методические рекомендации / под ред. Е. А. Кудрявцевой, М. А. Пермяковой. – Волгоград: Учитель, 2012. – 23 с. – ISBN 4650066331875. – Текст : непосредственный.

15. Литвак, А. Г. Психология слепых и слабовидящих: учебное пособие / А. Г. Литвак. – Санкт-Петербург., 2006. – 336 с. – ISBN 5-89815-675-5. – Текст : непосредственный.
16. Литвак, А. Г. Тифлопсихология: учебное пособие / А. Г. Литвак. – Москва: Просвещение, 1985. – 208 с. – ISBN 4309000000. – Текст : непосредственный.
17. Махмудова, О. А. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста / О. А. Махмудова – Текст : электронный // Школа будущего. – 2019. – № 4. – С. 190-201. URL: https://schoolfut.ru/wp-content/uploads/journal/2019/04/2019-4_190-201.pdf?ysclid=maw5d7625m505336313 (дата обращения 5.05.2025) – Режим доступа: «Журнал Школа Будущего».
18. Моржина, Е. В. Формирование навыков самообслуживания на занятиях и дома: учебное пособие / Е. В. Моржина. – ЛитРес: 2009. – 20 с. – ISBN 978-5-4212-0263-9. – Текст : непосредственный.
19. Нечаева, В. Г. Воспитание дошкольника в труде: учебное пособие / В. Г. Нечаева. – Москва: Просвещение, 1988. – 256 с. URL: https://www.cross-kpk.ru/ims/ims%202020/nechaeva_v_g_bure_r_s_zagik_l_v_vospitanie_doshkolnika_v_tr-6434A5DB61536.pdf (дата обращения 30.04.2025) – Режим доступа: Канский педагогический колледж. – Текст : электронный.
20. Осипова, Л. Б. Методические рекомендации к программе «Развитие осязания и мелкой моторики»: коррекционно-развивающая программа для детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения (косоглазие и амблиопия): учебно-методическое пособие / Л. Б. Осипова. – Челябинск : Цицеро, 2011. – 123 с. – ISBN 978-5-91283-149-2. – Текст : непосредственный.
21. Осипова, Л. Б. Развиваем в деятельности: в помощь родителям, воспитывающим ребенка с нарушением зрения: метод. рекомендации / Л. Б. Осипова, Ю. Ю. Стахеева. – Челябинск: РЕКПОЛ, 2011. – 218 с. URL:

https://drive.google.com/file/d/1qX8kl47iw_jEYTX0GgFFuPNYKeBJeWLJ/view?usp=drive_link (дата обращения 30.04.2025) – Режим доступа: Google Диск. – Текст : электронный.

22. Осипова, Л. Б. Развитие осязания и мелкой моторики как средства компенсации зрительной недостаточности у младших дошкольников с нарушениями зрения: дис. кан. пед. наук: 13.00.03: защищена 09.06.10: утв. 17.12.10 / Л. Б. Осипова. – Екатеринбург: Уральский государственный педагогический университет, 2010. – 210 с. URL: https://drive.google.com/file/d/1K-HlN63eHqyfWPszV9AMmnHiKr5Xt_0q/view?usp=drive_link (дата обращения 25.04.2025) – Режим доступа: Google Диск. – Текст : электронный.

23. Плаксина, Л. И. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений IV вида (для детей с нарушением зрения). Программы детского сада. Коррекционная работа в детском саду: учебное пособие / под редакцией Л. И. Плаксиной. – Москва : Экзамен, 2003. – 256 с.30-а. – ISBN 5-94692-629-2. – Текст : непосредственный.

24. Плаксина, Л. И. Теоретические основы коррекционной работы в детских садах для детей с нарушением зрения: учебное пособие / Л. И. Плаксина. – Москва : Город, 1998. – 262 с. – ISBN 5-93041-004-6. – Текст : непосредственный.

25. Плаксина, Л. И. Теоретические основы коррекционной помощи детям с косоглазием и амблиопией в условиях дошкольного образовательного учреждения : диссертации ... д-ра психолог. наук : 19.00.10 / Л. И. Плаксина ; ин-т Коррекционной педагогики РАО. – Москва, 1998. – 299 л. – Библиогр.: С.280-299. URL: <http://dlib.rsl.ru/01000262703> (дата обращения 15.04.2025) – Режим доступа: библиотека диссертаций РГБ. – Текст : электронный.

26. Подколзина, Е. Н. Некоторые особенности коррекционного обучения дошкольников с нарушением зрения – Текст : электронный //

Дефектология. – 2001, – № 2. – С.84-88. URL: <https://pedlib.ru/Books/2/0233/?ysclid=maw686gj8a44077620> (дата обращения: 10.02.2025). – Режим доступа: Педагогическая библиотека. – Текст : электронный.

27. Подколзина, Е. Н. Социально-бытовая ориентировка дошкольников с нарушением зрения (перспективное планирование и конспекты специальных коррекционных занятий): учебно-методическое пособие / под ред. Е. Н. Подколзиной. – Москва: Город Детства, 2007. – 256 с. – ISBN 978-5-903428-02-1. – Текст : непосредственный.

28. Рубцова, О. Г. Развитие осязательного восприятия у детей с тяжелыми нарушениями зрения в условиях инклюзивного образования / О. Г. Рубцова – Текст : электронный // Актуальные аспекты психолого-педагогического сопровождения детей с особыми образовательными потребностями : мат. регион. науч.-практич. семинара (Комсомольск-н/А, 24 нояб. 2015 г.). – Комсомольск-на-Амуре, 2015. – С.144-150. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25697660> (дата обращения: 20.02.2025). – Режим доступа: eLibrary.

29. Солнцева, Л. И. Введение в тифлопсихологию раннего, дошкольного и школьного возраста: учебное пособие / Л. И. Солнцева – Москва : Полиграф-Сервис, 2000. – 124 с. – ISBN 5-86388-006-6. – Текст : непосредственный.

30. Скворцова, В. О. Игра как средство развития творческих способностей у дошкольников: учебное пособие / Мастерство и творчество субъектов образования: теория и практика. Сб.науч.трудов / Под ред. Т. А. Молодиченко. – Саратов : Издательство «ИП Баженов». 2010. С.100-104. – ISBN 978-5-222-15011-5. – Текст : непосредственный.

31. Фомичева, Л. В. Клинико-педагогические основы обучения и воспитания детей с нарушением зрения: Офтальмологические и гигиенические аспекты охраны и развития зрения: учебное пособие / Л. В.

Фомичева. – Санкт-Петербург : КАРО, 2007. – 124 с. – ISBN 9785898159429. – Текст : непосредственный.

32. Шарков, С. М. Воспитание первичных санитарно-гигиенических навыков у детей раннего возраста – Текст : электронный // Вопросы современной педиатрии. – 2010. – №2. – С. 12-18. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vospitanie-pervichnyh-sanitarno-gigienicheskikh-navykov-u-detey-rannego-vozrasta> (дата обращения: 20.03.2025). – Режим доступа: cyberleninka.

33. Российская Федерация. Законы. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 N 273-ФЗ [принят Государственной думой 21 декабря 2012 года : одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 года] – Москва : Проспект 2015. – 160 с. – (с измен.и вступ. в силу 01.05.2024 г.). – Текст : непосредственный.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

Индивидуальная карта наблюдения за ребенком 3-4 лет в ходе выполнения режимных процессов

Параметры	Конкретизация параметра (действий)
Умывание	Открывает кран, закрывает кран, находит мыло, намыливает руки, тщательно споласкивает их, берет полотенце, насухо вытирает руки, вешает полотенце на место.
Причесывание	Пользуется расческой
Одевание и раздевание	Умеет снимать одежду
	Умение одевать одежду
	Расстегивать пуговицы, кнопки, липучки
	Развязывание, завязывание (шарф, шапка, шнурки)
Уборка постели	Самостоятельно убирает постель после дневного сна
Прием пищи	Узнавание предметов посуды, умение находить их на столе во время приема пищи
	Самостоятельно ест (жидкую, густую пищу)
	Умеет определять консистенцию пищи с помощью руки или ложки
	Пользуется столовой ложкой, чайной ложкой, вилкой
	Удерживает ложку, может размешать пищу, умеет захватить густую или жидкую пищу и поднести ко рту
	Аккуратность во время приема пищи
	Осанка во время приема пищи
Питье	Самостоятельно пьет из кружки
Туалет	Самостоятельно пользуется туалетом, смывает за собой
Содержание личных вещей в порядке	Самостоятельно складывает одежду в шкафчик

Приложение 2

ВВЕДЕНИЕ

Развитие и формирование культурно-гигиенических навыков у детей является актуальной проблемой.

Культурно-гигиенические навыки очень важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, причёски, одежды, обуви, она продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что если они регулярно будут соблюдать эти правила, то у них проявляется уважение к окружающим и возникнет представление о том, что неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, не будет одобрен окружающими людьми.

Кроме того, формирование у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. 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.

Проблема формирования культурно-гигиенических навыков у детей с нарушениями зрения на занятиях по социально-бытовой ориентировке кроются в том, что у них нет привычки и потребности работать ежедневно, не формируется правильная установка к труду, умение и желание трудиться. В результате они остаются несформированными такие качества личности: трудолюбии, заинтересованности к выполняемой трудовой деятельности.

Особенности культурно-гигиенических навыков описаны в трудах Л.И. Плаксиной, Л.Б. Осиповой, Е.В. Моржиной, они доказывают необходимость проведения коррекционной работы, вместе с тем на

сегодняшний момент, требуется обновление, поиск оптимальных путей по оказанию коррекционной помощи.

По мнению Л.Б. Осиповой, для детей с нарушением зрения представляют значительные трудности:

- расстегивание и застегивание пуговиц;
- низкие наклоны;
- захват пуговицы всеми пальцами рук;
- с затруднением находят петлевое отверстие с помощью зрения;
- захватывают всеми пальцами руки ткань рядом с отверстием;
- с трудом протаскивают пуговицу через отверстие.

