



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

**СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ ПО  
ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ  
У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА  
С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ**

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

**Направленность программы бакалавриата  
Направленность (профиль): Дошкольная дефектология  
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:  
74 % авторского текста  
Работа рекомендована к защите  
«5» 03 2025 г.  
зав. кафедрой ППиПМ  
Дружинина Лилия Александровна

Выполнила:  
Студентка группы ЗФ-521-102-5-1  
Юмасултанова Лилия Давлетбаевна

Научный руководитель:  
к. п. н., доцент кафедры СПП и ПМ  
Васильева Виктория Сергеевна

Челябинск  
2025

## Оглавление

<b>ВВЕДЕНИЕ .....</b>	<b>4</b>
<b>ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ВОПРОСЫ ИЗУЧЕНИЯ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....</b>	<b>7</b>
1.1. Понятие «Культурно-гигиенические навыки». Закономерности формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.....	7
1.2 Клинико-психолого-педагогическая характеристика детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения .....	20
1.3 Особенности формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.....	30
Выводы по 1 главе.....	35
<b>ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ.....</b>	<b>38</b>
2.1 Методики изучения по развитию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.....	38
2.2 Результаты изучения культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.....	45
2.3 Коррекционная работа по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения .....	55
Выводы по 2 главе.....	63
<b>Заключение .....</b>	<b>65</b>
<b>Список использованных источников.....</b>	<b>69</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ.....</b>	<b>77</b>
Приложение 1 .....	77
Приложение 2 .....	95
Приложение 3 .....	104
Приложение 4 .....	106

## **ВВЕДЕНИЕ**

Гигиеническое обучение является составляющей общего воспитания, а навыки гигиены обязательны для культурного поведения. Развитие культурно-гигиенических навыков имеет важное значение не только для успешной социализации дошкольников, но и для их здоровья.

Необходимость опрятности и соблюдения чистоты лица, тела, прически, одежды и обуви продиктована не только гигиеническими требованиями, но и нормами человеческих отношений. Дошкольникам важно осознать, что следование этим правилам является проявлением уважения к окружающим. Никому не приятно прикасаться к грязным рукам или смотреть на неаккуратную одежду. Неопрятный человек, который не заботится о своей внешности и поведении, часто проявляет небрежность и в учебе или других видах деятельности.

Младший дошкольный возраст – это важный период в жизни человека, когда закладываются основы его личности и формируются ключевые аспекты физического здоровья. Общеизвестно, что привычки, как полезные, так и вредные, формируемые в дошкольном детстве, становятся наиболее прочными и устойчивыми. Поэтому гигиенические навыки, усвоенные в этот период, становятся неотъемлемой частью жизни взрослого человека, впитываясь в его поведение и образ мыслей. Именно поэтому крайне важно с самого раннего возраста формировать у детей важные и полезные для здоровья умения, которые со временем закрепляются и становятся навыками.

Обучение культурно-гигиеническим навыкам у детей младшего дошкольного возраста имеет огромное значение для их комплексного развития, особенно для детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей с нарушениями зрения. Это обучение позволяет эффективно решать ряд задач, таких как: расширение представлений об окружающем мире, сенсорное воспитание, развитие речи, тонкой моторики и зрительно-моторной координации, а также умения выполнять действия по

подражанию и словесной инструкции, ориентироваться на образец, соблюдать определенную последовательность действий. Несмотря на то, что для формирования гигиенических навыков, по мнению М.К. Земцовой, Л.А. Дружининой, Л.Б. Осиповой, Л.И. Плаксиной, Л.А. Ремезовой и др., дети с нарушениями зрения нуждаются в коррекционной помощи, практических рекомендаций по содержанию коррекционной работы в данном направлении недостаточно [32].

Таким образом, важность и актуальность рассматриваемой проблемы, её недостаточная практическая разработанность обусловили выбор темы выпускной квалификационной работы.

*Цель исследования:* теоретически изучить и практически обосновать содержание коррекционной работы по формированию культурно-гигиенических навыков у детей с нарушениями зрения младшего дошкольного возраста.