Нарушения качества овладения культурно-гигиенических навыков зависит от зрительно-моторной координации, которая недостаточно развита.

В данном пособии представлено содержание работы с ребенком по 3 темам – это: «Одевание и раздевание», «Прием пищи», «Личная гигиена». [6]. В рамках каждой темы сформулированы основные задачи, в таблице представленный основные операциональные компоненты, которыми должен овладеть ребенок при обучении тому или иному навыку, для того чтобы правильно научить детей, в таблице представлены приемы которые мы должны сформировать у ребенка, следует обратить внимание, что приемы расписаны как для слабовидящих детей, так и для незрячих. При обучении слабовидящих детей необходимо опираться на их сохранные анализаторы и остаточное зрение, при обучении незрячих детей, необходимо использовать тактильные алгоритмы, использовать прием «рука в руке», опираться на их сохранные анализаторы. Поэтому приемы для слабовидящих и незрячих детей отличаются. На ряду с данными обучающимися компонентами, можно использовать дидактические игры, в ходе которых ребенок закрепляет выполнение операций с различными предметами, в различных условиях, что обеспечивает вариативность

использование действий и их более точного усвоения. Так же предложены рекомендации родителями по организации работы с ребенком дома.

Рассмотрим более подробно каждую тему

Тема «Одевание и раздевание».

Детей приучают в своем шкафчике правильно раскладывать одежду. Учат в правильной последовательности одеваться и раздеваться, для слепых детей используют алгоритмы. Так же показывают, как правильно определить лицевую и изнаночную сторону, где перед-зад. Как застегивать, расстегивать пуговицы, зашнуровывать и расшнуровывать шнурки. Показываем, как правильно ухаживать за одеждой и определять материал одежды. А так же учим одеваться по времени года.

Тема «Прием пищи».

Включают в себя усвоение дошкольниками с нарушениями зрения правил поведения за столом, пользованием столовых прибором, приемом пищи. Детей учат пользоваться столовыми приборами, накрыванием на стол, правилам поведением за столом, уборкой со стола. Как правильно брать ложку, вилку, как пользоваться салфеткой, кружкой, как убирать со стола за собой и как правильно сидеть за столом. Для слепых детей используются различные тактильные алгоритмы. При обследовании предметов, детей приучают использовать все анализаторные системы.

Тема «Личная гигиена».

Включает усвоение правил пользования личными предметами, такими как: расческа, зубная щетка, полотенце, заколка и так далее. Важно научить ребенка мытью рук, тела, правильно пользоваться зубной щеткой, полотенцем. Как использовать носовой платок, мочалку. Для слепых детей целесообразно будет использовать звуковые сопровождения и алгоритмы. Например: кнопка таймера мытья рук.

Предложенные в методическом пособии темы, такие как «Одевание и раздевание», «Прием пищи» и «Личная гигиена», содержат четкие задачи и операциональные компоненты, которые помогут педагогам и родителям

в обучении детей. Использование дидактических игр и алгоритмов обучения, а также рекомендации для родителей по организации работы с детьми дома, создают условия для успешного формирования необходимых навыков.

Таким образом, систематическая и целенаправленная коррекционная работа, основанная на современных методах и подходах, позволит значительно улучшить качество жизни детей с нарушениями зрения, способствуя их социальной адаптации и развитию самостоятельности.

СОДЕРЖАНИЕ ТРЕБОВАНИЙ ПРОГРАММЫ, ПРИМЕРНОЕ ТЕМАТИЧЕСКОЕ
ПЛАНИРОВАНИЕ, ОПЕРАЦИИ

Перспективный план				
Темы	Количество занятий в год	Примерная тематика занятий	Задачи	Операции
Одевание и раздевание	2	«Вместе с куклой на прогулку» «Для чего нужна одежда?»	<ul style="list-style-type: none"> ● сформировать умение различать предметы одежды и обуви; ● учить одеваться и обуваться при участии педагога, складывать и вешать снятую одежду и обувь; ● учить шнуровать ботинки, завязывать и развязывать шнурки, различать обувь для правой и левой ноги, застегивать крупные и мелкие пуговицы, молнии, кнопки и т.д.; ● учить правильно и последовательно одеваться (одежду и обувь), самостоятельно застегивать одежду; ● учить детей следить за своим внешним видом, проверять, застегнута ли одежда, не испачкана ли; учить пользоваться носовым платком. 	<ul style="list-style-type: none"> ● надевать кофту; ● надевать шапку; ● надевать штаны; ● надевать колготки/носки; ● надевать обувь.
Прием пищи	3	«Приглашаем куклу на чай»	<ul style="list-style-type: none"> ● сформировать навыки приема пищи: не крошить хлеб, 	<ul style="list-style-type: none"> ● ознакомление с посудой; ● ознакомление с тарелкой;

		<p>«Как мы кормим Хрюшу и Степашку»</p> <p>«Полезные и вредные продукты»</p>	<p>правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой, пережевывать пищу с закрытым ртом;</p> <ul style="list-style-type: none"> ● сформировать умения выполнять элементарные правила культурного поведения: не выходить из-за стола, не закончив прием пищи, говорить «спасибо»; ● продолжать тренировать у детей навык пользования ложкой и вилкой во время приёма пищи; ● формировать способности детей тщательно вытирать рот салфеткой после завершения приёма пищи; ● расширять и конкретизировать представление детей о посуде, её назначении; ● познакомить с назначением отдельных предметов посуды, материалом из которого она сделана; ● закреплять знания о полезных и вредных продуктах. 	<ul style="list-style-type: none"> ● ознакомление с ложкой; ● найди на поверхности стола тарелку, ложку, чашку и салфетки; ● съешь кашу/суп; ● выпей чай; ● вытри рот салфеткой.
Личная гигиена	5	<p>«Умывание каждый день»</p> <p>«Водичка, водичка»</p> <p>«Купаться любят все»</p> <p>«Доброе утро, расческа»</p> <p>«Баю-баюшки-баю, куклу спать я уложу»</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● закреплять знания детей в умывании; в знании предметов туалета и их назначении; закрепить знания о свойствах воды; ● формировать основные правила личной гигиены; уметь 	<ul style="list-style-type: none"> ● пользование щеткой; ● пользование пастой; ● полоскание; ● закатай рукава; ● включи воду; ● намочи руки; ● намыль руки, смой с них

			<p>правильно чистить зубы, соблюдать правила личной гигиены;</p> <ul style="list-style-type: none"> ● привитие навыков здорового образа жизни, развивать гигиенические навыки: мытьё рук, чистка зубов, еженедельное купание; ● учить детей выполнять элементарные действия: поправить матрац, натянуть простыню, положить подушку, накрыть одеялом, покрывалом. ● закреплять понятия: постельные принадлежности: матрац, подушка, одеяло, покрывало, постельное белье: простыня, наволочка, пододеяльник. ● закреплять умение пользоваться предметами личной гигиены (расческа, зеркало); ● воспитывать у детей навыки опрятности. ● совершенствовать представления детей о значении гигиенических процедур (мытьё рук); ● развивать умение самостоятельно замечать необходимость мытья рук. ● закреплять знания детей в 	<p>пену;</p> <ul style="list-style-type: none"> ● закрой кран с водой; ● вытри руки полотенцем; ● пользование туалетом; ● пользование ванной/купание; ● мытьё головы; ● пользоваться расческой; ● пользоваться зеркалом; ● заправление кровати; ● использование подушки.
--	--	--	---	---

			<p>умывании; в знании предметов туалета и их назначении; закрепить знания о свойствах воды; развивать творческое воображение;</p> <ul style="list-style-type: none"> ● учить сообщать о необходимости в своих потребностях и желаниях(проситься в туалет) ● закреплять представление о туалетной комнате, ориентируется в ней, знает ее предназначение. 	
--	--	--	---	--

1 блок культурно-гигиенические навыки в процессе одевания.

Занятие 1 «Вместе с куклой на прогулку».

Задачи:

- сформировать умение различать предметы одежды и обуви;
- учить правильно и последовательно одеваться (одежду и обувь), самостоятельно застегивать одежду;
- учить детей следить за своим внешним видом, проверять, застегнута ли одежда, не испачкана ли.

Операции	Приемы	
	Слабовидящие	Слепые
Надевать кофту	Взрослый помогает ребенку надеть рубашку/кофту обращаем внимание «лицевую» и «изнаночную» стороны одежды): проговариваются следующие действия: Взрослый проговаривает последовательность действий: «Возьми рубашку или кофту одной рукой за воротник. Свободную руку просунь в рукав. Затем, одной рукой возмись за полу со стороны пустого рукава и, придерживая ее, просунь другую руку в рукав».	Чтобы научить ребёнка надевать свитер/кофту, объясните, что в нём три отверстия. Взрослый может сказать: «В самое большое отверстие нужно просунуть голову». Для удобства можно помочь ребенку присобрать свитер или кофту, чтобы облегчить процесс. После этого необходимо вставить руки в рукава и потянуть свитер вниз, обеспечивая правильное расположение изделия на теле ребенка.
Надевать шапку	При обучении надеванию шапки взрослый проговаривает действия и следит за правильностью их выполнения. Он говорит: «Возьми шапку двумя руками за края, найди перед у шапки и начинай натягивать шапку на себя, поправляя её».	Взрослый помогает ребенку определить переднюю часть шапки, используя рисунок. Он подает шапку в руки ребенку, который натягивает её на голову. Взрослый проговаривает каждое своей действия: «Потрогай шапку, какая она? Возьми шапку двумя руками, найди перед шапки.

		<p>Вот у шапки перед, чем он обозначен? Натягиваем шапку на голову, проверь правильно ли?» Далее взрослый может помочь поправляет шапку для обеспечения правильного расположения. В дальнейшем, когда ребенок научится самостоятельно натягивать шапку на голову, взрослый продолжает помогать ему определять переднюю часть шапки с помощью рисунка.</p>
Дидактические игры		
«Кукла идет на прогулку»	<p>Цель: формирование у ребенка представлений об одежде, умению выполнять предметно-игровые действия. Оборудование: кукла. Ход игры: взрослый говорит, что кукла собирается на прогулку: «Давай поможем кукле одеться, на улице холодно», предлагает ребенку достать из шкафчика одежду: шапку, куртку, ботиночки. Затем взрослый поочередно берет каждую вещь, показывает ее ребенку, медленно приговаривая: Надеваем курточку, проденем руки в рукава, застегнем пуговицы. Вот, куртку надели! Надеваем ботиночки на ножки, вот шнурки, я помогу тебе завязать. Вот, ботиночки надели на ножки. Надеваем шапку на голову. Вот, так, шапку надели. Кукла собралась на прогулку, может идти гулять. В целях закрепления у ребенка представлений об одежде, игра повторяется с другой куклой, ребенку предоставляется возможность действовать самостоятельно.</p>	
«Оденем кукол»	<p>Цель: продолжать учить осуществлять выбор цвета по образцу, действовать по «цветовому сигналу», развивать внимание. Оборудование: Три куклы в разных юбочках – красного, синего и белого цвета (или синего, голубого и зеленого и др., по 4 кофточка, 4 банта, т. е. кофточек и бантов больше, чем юбочек. Ход игры: Взрослый вносит кукол в рубашках и юбочках, рассказывает детям, что куклы хотят красиво одеться, так, чтобы у них все было одного цвета - юбочка, кофточка и бант в волосах. Но сами они не могут это сделать и просят помочь детей. Достает платья и ленты и раскладывает их на столе вперемешку. Дети подходят по одному и</p>	

	одевают кукол. В конце взрослый подводит итог: «Куклы одеты красиво. У одной все: и кофта, и юбочка, и бант красные, у другой – голубые, у третьей – белые». Предлагает детям поплясать с куклами.
--	--

1 блок культурно-гигиенические навыки в процессе одевания.

Занятие 2 «Для чего нужна одежда».

Задачи:

- учить одеваться и обуваться при участии взрослого, складывать и вешать снятую одежду и обувь;
- учить шнуровать ботинки, завязывать и развязывать шнурки, различать обувь для правой и левой ноги, застегивать крупные и мелкие пуговицы, молнии, кнопки.

Операции	Приемы	
	Слабовидящие	Слепые
Надевать штаны	Взрослый помогает ребенку надеть штанишки, проговаривая последовательность действий и следя за их правильным выполнением. Он говорит: «Возьми штанишки руками за резинку с правой и с левой стороны, сядь на стул и засунь одну ногу в штанину». Если ребенок пытается просунуть обе ноги в одну штанину, взрослый предлагает одной рукой проверить свободную штанину и обратить внимание на то, что она пустая. Затем взрослый говорит: «Встань и потяни штанишки за резинку вверх».	Взрослому необходимо разбить процесс надевания штанов на несколько частей: начинает с последней части, натягивания штанов, когда вы уже помогли ему засунуть его ноги в штанины. И вот, когда этот этап пройден, то можно переходить к следующему – просунуть ноги в штанины. Затем, наконец, научите ребенка находить перед у штанов, используя тактильные метки, чтоб ребенок мог потом самостоятельно ориентироваться. Взрослый проговаривает: «Возьми штаны двумя руками за резинку, стягивай штаны вниз, высунь одну ногу, затем вторую» В процессе надевания взрослый говорит: «Возьми штаны в две руки за резинку, сядь на стул и засунь ногу в штанину». Необходимо обозначить, что у штанов две

		штанины, помочь просунуть вторую ногу, если есть в этом необходимость. Затем взрослый проговаривает: «Встань и потяни штаны за резинку вверх».
Надевать колготки/носки	<p>Очень важно строго придерживаться установленной последовательности действий и не отклоняться от нее. Если вы начинаете одевать ребенка с правой руки, то продолжайте делать это всегда. То же касается и надевания колготок с правой ноги; порядок не следует менять.</p> <p>Взрослый также проговаривает действия при надевании носков. Он говорит: «Возьми носок за резинку двумя руками слева и справа, так, чтобы пятка носка была снизу. Просунь пальцы ноги в отверстие носка, потяни носок на себя, одновременно проталкивая ногу вперед, и проверь, правильно ли надета пятка носка».</p>	<p>Очень важно соблюдать строгую последовательность действий, которую не следует нарушать. Если вы начинаете одевать ребёнка с правой руки, то делайте так всегда. Если вы надеваете колготки с правой ножки, то не меняйте этот порядок. В случае если изнанку определить трудно (а это часто бывает, например, с колготками, рейтузами), можно пришить метку; яркую пуговку или маленький лоскуток ткани. Так, пуговка, пришитая к колготкам спереди, может быть для ребенка ориентиром, помогающим определить переднюю-заднюю, и лицевую-изнаночную стороны колготок.</p> <p>Взрослый озвучивает процесс надевания носков следующим образом: «Держи носок за резинку обеими руками, слева и справа, так, чтобы пятка находилась снизу. Вставь пальцы ноги в отверстие носка, потяни носок к себе, одновременно продвигая ногу вперед, и убедись, что пятка надета правильно».</p>
Надевать обувь	При надевании сандалий взрослый также проговаривает действия и следит за их выполнением. Он говорит: «Наклонись и достань сандалии из-под стула, поставь их перед собой на пол. Возьми сандалию за переднюю часть правой	На обуви можно сделать метки в виде кусочков лейкопластыря, например, на правой туфельке, тапочке. Взрослый помогает малышу определить, какой ботинок следует обуть на какую ногу, а

	<p>рукой и надень ее на пальцы ноги.левой рукой захвати задник сандалии и натяни его на пятку. Наступи ногой на пол, нащупай ремешок и закрепи его на липучке».</p>	<p>обувать ботинки ребёнок должен сам. Со временем он научится различать, где левый, а где правый ботинок по ощущению неудобства из-за неправильно надетой обуви.</p> <p>Во время надевания сандалий взрослый также озвучивает свои действия и следит за их выполнением. Он говорит: «Наклонись и достань сандалии из-под стула, положи их перед собой на пол. Возьми сандалию правой рукой за переднюю часть и надень ее на пальцы ноги.левой рукой захвати задник сандалии и натяните его на пятку. Поставь ногу на пол, найди ремешок и закрепи его на липучке».</p>
Дидактические игры		
«Завяжи шнурки»	<p>Цель: закреплять умение завязывать первый узел.</p> <p>Оборудование: кукла в ботинках с развязанными шнурками.</p> <p>Ход игры: покажите ребенку куклу.</p> <p>Прочтите рифмовку:</p> <p>Как у куклы-крошки На ногах сапожки, В сапожках шнурочки. Кто завяжет дочке Эти вот шнурочки? Может, мама? Нет, нет, я! Это ж доченька моя! Ах, шнурочки! Ох, шнурочки! Завязать бы узелочки!</p>	

	<p>Предложите ребенку завязать шнурки на ботинках у куклы. Вспомните вместе с ребенком, как нужно завязать первый узелок на шнурке. Продолжите начатую ребенком работу и завяжите бантики на шкурках. Когда шнурки будут завязаны, возьмите куклу с собой на прогулку. Подчеркните значимость выполненного ребенком действия. (Если бы он не завязал шнурок на ботинке куклы, она могла бы на него наступить и упасть. А падать всегда больно.)</p>
«Кто ботинки потерял?»	<p>Цель: закреплять навык завязывать узлы на шнурках; учить различать маленькие и большие ботинки (кукольную обувь и обувь настоящую); продолжать развивать память.</p> <p>Оборудование: кукла, кукольная обувь – сапоги или ботинки, обувь настоящая (сапоги или ботинки со шнурками).</p> <p>Ход игры: покажите ребенку куклу, одетую в зимнюю одежду, но с босыми ножками. Спросите, можно ли гулять осенью или зимой на улице босиком. Почему? (Выслушайте ответ ребенка.) Выскажите свои предположения по этому поводу.</p> <p>Прочтите рифмовку:</p> <p>Мы наденем крошке, На ножки сапожки. В этих вот сапожках Бежим по дорожкам, В лужи наступаем, Камешки пинаем. Хо-ро-шо!</p> <p>Предложите ребенку надеть кукле ботинки (или сапоги) со шнурками. Когда ребенок выполнит ваше задание, обратите его внимание на болтающиеся шнурки.</p> <p>Поинтересуйтесь, удобно ли ходить с развязанными шнурками. Почему плохо? (Можно наступить на шнурок и упасть.)</p> <p>Попросите ребенка помочь кукле завязать шнурок на узел. Когда ребенок выполнит задание, завяжите бантики. Полюбуйтесь совместной работой. Похлопайте в ладоши, выражая радость по поводу успешно выполненной работы, теперь можно приступить к завязыванию второго шнурка на втором ботинке. Спойте любой плясовой мотив.</p> <p>Попросите куклу «потанцевать», притопывая ножками в ботинках с красиво завязанными шкурками. Предложите ребенку потанцевать вместе с куклой. Чтобы ребенок не утратил интерес к игре, смените обувь и шнурки в ней. Постарайтесь, чтобы обувь и шнурки были яркими, красочными и вызвали у ребенка желание с ними играть.</p>

Рекомендации для родителей по формированию навыков одевания ребенка:

При обучении ребенка навыкам одевания необходимо соблюдать ниже перечисленные условия:

1. Создание комфортной среды:

- обеспечьте ребенку хорошо организованное пространство для одевания, где все вещи находятся на своих местах и легко доступны. (вешалка для верхней одежды, соответствующая росту ребенка; индивидуальная полка или место на полке для хранения предметов туалета; постоянное место для хранения ночной рубашки, пижамы);
- используйте яркие и контрастные цвета для одежды, чтобы помочь ребенку ориентироваться.

2. Использование тактильных меток:

- прикрепите тактильные метки (например, кусочки ткани или пуговицы) на одежду, чтобы ребенок мог легко определить лицевую и изнаночную стороны, а также переднюю и заднюю части.