*Объект исследования:* процесс формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.

*Предмет исследования:* особенности формирования культурно-гигиенических навыков у детей с нарушениями зрения младшего дошкольного возраста.

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

1. Изучить и проанализировать психолого-педагогическую и методическую литературу по теме исследования.
2. Провести анализ результатов формирования культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников с нарушениями зрения.
3. Составить картотеку дидактических игр по формированию культурно-гигиенических навыков у детей с нарушениями зрения младшего дошкольного возраста для педагогов и родителей.

*Методы исследования:*

1. Теоретические методы: изучение и анализ научной, педагогической, психологической и методической литературы в рамках рассматриваемой проблемы.
2. Эмпирические методы: наблюдение, количественный и качественный анализ экспериментальных данных.
3. Анализ и интерпретация эмпирических данных.

*База исследования:* Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа для детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушение зрения) №127 г. Челябинска», дошкольное отделение.

Адрес: 454080, г. Челябинск, ул. Коммуны 84а.

В исследовании приняли участие 5 детей с нарушениями зрения младшего дошкольного возраста.

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

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ВОПРОСЫ ИЗУЧЕНИЯ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

## **1.1. Понятие «Культурно-гигиенические навыки». Закономерности формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста**

Формирование культурно-гигиенических навыков имеет очень большое значение для психического развития ребенка в целом. При освоении данных навыков у детей формируются самостоятельность, трудолюбие, аккуратность, бережное отношение к вещам, культура поведения. Ребенок, умеющий сам себя обслуживать, увереннее чувствует себя в коллективе, имеет больше времени для игр и общения со сверстниками.

В психолого-педагогической литературе большое место отводится проблеме развития самостоятельности ребенка. Рассматривая данную проблему, об этом писали отечественные авторы: Н.М. Аксарина, Л.С. Выготский [8], С.Д. Забрамная, А.Р. Маллер, В.Г. Нечаева [30], Л.Н. Павлова, Л.М. Шипицына [25]; а также, иностранные авторы: У. Кристен, Л. Ньюканен, Х. Рюкле и др. [23]

Е.А. Алябьева считает, что культурно-гигиенические навыки как «доведённое до автоматизма умение соблюдать правила личной и общественной гигиены, правила поведения в быту и общественных местах» [24]

Г.А. Урунтаева и Ю.А. Афонькина дают следующее понятие культурно-гигиеническим навыкам: «культурно-гигиенические навыки – важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, тела, причёске, одежды, обуви, продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений» [49].

По мнению Е.М. Белостоцкой «культурно-гигиенические навыки – доведённое до автоматизма умение соблюдать правила гигиены, входящее в неотъемлемую часть культуры поведения, составляющее основу гигиенического воспитания, как часть общего воспитания. Культурно-гигиенические навыки и привычки, которые необходимы для жизни, труда, сохранения здоровья, нужно вырабатывать с раннего возраста» [4].

М.А. Васильева, Н.Е. Веракса [7], Т.С. Комарова пишут, что «культурно-гигиенические навыки – это важная составная часть культуры поведения, представляющая собой навыки соблюдения опрятности, содержания в чистоте собственного лица, рук, тела, одежды и обуви» [22]

Формирование культурно-гигиенических навыков, как утверждает А.В. Петровский, это не только усвоение норм и правил культуры поведения, но и очень важный процесс по вхождению ребенка в общество и его социализация. Каждый ребенок с самого раннего детства должен понимать и соблюдать правила, осознавать, что быть неопрятным, грязным и неряшливым это некрасиво и некультурно. Внешний вид человека формирует первое представление о нем как о личности [36].

Далее таблица, которая представляет общее представление о том, как различные ученые определяют культурно-гигиенические навыки и подчеркивают их значимость в развитии детей (*Таблица 1*).