3. Пошаговые инструкции:

- проговаривайте каждое действие, когда помогаете ребенку одеваться. Например: «Сначала возьми штанишки за резинку, затем просунь одну ногу в штанину»;
- используйте простые и понятные фразы, чтобы ребенок мог легко запомнить последовательность действий.

4. Моделирование действий:

- покажите ребенку, как правильно одеваться, выполняя действия вместе с ним. Это поможет ему увидеть и понять процесс;
- используйте куклы или мягкие игрушки для демонстрации, чтобы сделать обучение более наглядным и

интересным.

5. Практика и повторение:

- регулярно практикуйте одевание в игровой форме, чтобы ребенок чувствовал себя уверенно и комфортно;
- позвольте ребенку самостоятельно пробовать одеваться, даже если это займет больше времени.

Поддерживайте его и хвалите за усилия.

6. Использование алгоритмов:

- разработайте простые алгоритмы для одевания, которые ребенок сможет запомнить. Например, «Сначала штанишки, потом футболка, затем обувь»;
- запишите алгоритмы в виде схем или карточек, чтобы ребенок мог обращаться к ним в процессе одевания.

7. Обсуждение одежды:

- обсуждайте с ребенком, какую одежду он будет надевать, и объясняйте, почему важно выбирать подходящую одежду для разных ситуаций (например, для прогулки, занятий спортом и т.д.).

8. Поддержка и терпение:

- будьте терпеливы и поддерживайте ребенка в процессе обучения. Помните, что каждый ребенок уникален и может развиваться в своем темпе;
- поощряйте его самостоятельность и уверенность в своих силах.

9. Обратная связь:

– после того как ребенок оденется, обсудите с ним, что получилось хорошо, а что можно улучшить. Это поможет ему осознать свои достижения и выявить области для дальнейшего развития.

10. Взаимодействие с педагогами:

– сотрудничайте с педагогами и специалистами, работающими с вашим ребенком, чтобы получить дополнительные рекомендации и поддержку в формировании навыков одевания.

2 блок культурно-гигиенические навыки в процессе приема пищи.

Занятие 1 «Приглашаем куклу на чай».

Задачи:

- расширять и конкретизировать представление детей о посуде, её назначении;
- познакомить с назначением отдельных предметов посуды, материалом из которого она сделана.

Операции	Приемы	
	Слабовидящие	Слепые
Ознакомление с посудой	<p>Ознакомление с посудой начинается с чашки. Взрослый одной рукой держит чашку за доньшко или ставит её на стол, придерживая сверху, другой рукой берёт руку ребёнка и проводит ладонью по боковой её поверхности, показывает ручку. Затем опускает детскую руку внутрь, ощупывает дно и проводит по внутренней боковой поверхности чашки. После этого чашку наполняют водой, которую трогают пальчиками ребёнка. В конце обследования ребёнку дают подержать пустую чашку.</p> <p>Каждое действие, выполняемое совместно с ребёнком, обязательно проговаривается взрослым: «Это чашка, у чашки есть ручка, в чашке много места, сюда можно налить воду (сок, молоко) и ничего не прольётся, потому что кругом стенки, чашку можно держать в руках, можно ставить на стол. Попробуй сделать самостоятельно, возьми чашку за ручку и поставь ее на стол».</p>	<p>Ознакомление с посудой происходит постепенно, можно опираться на алгоритм обучения слабовидящего ребёнка.</p>

Ознакомление с тарелкой	Взрослый ставит тарелку перед ребенком на стол. Одной рукой её придерживает, другой берет руку ребенка и проводит по краю тарелки. Затем обследуют дно пустой тарелки наполненной едой. Каждое действие обязательно проговаривается взрослым: «Это тарелка, из неё едят суп и кашу, тарелку ставят на стол. Попробуй самостоятельно взять тарелку в руки, поставит ее перед собой».	Ознакомление с посудой происходит постепенно, можно опираться на алгоритм обучения слабовидящего ребенка.
Ознакомление с ложкой	Взрослый держит ложку за нижний край ручки. Рукой ребёнка проводят по поверхности ложки, показывают, что у неё есть ручка и ковшик. За ручку ложку держат, а в ковшик набирают пищу (кашу, пюре, суп). Затем вкладывают ложку ребёнку в правую руку, а левой рукой повторяют обследование, обращая внимание на правильное положение ложки в руке - ковшик должен всегда находиться над пальчиками. Все производимые действия комментируются взрослым: «Это ложка, у неё есть ручка и ковшик, ложкой кушают, ложку нужно держать в правой руке, ковшиком вверх. Возьми в руки ложку, проверь правильно ли ты ее взял, теперь опусти ложку в тарелку, перед тем как опустить постучи по тарелке, чтобы понять где она стоит, где края тарелки».	Ознакомление с посудой происходит постепенно, можно опираться на алгоритм обучения слабовидящего ребенка.
Дидактические игры		
«Обед у кукол»	Цель: формировать навык помогать сервировать стол. Игровое оборудование и материал: игрушечная посуда, скатерть, две куклы. Ход игры: взрослый просит ребенка накрыть стол для кукол, показывает необходимые предметы и действия с ними. Затем предлагает	

	ребенку посадить кукол за стол и угостить обедом.
«Убери со стола»	<p>Цель: формировать навык самостоятельно убирать посуду со стола, сметать крошки.</p> <p>Игровое оборудование и материал: посуда, щетка, совочек.</p> <p>Ход занятия: взрослый показывает, как убирать посуду со стола на поднос, предлагает детям действовать по показу. При этом взрослый комментирует действия: «Мы кладем на поднос тарелку, чашку, ложку и т.д.». Затем показывает, как сметать крошки со стола, комментирует свои действия: «Крошки со стола сметем и совочком уберем!». Ребенку дается возможность действовать самостоятельно.</p>
«Угостим куклу чаем»	<p>Цель: познакомить ребенка с назначением посуды, учить выполнять предметно-игровые действия (расставлять чашки, блюдца, раскладывать ложки).</p> <p>Оборудование: куклы, детская мебель и посуда (две чашки, два блюдца, две ложки, чайник).</p> <p>Ход игры: взрослый говорит малышу: «К нам в гости пришли куклы, их надо посадить за стол, угостить чаем. Давай расставим чашки и блюдца. Теперь разложи ложки к чашкам. Налей чай в чашки. Напой чаем наших гостей». Если ребенок испытывает затруднения, показать, как надо действовать. В конце игры взрослый подытоживает: «Чай мы наливали в чашки, куклы пили чай», произносит потешку:</p> <p>Чайник на столе поставим, Блюдца, чашки мы расставим, Будем мы гостей встречать, Кукол чаем угощать!</p>

2 блок культурно-гигиенические навыки в процессе приема пищи.

Занятие 2 «Как мы кормим Хрюшу и Степашку».

Задачи:

- сформировать навыки приема пищи: не крошить хлеб, правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой, пережевывать пищу с закрытым ртом;
- продолжать тренировать у детей навык пользования ложкой и вилкой во время приёма пищи.

Операции	Приемы	
	Слабовидящие	Слепые
Найди на поверхности стола тарелку, ложку, чашку и салфетку	Взрослый проговаривает следующие действия: «Осторожно положи кисти рук на стол, нащупывая пальцами тарелку, справа от тарелки найди ложку, левой рукой слева от тарелки найди хлеб на бумажной салфетке, осторожно протяни правую руку над тарелкой, медленно отпуская руку вниз, справа за тарелкой найди чашку».	Необходимо положить перед ребенком справа(если правша), слева(если левша) ложку, обследуя ложку найти ручку за которую необходимо держаться, положить в руку ребенка правильно ложку, выработать навык держания ложки. Далее ребенок должен самостоятельно находить на столе ложку и брать её правильно, взрослый контролирует это и помогает. Взрослый проговаривает: «Найди на столе тарелку, справа от тарелки найди ложку, за тарелкой справа найди кружку, убедись, что ты нашел правильно».
Съешь кашу/суп	Взрослый проговаривает следующие действия: «Возьми ложку за ручку, захватив ее так, чтобы большой палец был сверху, поднеси ложку к тарелке, немного поверни ложку на себя и	Сначала взрослый учит держать одной рукой тарелку, потом ложку и ей находить тарелку на столе. Взрослый проговаривает: «найди на столе тарелку и возьми её левой

	<p>отпусти ложку на дно, зачерпни еду, немного наклони голову над тарелкой, поднеси ложку ко рту, сними губами еду с ложки, снова опусти ложку в тарелку, вновь зачерпни кашу и продолжай есть, легко проведи ложкой по тарелке, проверяя по звуку, не осталось ли каши в тарелке, положи ложку в тарелку, возьми тарелку двумя руками, переставь ее вперед, освобождая место перед собой».</p>	<p>рукой, теперь возьми ложку правой рукой и постучи по тарелки, проговариваем вместе с ребенком: Тарелка».</p> <p>Далее учим зачерпывать пищу с тарелки, лучше, чтобы у неё были бортики. Нужно использовать всегда одно движение. Если ребенок правша, это направление справа налево. Проговорить четкую инструкцию. При зачерпывании еды взрослый говорит: ««Ложка». Поднося ложку ко рту взрослый проговаривает: «Рот» или «Ам». Далее цикл повторяется «Тарелка» – «Ложка» – «Ам»».</p> <p>Сначала убираем свою руку, чтобы он сам постучал по тарелке, а ложкой зачерпываем еду и доносим до рта совместно. Далее отпускать руку уже при зачерпывании, и в последнюю очередь при поднесении еды ко рту.</p>
Дидактические игры		
«День рождения»	<p>Цель: учить правилам культурного поведения в гостях, умению поздравлять друг друга.</p> <p>Оборудование: гости – куклы, игрушки, праздничный стол сервирован с детской посудой, подарки.</p> <p>Ход игры: ребенок (или выбранный персонаж) сегодня именинник. Он с помощью взрослого готовится к приему гостей: сервирует праздничный стол, украшает шариками, мишурой и приводит в порядок помещение. Дети-гости берут маленькие подарки-поделки (заранее приготовленные на уроках труда). Именинник встречает гостей, здоровается со всеми, принимает подарки и приглашает гостей сесть за стол, показывая гостю его место. Рядом с детьми за столом рассажены игрушки. Гости «пробуют» угощение, «пьют» чай, «едят» мороженое. Затем взрослый помогает ребенку придумать пожелание для именинника. Взрослый рассказывает детям о правилах поведения в гостях: поздороваться, когда приходишь в гости;</p>	

	<p>без приглашения не входить в комнату; дарить подарок с пожеланиями имениннику (в качестве подарка может быть стихотворение, песня, танец); за столом не шуметь, не брать пищу руками; приступать к еде после приглашения отведать то или иное угощение; не перебивать друг друга; пользоваться приборами и салфеткой во время еды; - придвигать и отодвигать стул неслышно; после еды не забыть поблагодарить именинника; перед уходом попрощаться; когда гости уходят, именинник помогает взрослым убирать посуду со стола. Каждый из детей должен побыть в роли именинника. Взрослый во время игры напоминает детям, как следует себя вести в той или иной ситуации. Игра эмоциональная и очень привлекает детей.</p>
«Три медведя готовят обед».	<p>Жили-были три медведя. Однажды они решили все вместе приготовить обед. (Взрослый расставляет медведей вокруг плиты). Самый большой медведь вызвался готовить суп. Медведь поменьше стал варить макароны. Самый маленький медведь решил готовить компот. Медведям понадобились три кастрюли. Помогите медведям взять нужную кастрюлю. Даня поможет взять большому медведю самую большую кастрюлю, Соня даст кастрюлю поменьше среднему медведю, а Вера даст маленькому медведю самую маленькую кастрюлю. Чтобы сварить суп, макароны и компот надо налить в кастрюли воду, а затем накрыть каждую кастрюлю крышкой, чтобы вода быстрее закипела. Крышки от кастрюль перепутались. Помогите медведям выбрать нужные крышки. (Дети выбирают крышки для кастрюль соответствующего размера.)</p>

2 блок культурно-гигиенические навыки в процессе приема пищи.

Занятие 3 «Полезные и вредные продукты».

Задачи:

- сформировать умения выполнять элементарные правила культурного поведения: не выходить из-за стола, не закончив прием пищи, говорить «спасибо»;
- формировать способности детей тщательно вытирать рот салфеткой после завершения приёма пищи;
- закреплять знания о полезных и вредных продуктах.

Операции	Приемы	
	Слабовидящие	Слепые
Выпей чай	Взрослый проговаривает следующие действия: «Протяни правую руку вперед, найди чашку, возьми чашку за ручку и поставь ее перед собой, подними чашку на уровень груди, поднеси чашку ко рту, наклони чашку и отпей немного, поставь чашку на стол, левой рукой возьми хлеб, поднеси хлеб ко рту и немного откуси, вновь поднеси чашку ко рту и отпей чай».	Взрослый проговаривает следующие действия «Протяни правую руку вперед и найди чашку. Возьми её за ручку двумя руками и поставь перед собой. Подними чашку до уровня груди, поднеси её ко рту, наклони и сделай небольшой глоток. Затем поставь чашку на стол, (необходимо, чтобы ребенок научится определять куда нужно ставить чашку на поверхности стола). Левой рукой возьми хлеб, поднеси его ко рту и немного откуси. После этого снова поднеси чашку ко рту и отпей чай».
Вытри рот салфеткой	Взрослый проговаривает следующие действия: «Слева от себя найди бумажную салфетку, поднеси ее ко рту и промокни губы, положи салфетку на тарелку.»	Взрослый протирает ребенку рот и проговаривает: «Я взяла в руки салфетку, сейчас будем вытирать рот. Попробуй сам, левой стороны возьми бумажную

		салфетку (необходимо, чтоб она была яркая), поднеси её ко рту и слева направо вытри её рот, теперь в другую сторону, промокни губы и положи её на тарелку».
Дидактические игры		
«Готовим обед для куклы»	<p>Цель: учить различать продукты питания (мясо, рыба, творог, овощи, фрукты и т.д.), определять, из чего приготовлены блюда, из скольких блюд состоит обед, закрепление навыка дифференциации по назначению кухонной и столовой посуды.</p> <p>Оборудование: куклы, набор детской кухонной и столовой посуды, детская плита, муляжи фруктов, овощей, мяса, рыбы, сыра, молока, творога, колбасы.</p> <p>Ход игры:</p> <p>«Кукла Маша принесла из магазина много разных продуктов. Назовите, пожалуйста, какие продукты принесла Маша?». Дети по муляжам перечисляют продукты.</p> <p>«А сейчас мы все вместе приготовим вкусный обед для наших друзей (кукол). Из чего состоит обед? – из первого блюда (борщ, суп, щи), из второго блюда (котлеты, голубцы, пельмени, картофель, макароны, рис, овощные салаты), из третьего блюда (сок, минеральная вода, компот, чай). Выберите на столе посуду, которая нам понадобится для приготовления первого блюда (кастрюля, в которой мы варим суп), второго блюда (сковорода, в которой мы жарим котлеты, картофель, рыбу), третьего блюда (кастрюля для варки компота или графин для воды или сока)». Взрослый вместе с детьми показывает и имитирует действие приготовления пищи на обед. Например, взрослый сначала спрашивает детей, как они будут готовить обед, а затем объясняет поэтапно приготовление первого блюда:</p> <p>промыть в дуршлаге необходимые продукты для приготовления первого блюда (мясо, овощи);</p> <p>очистить овощи от кожуры и нарезать на разделочной доске;</p> <p>положить в кастрюлю необходимые продукты и залить водой;</p> <p>поставить на детскую плиту и зажечь конфорку;</p> <p>после того как суп будет готов, разлить половником по тарелкам.</p> <p>На второе блюдо готовим рыбу с овощами. Взрослый по аналогии проводит беседу и показ необходимых продуктов и посуды для приготовления второго блюда. На третье – варим компот из фруктов (яблок, груш и лимона).</p> <p>Взрослый поэтапно объясняет детям каждое действие, а затем спрашивает, что они сделали, что делают и что будут делать. Когда обед для кукол готов, начинаем сервировать стол</p>	

	<p>посудой. Раскладываем приготовленные блюда по тарелкам, желаем приятного аппетита и дети начинают кормить кукол, расхваливая при этом блюда. После того, как куклы пообедали, дети вытирают их салфетками и «благодарят» за вкусный обед.</p>
«Что несъедобное?»	<p>Цель: расширить знания детей о продуктах питания. Посмотрите на картинку внимательно и покажите, что несъедобное, что нельзя съесть.</p> 

Рекомендации для родителей по формированию навыков приема пищи:

При обучении ребенка навыкам приема пищи необходимо соблюдать ниже перечисленные условия:

1. Создание безопасной и удобной обстановки:

- обеспечьте комфортное и безопасное место для приема пищи, где ребенок сможет свободно двигаться и не столкнется с препятствиями;
- используйте стол и стулья, подходящие по размеру, чтобы ребенку было удобно сидеть и дотягиваться до еды.

2. Использование тактильных меток:

- прикрепите тактильные метки на посуду (например, кусочки ткани или специальные наклейки), чтобы помочь ребенку ориентироваться в расположении предметов на столе;
- используйте посуду с различными текстурами, чтобы ребенок мог легко различать тарелки, чашки и столовые приборы.

3. Обучение основам обращения с посудой:

- проговаривайте каждое действие, когда помогаете ребенку. Например: «Это тарелка, а это ложка. Держи ложку за ручку»;
- покажите, как правильно держать ложку, вилку и другие столовые приборы, а также как подносить их ко рту.

4. Демонстрация процесса приема пищи:

- моделируйте процесс приема пищи, показывая, как правильно зачерпывать еду, подносить ее ко рту и жевать;

- используйте игрушки или куклы для демонстрации, чтобы сделать обучение более наглядным и интересным.

5. Постепенное усложнение задач:

- начинайте с простых действий, таких как поднесение ложки ко рту, и постепенно переходите к более сложным, например, зачерпыванию пищи из тарелки;

- позвольте ребенку самостоятельно пробовать есть, даже если это займет больше времени.

6. Использование звуковых сигналов:

- используйте звуковые сигналы, такие как постукивание по тарелке ложкой, чтобы помочь ребенку ориентироваться в пространстве и находить предметы;

- проговаривайте, когда вы стучите по тарелке, чтобы ребенок понимал, что это сигнал для начала еды.

7. Обсуждение и обратная связь:

- после приема пищи обсудите с ребенком, что ему понравилось, что было сложно, и как он может улучшить свои навыки;

- поощряйте его за успехи и поддерживайте в процессе обучения.

8. Сотрудничество с педагогами и специалистами:

- работайте в сотрудничестве с педагогами и специалистами, чтобы получить дополнительные рекомендации и поддержку в процессе обучения;

- участвуйте в занятиях, направленных на развитие навыков самообслуживания.

9. Создание рутины:

- установите регулярное время для приема пищи, чтобы ребенок привыкал к распорядку и знал, когда ожидать еды;
- создайте привычные ритуалы, такие как мытье рук перед едой или помощь в накрытии стола.

10. Терпение и поддержка:

- будьте терпеливы и поддерживайте ребенка в процессе обучения. Помните, что каждый ребенок уникален и может развиваться в своем темпе;
- поощряйте его самостоятельность и уверенность в своих силах.

3 блок культурно-гигиенические навыки в процессе формирования личной гигиены.

Занятие 1 «Умывание каждый день».

Задачи:

- формировать основные правила личной гигиены; уметь правильно чистить зубы, соблюдать правила личной гигиены;
- привитие навыков здорового образа жизни, развивать гигиенические навыки: мытьё рук, чистка зубов, еженедельное купание.