Таблица 1 – Понятия «Культурно-гигиенические навыки» по мнению отечественных авторов

№	ФИО авторов	Содержание
1.	Е.А. Алябьева	Культурно-гигиенические навыки как «доведённое до автоматизма умение соблюдать правила личной и общественной гигиены, правила поведения в быту и общественных местах.
2.	Е.М. Белостоцкая	Культурно-гигиенические навыки – доведённое до автоматизма умение соблюдать правила гигиены, входящее в неотъемлемую часть культуры поведения, составляющее основу гигиенического воспитания, как часть общего воспитания. Культурно-гигиенические навыки и привычки, которые необходимы для жизни, труда,

		сохранения здоровья, нужно вырабатывать с раннего возраста.
3.	М.А. Васильева, Н.Е. Веракса, Т.С. Комарова	Культурно-гигиенические навыки – это важная составная часть культуры поведения, представляющая собой навыки соблюдения опрятности, содержания в чистоте собственного лица, рук, тела, одежды и обуви.
4.	А.В. Петровский	Культурно-гигиенические навыки – это не только усвоение норм и правил культуры поведения, но и очень важный процесс по вхождению ребенка в общество и его социализация. Каждый ребенок с самого раннего детства должен понимать и соблюдать правила, осознавать, что быть неопрятным, грязным и неряшливым это некрасиво и некультурно. Внешний вид человека формирует первое представление о нем как о личности.
5.	Г.А. Урунтаева и Ю.А. Афонькина	Культурно-гигиенические навыки – важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, тела, причёске, одежды, обуви, продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений.

Культурно-гигиенические навыки играют определенную роль в развитии ребёнка. Именно с раннего возраста начинают формироваться такие черты характера как воля, уверенность в себе, желание добиться успеха, стремление к цели, активность и упорство в её достижении. По данным Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой [7], происходит это именно с привития навыков самообслуживания [22].

Если у детей не будут сформированы культурно-гигиенические навыки, по мнению А.Н. Леонтьева, то ребёнку будет сложнее адаптироваться к жизни в современном обществе. Формирование у детей дошкольного возраста навыков, необходимых в жизни, связано с деятельностью, в значительной мере направленной на удовлетворение повседневных личных потребностей [20].

Т. С. Богина, Л.К. Ионова, Н. Д. Терехова выделяют следующие виды культурно-гигиенических навыков [2] (*Схема 1*):

*Умывание:* засучить рукава; намылить руки до образования пены; набрать в ладони нужное количество воды; вымыть лицо двумя руками;



мыть руки до локтя с мылом; насухо вытереть руки; пользоваться личным полотенцем; не стряхивать воду с рук.

*Чистка зубов:* набирать зубную пасту на щетку; правильно чистить зубы щеткой; полоскать рот.

*Причесывание:* причесать волосы, если они растрепались; расчесать волосы; следить за аккуратностью головы.

*Одевание и раздевание:* быть опрятным; вешать одежду на спинку стула и складывать на сиденье колготки; завязывать и развязывать завязки у шапки; застегивать и расстегивать пуговицы на нижней и верхней одежде; надевать и снимать одежду; обуваться; самостоятельно или с помощью взрослых устранять неполадки в одежде; складывать одежду лицевой стороной; соблюдать рациональную последовательность при одевании и раздевании.

*Чистка и мытье обуви:* очищать обувь от грязи по возвращении с улицы в помещение; протирать загрязнившуюся обувь влажной тряпкой; мыть обувь, не заливая воду внутрь.

*Уход за верхней одеждой:* счищать пыль с верхней одежды салфеткой; следить за чистотой и привлекательностью одежды.

*Уборка постели:* стелить постель перед сном; складывать покрывало; расправлять простыни после сна; прибирать постель после сна.

*Прием пищи:* мыть руки перед едой; аккуратно есть; брать хлеб и накладывать еду в тарелку столько, сколько съешь; есть молча; жевать с закрытым ртом; пользоваться салфеткой; правильно сидеть за столом; уметь обращаться с ложкой; тщательно пережевывать пищу.

*Питие:* ополаскивать стакан перед использованием; наливать воды в стакан сколько выпьешь; пить, не обливаясь.

*Туалет:* пользоваться туалетной бумагой; мыть руки после туалета.