Операции	Приемы	
	Слабовидящие	Слепые
Пользование щеткой	Взрослый проговаривает следующие действия: «Щетку необходимо намочить, а затем щетку берем щетиной вверх и так, чтобы указательный пальчик был вытянут вдоль щетины, образуя бортик».	Взрослый проговаривает следующие действия: «Найди на раковине стакан, в стакане лежит щетка и паста, возьми щетку в правую руку, тюбик зубной пасты положи на край раковины, (необходимо использовать прием «Рука в руке»), открой кран с холодной водой, проверь пальцем руки, затем необходимо открыть горячую воду. Возьми щетку и намочи щетину водой, проверь стала ли она мокрой.(После того как ребенок почистил зубы, необходимо убрать щетку). Сплюсни щетку под водой и убери её в стакан.
Пользование пастой	Взрослый проговаривает следующие действия:	Необходимо обозначить, что тюбики паст

	<p>«Возьми из стакана в руки пасту, взрослый выдавливает на щетку пасту, ребенок губами и языком обследуют сколько выдавлено. Теперь выдави пасту на щетку сам». Обычно детям тяжело выдавливать на щетку пасту поэтому, можно сказать, чтобы ребенок выдавил её в рот или на указательный палец.</p>	<p>бывают разные и крышки тоже бывают разные, используются твердые тюбики, чтобы ребенок чувствовал, сколько выдавилось. Так же необходимо отличать их по запаху, чтобы ребенок мог отличить крем от пасты. Взрослый проговаривает следующие действия: «Возьми тюбик пасты свободной рукой и выдавить пасту на кончик языка, либо указательный палец, а затем нанесение пасты на зубы, либо если ребенок уже умеет находить край щетины, то выдавить на щетину. Необходимо указательный или большой палец поднести к щетине зубной щетки, а второй рукой надавливая тюбик зубной пасты, выдавить нужное количество пасты на щетку». Взрослый говорит ребенку стоп, когда пасты уже выдавлено достаточно.</p>
Чистка зубов	<p>Взрослый проговаривает следующие действия: «Необходимо чистить переднюю поверхность зубов, двигая щеткой сверху, вниз, вправо, влево и кончиком заднюю поверхность зубов. Почисти язык. Прополоскай рот водой из стаканчика».</p>	<p>Изначально взрослый совместно с ребенком с помощью приема «рука в руке» чистит зубы сопровождая инструкцией : «Правой рукой возьми щетку, проверь что ты держишь её правильно, засовываем щетку в рот и начинаем чистить переднюю поверхность зубов, двигая щетку справа-налево и сверху-вниз</p>
Полоскание	<p>Взрослый проговаривает действия: «Возьми стакан, набери в рот воду, перекачивай воду как шарик из одной щеки в другую, сплюнь воду в раковину»</p>	<p>Взрослый проговаривает действия: «Найди на раковине стакан в котором была щетка и паста, налей в него теплую воду, набери в рот воды из стакана и начинай гонять воду из одной щеки в другую, сплюнь воду в раковину. Вымой рот и руки, на них</p>

		может остаться паста».
Дидактические игры		
«Почистим зубки»	<p>Цель: учить ребенка чистить зубы.</p> <p>Оборудование: две зубные щетки, стакан с водой, зеркало.</p> <p>Ход занятия: взрослый просит ребенка посмотреть в зеркало и улыбнуться, при этом обращает его внимание на зубы. Затем говорит, чтобы зубы не болели, нужно их чистить. Взрослый достает две щетки: одну дает в руки ребенку, а другой показывает, как нужно проводить щеткой по зубам, при этом произносит потешку:</p> <p>Ротик, ротик! Где ты ротик?</p> <p>Зубки, зубки! Где вы зубки?</p> <p>Щечка, щечка! Где ты щечка?</p> <p>Будет чистенькая дочка!</p> <p>В конце игры, взрослый вместе с ребенком смотрят в зеркало и улыбаются, показывая чистые зубы. При необходимости используются совместные действия взрослого и ребенка.</p> <p>еся сделать так же. В конце занятия взрослый хвалит ребенка.</p>	
«Фонтанчики»	<p>Цель: учить ребенка полоскать рот.</p> <p>Оборудование: стакан.</p> <p>Ход игры: взрослый подводит ребенка к зеркалу в ванной комнате и предлагает пускать фонтанчики, произносит потешку:</p> <p>«Наберем водичку в рот, пусть фонтанчик оживет!». Взрослый набирает в рот воду и показывает, как выпустить воду изо рта, затем, как надо полоскать рот. Ребенку предлага</p>	

3 блок культурно-гигиенические навыки в процессе формирования личной гигиены.

Занятие 2 «Водичка, водичка».

Задачи:

- совершенствовать представления детей о значении гигиенических процедур (мытьё рук);
- развивать умение самостоятельно замечать необходимость мытьё рук.

Операции	Приемы	
	Слабовидящие	Слепые
Закатай рукава	Взрослый проговаривает действия: «Подними рукава вверх, постепенно загибая ткань вверх, (если это рубашка, необходимо расстегнуть пуговицы и загибать рукава по направлению к локтю, после того как руки помыты, необходимо опустить рукава), сухими руками стяни вниз правы рукав, а затем левый».	Взрослый сопровождает словестной инструкцией и если необходимо, то приемом «рука в руке», проговариваем: «найди нижний край рукава, загибай небольшую часть ткани вверх, потом еще, еще, заворачивай рукав по направлению к локтю, большим и указательным пальцами захвати рукав выше локтя, поддержи завернутый рукав вверх повыше локтя».
Включи воду	Взрослый сопровождает действия словесной инструкцией: «Открыть кран, сначала холодную, трогая пальцем руки и другой рукой открываем горячую воду, придавая оптимальную температуру воде».	Взрослый сопровождает словесной инструкцией и если необходимо, то приемом «рука в руке», проговариваем: «Скольжением рук найди кран, положи ладони на «барашки» крана, обследуй их, на ощупь определи, с какой стороны течет горячая и холодная вода; начинай открывать сначала холодную воду, сожми

		пальцами «барашек», поверни его вправо; поворачивая «барашек» вправо и влево можно контролировать напор воды, чтобы сделать воду теплой, начинай осторожно вращать «барашек» с другой стороны, свободной рукой потрогай кран, чтобы проверить, не слишком ли горячая вода».
Намочи руки	Взрослый сопровождает действия словесной инструкцией: «Подставь руки под струю воды и медленно двигай их от ладони к локтю и обратно. Повтори то же самое с другой рукой. Убедись, что вода не попадает на пол и одежду».	Взрослый сопровождает словесной инструкцией и если необходимо, то приемом «рука в руке», проговариваем: «Подставь руки под струю воды, медленно продвигай руку от ладони к локтю и наоборот; проделай тоже с другой рукой; следи, чтобы вода не попадала на пол и одежду».
Намыль руки, смойте с них пену	Взрослый сопровождает действия словесной инструкцией: «Протяни руки вперед и найди мыло на раковине рядом с краном. Намыли ладони, потирая их мылом, затем положи мыло обратно в мыльницу. Потри ладони друг о друга, а затем разотри мыло круговыми движениями на тыльной стороне кистей. Намыли область рук от запястья до локтя, используя движения вперед и назад. Смой пену под струей воды, проводи ладонями по тыльной стороне кисти до локтя, чтобы убедиться, что мыло полностью смыто. Сложи руки в «замок» и стряхни воду с рук».	Взрослый сопровождает словесной инструкцией и если необходимо, то приемом «рука в руке», проговариваем: «Протяни руки вперед и найди на раковине возле крана мыло, потри ладони мылом, намыль их, положи мыло обратно в мыльницу, потри ладони друг о друга и разотри круговыми движениями с тыльной стороны кистей, движениями вперед-назад намыльте область рук от запястья до локтя, смой пену под струей воды, проводи ладонями по тыльной стороне кисти до локтя, проверь, не осталось ли где мыла, сложи руки в «замок», стряхни воду с рук».
Закрой кран с водой	Взрослый сопровождает действия словесной инструкцией: «Сначала закрываем горячую воду, затем холодную Если кран с поднятой ручкой, то	Взрослый сопровождает словесной инструкцией и если необходимо, то приемом «рука в руке», проговариваем:

	просто отпустить её вниз».	«Найди «барашки», поверни влево сначала горячий «барашек», затем холодный».
Вытри руки полотенцем	Взрослый сопровождает действия словесной инструкцией: «Полотенцем вытираем кисти рук круговыми движениями, далее вытираем запястья и локти. Найди крючок и повесай полотенце, необходимо выделять крючки, чтоб ребенок ориентировался где висит его полотенце. Так же не забыть разогнуть рукава».	Взрослый сопровождает словесной инструкцией и если необходимо, то приемом «рука в руке», проговариваем: «Возьми полотенце, положи полотенце на тыльную сторону кисти, круговыми движениями вытри кисти рук полотенце, поверни руку под полотенцем и вытри ладонь, вытри локоть, вытри вторую руку, помогая себе сухой рукой, найди петельку на полотенце, захвати ее большим и указательным пальцем, свободной рукой нащупай крючок, повесь полотенце на место, разогни рукава.
Дидактические игры		
«Чистоплотные дети»	<p>Цель игры. систематизировать знания детей о предметах гигиены и их назначении.</p> <p>Ход игры. Воспитательница говорит детям, что хочет убедиться в том, что они чистоплотные и аккуратные: пусть они скажут, что нужно для того, чтобы волосы, руки и лицо были чистыми (чем больше они смогут об этом рассказать, тем лучше).</p> <p>Затем воспитатель говорит: «Руки». Дети, которых она вызывает, отвечают: «Мыло, щетка, полотенце». Подобным же образом, дети реагируют на слова «волосы» (гребень, щетка, ножницы, шампунь, мыло, «купание» (ванна, полотенце, душ, умывальник, губка, мыло и пр.).</p> <p>Вариант. Воспитатель задает вопрос: «Что нам нужно, когда мы утром встаем?» Дети знают, что должны назвать предметы гигиены, которые используются утром (щетка для рук, паста, мыло, платок).</p>	
«Что нужно кукле»	<p>Цель игры. упражнять культурно-гигиенические навыки.</p> <p>Пособия: картинки с изображением предметов, используемых при умывании, еде, одевании (мыло, зубная щетка, полотенце, зубная паста, гребень, щетка для рук, заколка, лента для волос, скатерть, ваза, поднос, кружка, ложка, тарелка, столовый прибор, носки, ботинки, шапочка, платье, блузка, юбка, перчатки, курточка).</p> <p>Ход игры. Воспитательница знакомит детей с картинками, спрашивает их, для чего нужен</p>	

	<p>каждый предмет, затем перемешивает картинки и раздает их, берет куклу и говорит детям: «Наша куколка встала и хотела бы умыться, но чем?»</p> <p>Дети приносят картинки, на которых нарисованы предметы, нужные кукле для умывания. Игра продолжается. Воспитательница направляет игру так, чтобы чередовались все виды деятельности. Например, она говорит: «Наша кукла умылась и хотела бы причесаться, но чем?»</p> <p>«Наша кукла умылась, но еще не завтракала. Что мы ей дадим есть? Наша кукла собралась на прогулку, что она наденет?»</p>
--	---

3 блок культурно-гигиенические навыки в процессе формирования личной гигиены.

Занятие 3 «Купаться любят все».

Задачи:

- закреплять знания детей в умывании; в знании предметов туалета и их назначении; закрепить знания о свойствах воды;
- учить сообщать о необходимости в своих потребностях и желаниях(проситься в туалет);
- закреплять представление о туалетной комнате, ориентируется в ней, знает ее предназначение.

Операции	Приемы	
	Слабовидящие	Слепые
Пользование туалетом	Взрослый сопровождает действия словесной инструкцией: «Зайти в туалетную комнату, найди туалет, присядь на унитаз (сопровождать действия словами «пи-пи») вытрись бумагой, встань с унитаза, найди на бочке ручку или кнопку, нажми ил подними вверх, не забудь надеть одежду, выйди из талета и помой руки».	Внимательно обследуйте вместе с ним туалетную комнату: осмотрите, где находится унитаз, где рычажок для спуска воды, где туалетная бумага. Приучайте ребенка к особой аккуратности в туалете. Учите не касаться унитаза руками ни дома, ни в гостях, ни в общественном месте. Коснувшись унитаза коленкам, незрячий ребенок может в достаточной степени оценить и место его расположения, и высоту. Регулярно после приема пищи, высаживайте ребенка на туалет(горшок). Частичные навыки должны быть объединены в одну цепочку действий.

		<p>Взрослый проговаривает следующие действия: «идти в туалет, спусти штаны, садиться на горшок или на унитаз с детским сидением, слова «пи-пи», вытри бумагой, надень штаны, смой водой поднимаю ручку или нажимая кран (важно, чтобы и сидение унитаза и смывной спуск были выделены ярким цветом), помой руки».</p>
Пользование ванной/купание	<p>Взрослый сопровождает действия словесной инструкцией: «Сними одежду, включи теплую воду, аккуратно перешагни в ванну, возьми мочалку, намочи её и намыль, чтоб на ней образовалась пена. Начни намыливать себя, чтобы не осталось ни одного грязного места, заходить на ту часть где ты уже намылил, чтоб быть чище. Сполосни свое тело, пройти рукой и проверь, не осталось ли пены. Не забудь закрыть воду».</p>	<p>Взрослый показывает как открывать холодную воду, и объясняет: «Здесь холодная вода». показывает и объясняет, как открыть горячую воду: «Здесь горячая вода! Можно обжечься, осторожнее!».</p> <p>Аккуратно заходи в ванну, поднимая поочередно ноги, и ставя их ванную.</p> <p>Сопровождать все действия приемом «Рука в руке».</p> <p>Рука в руке намочите мочалку: «У тебя в руке мочалку, её необходимо намочить, а затем взять гель для душа (каждая баночка обозначается по своему) и совсем не много налить на мочалку либо использовать мыло и намылить мочалку. Начни водить мочалкой по всему телу надавливая на нее. Включи душ, чтобы смыть с себя грязь и пену, проверь рукой не осталось ли пены на твоём теле. Теперь аккуратно вылезай из ванны, ставя ноги на коврик и вытирайся полотенцем, не забудь закрыть кран».</p>
Мытье головы	Взрослый сопровождает действия совместной	Взрослый проговаривает действия и

	инструкцией: «Возьми в руки ковш или кружку, включи душ, полей водой на голову чтоб намочить голову, возьми в одной руку шампунь и другой рукой выдави на ладошку совсем не много. Втирай шампунь в волосы, так чтобы вся голова была в пене, наполни ковш или кружку чистой водой и смой всю пену с головы, необходимо несколько раз её промыть, не забывай зажимать глаза, чтобы не попал шампунь».	использует прием «рука в руке»: «Возьми ковш или кружку, включи душ и намочи голову водой. Затем одной рукой возьми шампунь и выдавливай небольшое количество на ладонь другой руки. Втирая шампунь в волосы, убедись, что вся голова покрыта пеной. Наполни ковш или кружку чистой водой и тщательно смой пену с головы, повторяя процесс несколько раз. Не забывай зажимать глаза, чтобы шампунь не попал в них».
Дидактические игры		
«Чистоплотные дети»	<p>Цель игры. проверить знания детей о предметах гигиены и их назначении.</p> <p>Ход игры . Воспитательница говорит детям, что хочет убедиться в том, что они чистоплотные и аккуратные: пусть они скажут, что нужно для того, чтобы волосы, руки и лицо были чистыми (чем больше они смогут об этом рассказать, тем лучше) .</p> <p>Затем воспитательница говорит: «Руки». Дети, которых она вызывает, отвечают: «Мыло, щетка, полотенце». Подобным же образом дети реагируют на слова «волосы» (гребень, щетка, ножницы, шампунь, мыло) , «купание» (ванна, полотенце, душ, умывальник, губка, мыло и пр.) .</p>	
«Вымоем куклу»	<p>Цель: закреплять знания о предметах личной гигиены для мытья и умывания, последовательность действий, способствовать формированию привычки к опрятности.</p> <p>Материал: различные предметы и предметы личной гигиены для мытья и умывания, куклы.</p> <p>Ход игры: играют 2 человека. Сначала им предлагается из множества предметов выбрать те, которые «помогают» вымыть (умыть) куклу. А затем моют её. Выигрывает тот, кто правильно отберёт предметы личной гигиены и правильно последовательно вымоет (умоет) куклу.</p>	

3 блок культурно-гигиенические навыки в процессе формирования личной гигиены.

Занятие 4 «Доброе утро, расческа».

Задачи:

- закреплять умение пользоваться предметами личной гигиены (расческа, зеркало);
- воспитывать у детей навыки опрятности.

Операции	Приемы	
	Слабовидящие	Слепые
Пользоваться расческой	<p>Взрослый проговаривает действия: «Сначала возьми расческу в правую руку. Убедись, что зубчики направлены вниз. Теперь аккуратно проведи расческой по волосам, начиная от корней и двигаясь к кончикам. Постарайся не тянуть волосы, чтобы не было больно. Если волосы запутались, можно немного приподнять их и расчесать по частям.</p> <p>Давай начнем с одной стороны головы. Проводи расческой медленно и осторожно, чтобы все волосы стали ровными. Если ты чувствуешь, что где-то застревает, просто остановись и аккуратно распутай волосы пальцами.</p> <p>Когда ты закончишь с одной стороной, можешь перейти на другую. Не забудь расчесать волосы сзади, чтобы они были аккуратными.</p> <p>Когда все волосы будут расчесаны, ты можешь посмотреть в зеркало и увидеть, как они</p>	<p>Взрослый проговаривает действия и использует прием «рука в руке»: «Сначала возьми расческу в правую руку. Почувствуй, как она лежит в ладони. Убедись, что зубчики направлены вниз.</p> <p>Теперь начнем с передней части головы. Поставь расческу на лоб и медленно проведи ею вниз по волосам, к затылку. Двигайся аккуратно, чтобы не тянуть волосы. Если ты почувствуешь, что расческа застревает, остановись и попробуй распутать волосы пальцами.</p> <p>Теперь давай расчесывать волосы с боков. Начни с правой стороны. Поставь расческу у корней волос и медленно двигай вниз, к ушам. Затем сделай то же самое с левой стороны.</p> <p>Не забудь расчесать волосы сзади. Для</p>

	<p>выглядят».</p>	<p>этого просто переведи расческу от шеи вверх к затылку. Если ты чувствуешь, что где-то остались запутанные пряди, аккуратно распутай их пальцами, а затем снова проведи расческой.</p> <p>Когда все волосы будут расчесаны, ты можешь провести рукой по ним, чтобы убедиться, что они ровные и гладкие»..</p>
<p>Пользоваться зеркалом</p>	<p>Взрослый проговаривает действия: «Сначала подойди к зеркалу и почувствуй его поверхность. Обычно зеркало гладкое и холодное на ощупь. Убедись, что ты стоишь на расстоянии, чтобы видеть свое отражение.</p> <p>Теперь, когда ты смотришь в зеркало, попробуй провести рукой по своему лицу. Найди лоб, щеки и подбородок. Это поможет тебе понять, где находится твое отражение.</p> <p>Если ты хочешь посмотреть, как выглядят твои волосы, просто наклони голову немного вперед и посмотри в зеркало. Ты можешь использовать расческу, чтобы поправить волосы, и при этом следить за тем, как они выглядят.</p> <p>Если ты хочешь увидеть, как ты выглядишь в одежде, просто встань немного дальше от зеркала, чтобы увидеть свое отражение целиком. Ты можешь повернуться в разные стороны, чтобы посмотреть, как выглядит твой наряд.</p> <p>Помни, что зеркало показывает только то, что находится перед ним. Если ты хочешь увидеть что-то конкретное, просто подойди ближе или отойди назад».</p>	<p>Взрослый проговаривает действия и использует прием «рука в руке»: «Подойди к зеркалу и осторожно проведи рукой по его поверхности. Ты почувствуешь, что оно гладкое и холодное. Это зеркало.</p> <p>Теперь, когда ты стоишь перед зеркалом, попробуй представить, как ты выглядишь. Если ты хочешь увидеть свое лицо, наклони голову немного вперед и представь, что ты смотришь на себя. Ты можешь провести рукой по своему лицу, чтобы понять, где находятся лоб, щеки и подбородок.</p> <p>Если ты хочешь посмотреть на свои волосы, просто подними голову и проведи рукой по волосам. Ты можешь использовать расческу, чтобы поправить их, и при этом следить за тем, как они выглядят, представляя, как они укладываются.</p> <p>Если ты хочешь увидеть, как ты выглядишь в одежде, отойди немного назад от зеркала. Так ты сможешь представить, как твой наряд смотрится</p>