*Содержание носа в чистоте:* своевременно пользоваться носовым платком.

*Перемена одежды с учетом погоды:* одеваться теплее при похолодании; покрывать голову при солнечных лучах; поднимать воротник при ветре; снимать лишнюю одежду на жару.

*Содержание личных вещей в порядке:* всегда убирать за собой; бережно обращаться с каждой вещью; класть вещи на место; размещать их удобно для пользования и приятно для глаз.

Схема 1 – Виды культурно-гигиенических навыков



Е.А. Кудрявцева считает, что дети, осваивая культурно-гигиенические навыки, чувствуют себя равноправными членами детского общества и семейного коллектива. Благодаря этому, они впервые устанавливают отношения с окружающими, осознавая свои обязанности по отношению к ним [24].

Приучая детей самим одеваться, умываться, принимать пищу, мы формируем у них самостоятельность, меньшую зависимость от взрослого, уверенность в своих силах, желание и умение преодолевать препятствия.

А.В. Петровский указывает, важно не только упражнять детей культурно-гигиеническим навыкам, но и проверять, как они выполняют эту работу. А также следить, чтобы с самого раннего возраста дети работали не только для удовлетворения своих личных потребностей в чистоте и порядке, но и охотно помогали друг другу [26].

В раннем и дошкольном детстве наиболее благоприятным образом формируются культурно-гигиенические навыки, которые затем становятся основой для развития других функций и качеств.

По определению известного физиолога и педагога Н.Н. Щелованова, с самого рождения ребенок начинает свое социальное взаимодействие, хотя родители и педагоги не всегда это осознают. Различные предметы, такие как соска, ложка, горшок и многие другие, играют ключевую роль в этом процессе, поскольку они помогают малышу осваивать социальный мир. Они удовлетворяют его базовые потребности: питание, сон, поход в туалет и т.д. Поэтому требуется помощь взрослых при использовании этих предметов, так как ребенок не может их освоить самостоятельно [32].

При правильном формировании гигиенических навыков к концу первого года жизни ребенок должен уметь пить из чашки, держа ее самостоятельно, есть кусочек хлеба, выполнять активные действия и движения по запросу взрослых при умывании, раздевании, кормлении. Постепенно у ребенка закрепляются навыки поддержания чистоты. Он положительно относится к общественным гигиеническим процедурам,

причесыванию, стрижке ногтей и использованию горшка при необходимости [26].

В возрасте от 1,5 до 2 лет ребенок почти полностью может самостоятельно снимать и надевать одежду, а также умываться и вытираться. Важно начинать систематически приучать ребенка к правильному поведению в этом возрасте: сидеть спокойно за столом, разговаривать тихо при укладывании спать, выражать благодарность за помощь. Дети очень подражательны, поэтому взрослым необходимо неоднократно показывать новые действия, сопровождая их объяснениями, выделяя ключевые моменты и последовательность шагов [4].

К 1,5 года ребенок умеет есть ложкой, понимает речь взрослого, связанную с едой и туалетными процессами, выполняет просьбы по этим действиям, проявляет интерес к горшку [10].

К 2 годам он уже способен есть самостоятельно различные виды пищи, знает свое место за столом, самостоятельно садится и встает оттуда после еды, пользуется салфеткой, следит за своим видом, правильно сидит за столом, раздевается и одевается с помощью взрослого, знает, где находится его одежда и полотенце, спокойно относится к умыванию, включает контроль над своим телом. В этом возрасте важно научить ребенка слушать взрослого и выполнять его просьбы (принести книгу, убрать игрушки и т.д.).

Культурно-гигиенические навыки тесно связаны с развитием воли. Для малыша любое действие может быть вызовом, особенно если ему трудно справиться с ним. Не всегда есть желание доводить начатое дело до конца, особенно если что-то не получается. Вставать рано утром и самостоятельно одеваться также может быть сложной задачей: нужно запомнить последовательность действий, застегнуть пуговицы, завязать шнурки – и мама это сделает быстрее и лучше. Если взрослые всегда сразу помогают ребенку при любых трудностях, освобождая его от необходимости прилагать усилия, то у него может сложиться пассивная

позиция: «застегни», «завяжи», «одень». Поэтому Г.А. Урунтаева и Ю.А.Афонькина считают, что для завершения действия и достижения хорошего результата необходимо приложить волевые усилия [49].