		целиком. Повернись в разные стороны, чтобы понять, как выглядит твой образ».
Дидактические игры		
«Умывалочка»	<p>Цель: учить ребенка умываться.</p> <p>Оборудование: зеркало, полотенце.</p> <p>Ход игры: взрослый приводит ребенка (после сна) в ванную комнату, просит посмотреть на себя в зеркало, обращает его внимание на глазки, ротик, щечки и т. д. Предлагает ребенку умываться вместе с ним, при этом показывает, как это нужно сделать. Взрослый произносит потешку:</p> <p>Выходи, водица, мы пришли умыться!</p> <p>Лейся на ладошку, по-нем-нож-ку.</p> <p>Нет, не понемножку - посмелей,</p> <p>Будем умываться веселей!</p> <p>В конце умывания взрослый учит малыша вытирать лицо насухо полотенцем, просит посмотреть на себя в зеркало, говорит: «Ай, какой чистый ребенок, посмотри на себя в зеркало!»</p>	
«Делаем прическу»	<p>Цель: учить ребенка держать в руке расческу и расчесывать волосы движениями сверху-вниз.</p> <p>Оборудование: зеркало, расческа, нарядная кукла.</p> <p>Ход игры: взрослый демонстрирует ребенку куклу и обращает внимание на ее прическу: «Посмотри, у куклы красивая прическа: длинные, ровные волосы, бантик. Красивая кукла! Давай и тебе сделаем красивую прическу!» Взрослый расчесывает перед зеркалом волосы ребенка, затем просит малыша попробовать это сделать самому: дает расческу в руки ребенку при этом помогает удерживать ее, вести руку с расческой сверху вниз. В конце расчесывания просит ребенка посмотреть в зеркало, обращает его внимание на то, что он стал таким же красивым, как кукла.</p>	

3 блок культурно-гигиенические навыки в процессе формирования личной гигиены.

Занятие 5 «Баю-баюшки-баю, куклу спать я уложу».

Задачи:

- учить детей выполнять элементарные действия: поправить матрац, натянуть простыню, положить подушку, накрыть одеялом, покрывалом;
- закреплять понятия: постельные принадлежности: матрац, подушка, одеяло, покрывало, постельное белье: простыня, наволочка, пододеяльник.

Операции	Приемы	
	Слабовидящие	Слепые
Заправление кровати	Преждем чем научить ребенка заправлять кровать, необходимо на макете детской кровати потренироваться её заправлять, чтобы ребенок понимал, для чего это необходимо и как правильно это сделать. Обязательно изголовья и подножье кровати по середине должны быть обозначены метками, необходимо для того, чтобы ребенок смог найти середину кровати. Взрослый сопровождает действия словесной инструкцией: «Берем простынь или одеяло нижний, верхний угол и отворачиваем к верхнему углу кровати, придерживая другой рукой. Расправляем складку двигая к изголовью».	Ребенку необходимо обследовать кровать, найти изголовье, подножье, края кровати. А так же дать обследовать материал простыни, пододеяльника, покрывала, чтобы ребенок мог отличать их по фактуре. Обучая ребенка заправления кровати необходимо опираться на прием рука в руке, совместно с ребенком заправить кровать, сопровождая словесной инструкцией: « Сначала подойди к кровати и почувствуй, где находится матрац. Это основа, на которой ты спишь. Теперь начнем с простыни. Найди угол простыни, который ближе всего к тебе. Потяни его к себе, чтобы освободить его от

		<p>матраса. Затем, начиная с этого угла, аккуратно потяни простыню, чтобы она легла ровно на матрас.</p> <p>Теперь перейди к другому углу. Найди его и потяни простыню, чтобы она легла ровно. Повтори это с оставшимися углами. Убедись, что простыня натянута и не сбивается.</p> <p>Теперь давай возьмем одеяло. Найди его и положи на кровать. Начни с верхней части кровати и аккуратно расправь одеяло, чтобы оно свисало по бокам.</p> <p>Если у тебя есть подушки, найди их и положи в изголовье кровати. Убедись, что они стоят ровно и красиво».</p>
Использование подушки	<p>Взрослый проговаривает действия: «Найди подушку. Возьмите подушку в одну руку, а наволочку в другую. Начните надевать наволочку с одного конца подушки, постепенно продвигаясь к другому. Постарайтесь равномерно распределить ткань, чтобы не было складок и морщин. Если наволочка имеет застежку, застегните ее. Посмотрите на подушку со всех сторон, чтобы убедиться, что наволочка хорошо натянута и не образует складок. Если все же остались складки, аккуратно расправьте их руками».</p>	<p>Взрослый проговаривает действия и использует прием «рука в руке»: «Подойди к кровати и почувствуй подушку. Она обычно мягкая и квадратная или прямоугольная. Убедись, что она лежит на месте. Найди край наволочки. Обычно она имеет застежку или просто открытый край. Если это застежка, аккуратно открой ее, потянув за концы. Если это просто открытый край, просто потяни наволочку вниз, чтобы снять ее с подушки.</p> <p>После того как ты снял наволочку, проверь подушку. Убедись, что она чистая и не имеет повреждений. Если подушка выглядит хорошо, мы можем надеть новую наволочку.</p> <p>Найди новую наволочку и убедись, что она</p>

		<p>чистая. Обычно она имеет открытый край и может быть сложена вдвое.</p> <p>Начни с одного конца подушки. Вставь подушку в наволочку, аккуратно продвигая ее внутрь. Убедись, что подушка полностью вошла в наволочку.</p> <p>Когда подушка внутри, потяни наволочку, чтобы она легла ровно. Если есть застежка, закрой ее, чтобы наволочка не соскользнула.</p> <p>Убедись, что наволочка хорошо натянута и подушка выглядит аккуратно».</p>
Дидактические игры		
«Застели кровати»	<p>Цель: закрепление счета, умение застелать кровать</p> <p>Ход: Поставьте перед собой кровати. Сосчитайте, сколько их? Три кровати. Одинаковые кровати? Нет разные. Покажите большую кровать, среднюю, маленькую. А теперь возьмите покрывала, их столько же, сколько кроватей три. Подберите подходящее по размеру покрывало к каждой кровати.</p>	
«Подготовь постель ко сну»	<p>Цель: формировать у детей самостоятельные действия: учить ребенка расстилать</p> <p>Оборудование: кровать, подушка, простыня, одеяло, покрывало.</p> <p>Ход занятия: перед дневным сном взрослый предлагает детям расстелить свои постели, показывает и комментирует последовательность действий: «Сначала снимаем и складываем покрывало, затем отворачиваем одеяло и поправляем подушку». После этого взрослый предлагает детям расстелить свои постели, при необходимости помогает им.</p>	

Рекомендации для родителей по формированию личной гигиены:

При обучении ребенка навыкам личной гигиены необходимо соблюдать ниже перечисленные условия:

1. Создание безопасной и удобной сред:

- организуйте пространство. Убедитесь, что в ванной комнате и других местах, где ребенок будет заниматься личной гигиеной, нет препятствий. Все предметы должны быть на своих местах;
- используйте тактильные метки. Пометьте важные предметы (например, зубную пасту, мыло) тактильными метками или наклейками, чтобы ребенок мог легко их находить.

2. Обучение через практику:

- показывайте и объясняйте. Демонстрируйте, как правильно мыть руки, чистить зубы и принимать душ. Объясняйте каждый шаг, чтобы ребенок понимал, что и зачем он делает;
- используйте рутинные действия. Создайте последовательность действий, которую ребенок будет выполнять каждый день. Это поможет ему запомнить порядок и сделать процесс более привычным.

3. Развитие самостоятельности:

- поощряйте самостоятельность. Позвольте ребенку самостоятельно выполнять простые задачи, такие как мытье рук или чистка зубов. Поддерживайте его, но не делайте все за него;
- используйте адаптированные инструменты. Подберите специальные средства, такие как зубные щетки с удобными ручками или мыло в форме, удобной для захвата.

4. Обучение через игру:

- игровые элементы. Включите элементы игры в процесс обучения. Например, можно использовать песенки или стишки, чтобы сделать процесс более увлекательным;
- создайте ролевые игры. Играйте в ситуации, связанные с личной гигиеной, чтобы ребенок мог практиковаться в безопасной и веселой обстановке.

5. Обратная связь и поддержка:

- хвалите за успехи. Обязательно отмечайте достижения ребенка, даже если они небольшие. Это поможет ему чувствовать себя уверенно и мотивированно;
- Обсуждайте трудности. Если у ребенка возникают сложности, обсуждайте их вместе. Помогите найти решения и предложите поддержку.

6. Обучение социальным навыкам:

- обсуждайте важность гигиены. Объясните, почему личная гигиена важна для здоровья и общения с другими людьми;
- практикуйте в общественных местах. Позвольте ребенку практиковать навыки личной гигиены в общественных местах, таких как школа или спортивные секции, чтобы он чувствовал себя уверенно в разных ситуациях.

7. Консультации с профессионалами:

- обратитесь к специалистам. Если у вас есть вопросы или трудности, не стесняйтесь обращаться за помощью

к специалистам, таким как логопеды, психологи или специалисты по работе с детьми с нарушениями зрения.