Для ребенка становится значимым качество выполнения действия, он учится доводить начатое дело до конца, удерживать цель деятельности и не отвлекаться. Теперь ребенок уже самостоятельно совершает действия, контролирует их ход без напоминаний взрослого. Взрослому важно ненавязчиво обращать внимание ребенка на изменения в его внешности во время повседневных процессов. Когда малыш смотрит в зеркало, он начинает не только познавать себя, но и оценивает свой внешний вид, сопоставляет его с образцом, исправляет неряшливость в своей одежде и облике. Этот процесс помогает формировать критическое отношение к собственному облику и способствует здоровой самооценке. Ребенок постепенно начинает контролировать свою внешность [48].

Формирование культурно-гигиенических навыков у детей тесно связано с развитием их нравственных чувств. До трех лет дети испытывают радость от выполнения действий сначала вместе с взрослым, а потом самостоятельно.

К трем годам культурно-гигиенические навыки у ребенка закрепляются и расширяются. Он уже почти самостоятельно справляется с чисткой зубов, мытьем рук перед едой, самостоятельным кормлением, умеет аккуратно есть и использовать салфетку, устранять беспорядок в одежде, самостоятельно одеваться и раздеваться, аккуратно складывать одежду, использовать носовой платок, выполнять некоторые простые задания, говорить: «Спасибо!», «Здравствуйте!», «До свидания!» и т.д.

Как считает Е.В. Моржина, владение культурно-гигиеническими навыками укрепляет отношение воспитанника к этическим аспектам его развития. В трехлетнем возрасте дети могут давать моральные оценки человеческим поступкам или героям сказок на основе общего эмоционального отношения: если что-то нравится, значит, хорошо, а если

не нравится – значит, плохо. В этом возрасте дети становятся более самостоятельными не только в уходе за собой, но и в обладании последовательностью действий, необходимых для различных процессов [29].

К четырём годам дети должны уметь правильно мыть руки (намылить кисть круговым движением, смыть мыло и вытереть каждый палец) и чистить зубы (вначале просто влажной щеткой, а с 3 лет пастой), полоскать рот после еды, использовать носовой платок, а также соблюдать правила культурного поведения за столом (пользоваться столовыми приборами, не проливать пищу на стол). Они также должны научиться бережно обращаться с игрушками, поддерживать чистоту и порядок [50].

К этому возрасту у детей навыки и умения по сравнению с предыдущим годом могут расширяться незначительно, но уже приобретенные умения становятся более совершенными. Например, дети уже аккуратно едят, хорошо пережевывают пищу с закрытым ртом, используют вилку, не проливают пищу, без напоминаний пользуются салфеткой и выражают благодарность при выходе из-за стола после еды. Дети также развивают умения по уходу за собой, такие как правильная гигиена и аккуратное одевание, раздевание [1].

В четыре года для ребенка важно правильно выполнять действия и получать соответствующую оценку от взрослых. Желание заслужить одобрение и похвалу является мощным стимулом для ребенка. По мере понимания ребенком связи между действиями и нравственными нормами, а также соблюдая эти нормы, он начинает испытывать радость от соответствия этим нормам [23].

Соблюдение всех элементов режима, включая утреннюю гимнастику, физкультурные занятия и закаливание, является одной из важнейших предпосылок успешного гигиенического воспитания детей младшего дошкольного возраста. Культурно-гигиенические навыки, которые направлены на самого ребенка, играют важную роль в формировании

осознания себя. При выполнении санитарно-гигиенических процедур, ребенок начинает осознавать свое тело и формирует представление о нем.

При одевании, умывании и прочих гигиенических процедурах, ребенок использует зеркало и наблюдает за собой. Он замечает изменения, происходящие с его внешностью в результате ухода за собой: лицо становится чистым, волосы причесанными, руки обуты в перчатки и т.д. Ребенок начинает контролировать свой внешний вид, обращает внимание на грязные руки, беспорядки в одежде, и просит помощи взрослых для ухода за собой. У малыша появляется потребность в чистоте и опрятности, и он начинает развивать навыки самообслуживания. Таким образом, по мнению Л.И. Каплан, действия, включая уход за собой и самоподдержание, способствуют формированию у ребенка представления о своем теле и поощряют самостоятельность и ответственность за себя [20].

Подводя итоги анализа литературы важно систематизировать данные, позволяющие нам наглядно увидеть закономерности формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста, которые предлагают нам в своем пособии Г.А. Урунтаева и Ю.А.Афонькина (*Таблица 2*) [49].

Анализ представленных материалов позволяет говорить об определенных закономерностях в формировании культурно-гигиенических навыков. Однако у детей с ограниченными возможностями здоровья, в частности с нарушениями зрения, возникают трудности, связанные со структурой дефекта, особенностями зрительного восприятия, способности ориентироваться в пространстве, а также особенностями их психофизического развития в целом.

Следовательно, необходимо учитывать индивидуальные особенности этих детей и разрабатывать специальные методики и программы, направленные на адаптацию культурно-гигиенического обучения с учетом их потребностей.

Таблица 2 – Примерное содержание культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста  
(Г.А. Урунтаева и Ю.А. Афонькина)

Возраст	Культурно-гигиенические навыки		
	Умывание	Прием пищи	Одевание и раздевание
С первых дней жизни		Взрослый кормит ребенка в определенные часы	
С 3-4 недель	Ребенок приучается в определенные часы есть, спать, бодрствовать		
		Приучается придерживать бутылочку во время еды	
Около 2 месяцев		Узнает бутылочку для кормления, подтягивает к ней голову, активно захватывает соску ртом. Укрепляется положительное отношение к еде	
С 3-6 месяцев		Развиваются умения, позволяющие активно участвовать в кормлении. С 4 месяцев берет руками бутылочку для кормления. В 4-6 месяцев приучается есть с ложки полугустую пищу. Во время кормления взрослый держит ребенка в полусидячем положении. С 5-6 месяцев пьет из чашки, которую держит взрослый	
6-10 месяцев	Взрослый моет ребенку руки перед едой	Ребенок приучается есть все более разнообразную пищу. Хорошо ест с ложки: при виде ее открывает рот, снимает пищу губами и съедает все, не проливая. Ест аккуратно. С 6-7,5 месяцев во время кормления сидит, опираясь на руку взрослого, который его кормит. С 7,5 месяцев приучается есть за высоким столом. С 7 месяцев ест хлеб, сухарики, печенье, держа их в руке. В 9-10 месяцев держит чашку при помощи взрослого. Взрослый приучает ребенка к аккуратности: на время кормления повязывает салфетку; ложкой набирает	



		немного пищи; кормит ребенка так, чтобы не пачкать ему щеки и подбородок; если он испачкался, сразу вытирает ему лицо салфеткой, не ожидая конца кормления	
10-12 месяцев		В 11-12 месяцев ребенок берет чашку со стола и, придерживая ее двумя руками, приподнимает по мере уменьшения содержимого. Выпив все, ставит чашку на стол. Совершает действия по просьбе взрослого: «Возьми хлеб». Откуси. Где пюре?» На предложение взрослого: «Скажи спасибо» - наклоняет голову. Во время еды спокойно сидит, пока не поест	Взрослый привлекает ребенка ко все более активному участию в раздевании и одевании («Подними ручки», «сними носок», «Где твоя кофта? Дай кофту».)
1 год – 1 год 6 месяцев	Ребенок обращает внимание на грязные лицо и руки	Самостоятельно ест разнообразную пищу. Пользуется салфеткой после еды сначала с помощью взрослого, а затем по словесному его указанию. С 1 года учится самостоятельно садиться на стул. С 1 года и 2 месяцев учится самостоятельно пользоваться ложкой. В 1 год 3 месяца самостоятельно ест густую пищу ложкой. В 1 год 4 мес. – 1 год 6 месяцев самостоятельно ест жидкую пищу ложкой	Учится надевать и снимать колготки, носки, ботинки, шапку (сначала с помощью взрослого, а потом самостоятельно). Все больше приучается к опрятности: с помощью взрослого обращает внимание на неполадки в одежде и приводит ее в порядок
1 год 6 месяцев – 2 года	Приучается с помощью взрослого мыть руки, правильно пользоваться полотенцем	Совершаются навыки самостоятельного приема пищи	К 1 году 9 месяцев ребенок частично раздевается с небольшой помощью взрослого. К 2 годам частично надевает одежду; при укладывании спать снимает и складывает ее
2-3 года	2 года – 2 года 6 месяцев – с небольшой помощью взрослого моет руки и лицо, насухо вытирается полотенцем. При этом пользуется	Опрятно, аккуратно ест, тщательно пережевывает пищу, держит ложку в правой руке, самостоятельно пользуется салфеткой (с 2 лет 6 месяцев – без напоминания взрослого). Полощет рот после еды по просьбе взрослого. Приучается есть спокойно, не отвлекаясь; не выходить из-за стола до окончания еды; спокойно подождать, пока	Одевается и раздевается в правильной последовательности. При небольшой помощи взрослого снимает одежду, обувь: расстегивает пуговицы,

	<p>индивидуальными предметами.</p> <p>В 2,5-3 года без напоминания моет руки перед едой, умывается и моет руки по мере загрязнения по напоминанию взрослого</p>	<p>дадут следующее блюдо; говорить «спасибо» после еды; убирать свою салфетку, ставить на место стул</p>	<p>развязывает шнурки. В определенном порядке аккуратно складывает одежду. Правильно одевается, застегивает большие пуговицы. Замечает неопрятность в одежде, с помощью взрослого или самостоятельно приводит себя в порядок</p>
3-4 года	<p>Самостоятельно моет руки, лицо. При умывании засучивает рукава, не разбрызгивает воду, не мочит одежду. Правильно пользуется мылом. Насухо вытирается после умывания, вешает полотенце на место. Без напоминания моет руки по мере загрязнения, перед едой после пользования туалетом</p>	<p>Правильно пользуется ложкой, вилок, салфеткой. Ест аккуратно, не крошит хлеб, не проливает пищу. Пережевывает с закрытым ртом. Без напоминания благодарит после еды, задвигает за собой стул</p>	<p>Совершенствуется умение самостоятельно в определенной последовательности одеваться, в том числе застегивать пуговицы, завязывать шнурки и раздеваться. Ребенок аккуратно складывает и вешает одежду, с помощью взрослого приводит ее в порядок: чистит, просушивает. Развивается стремление быть всегда аккуратным, опрятным. Старается сам исправить неполадки в одежде (при необходимости обращается к взрослому)</p>

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

Известно, что зрение играет ключевую роль в восприятии мира и в реализации многих аспектов нашей жизни. Знания об особенностях нарушений зрения действительно крайне важны, поскольку позволяет не только понять возможные трудности, с которыми могут столкнуться люди с такими нарушениями, но и предпринять соответствующие меры для помощи и поддержки. Нарушения могут быть различными, иметь свои особенности и состояния, что могут привести к различным ограничениям в повседневной жизни.

Вопросами изучения детей с нарушениями зрения занимались известные отечественные тифлопедагоги В.З. Денискина, Л.А. Дружинина [14], М.И. Земцова [15], А.Г. Литвак [27], И.В. Новичкова, Л.Б. Осипова [24], Е.Н. Подколзина [42], Л.И. Плаксина [37], Л.А. Ремезова, Л.С. Сековец, Е.В. Селезнева, Л.И. Солнцева [46], В.А. Феокистова и др [15].

Крупнейший специалист в области тифлопсихологии и тифлопедагогики М.И. Земцова предложила свою классификацию нарушений зрения, которая включает следующие подкатегории: [16]

- Слепые (острота зрения составляет от нуля до 0,04 на лучше видящем глазу с коррекцией очками). Среди них есть тотально слепые (не имеют никаких зрительных ощущений, острота зрения равна нулю), слепые со светоощущением (различают только свет и тьму, острота зрения равна нулю) и слепые с остаточным зрением (форменное зрение, зрительный образ не формируется, острота зрения не выше 0,04).
- Слабовидящие. К этой категории относят детей с остротой зрения на лучше видящем глазу от 0,05 до 0,2.
- Дети с косоглазием и амблиопией.

Данная классификация сложилась в ходе развития системы специального образования лиц с нарушениями зрения в России.

Чуть позже кандидат педагогических наук, тифлопедагог и реабилитолог В.З. Денискина вносит значимые дополнения в данную классификацию, учитывая современные тенденции и потребности образования лиц с нарушениями зрения [12].

Подкатегории, выделенные В.З. Денискиной на основе степени нарушения зрения и зрительных возможностей детей и подростков, включают в себя следующие:

I. Слепые – с остротой зрения от 0 (0 %) до 0,04 (4 %) на лучше видящем глазу с коррекцией очками. К этой подкатегории относят лиц и с более высокой остротой зрения (вплоть до 1, т.е. 100 %), если у них границы поля зрения сужены до 10–15 градусов или до точки фиксации. Они являются практически слепыми, так как в познавательной и ориентировочной деятельности они весьма ограниченно могут использовать зрение.

С педагогических позиций слепых по степени нарушения остроты зрения дифференцируют в 5 подгрупп:

1. Тотально (абсолютно) слепые. При абсолютной слепоте на оба глаза, полностью отсутствуют зрительные ощущения.

2. Слепые со светоощущением – ощущают свет и тьму. При этом, часть из них может правильно определить и показать направление света, а другие – не могут этого сделать.

3. Слепые, у которых имеется светоощущение и цветоощущение, то есть они отличают не только свет от тьмы, но и различают цвета.

4. Слепые, у которых имеются тысячные доли от нормальной остроты зрения (примерно от 0,005 до 0,009). При таком зрении в комфортных условиях человек видит движения руки перед лицом, на очень близком расстоянии может различать цвета, контуры, силуэты предметов. В

медицинских картах такая острота зрения фиксируется как 0,005 или движения руки перед лицом.

5. Слепые с форменным (предметным) остаточным зрением – острота зрения которых варьируется в пределах 0,01–0,04.

II. Слабовидящие – с остротой зрения от 0,05 (5 %) до 0,4 (40 %) на лучше видящем глазу с коррекцией очками

В педагогическом процессе слабовидящих по степени нарушения остроты зрения дифференцируют в 3 подгруппы:

1. Слабовидящие дети с остротой зрения в пределах от 0,05 до 0,09 с коррекцией очками на лучше видящем глазу.

2. Слабовидящие дети с остротой зрения от 0,1 до 0,2 с коррекцией очками на лучше видящем глазу.

3. Слабовидящие дети с остротой зрения от 0,3 до 0,4 с коррекцией очками на лучше видящем глазу.

Лица с пониженным зрением или лица с пограничным зрением между слабовидением и нормой – с остротой зрения от 0,5 (50 %) до 0,8 (80 %) на лучше видящем глазу с коррекцией. По утверждению В.З. Денискиной, лица с остротой зрения 0,9–1,0 (90 %–100 %) относятся к категории «нормально видящие».

III. Дети с косоглазием и амблиопией [13].

Исследования Л. И. Солнцевой [45], Л. И. Плаксиной [40] показали, что косоглазие – наиболее часто встречающееся нарушение зрения у детей. Косоглазие – это заболевание с нарушением бинокулярного зрения, в результате отклонения одного из глаз от общей точки фиксации.

При косоглазии зрительную функцию выполняет только здоровый глаз, а больной бездействует, что приводит к возникновению на нем амблиопии.

Термином «амблиопия» обозначаются такие формы поражения зрения, которые не имеют видимой анатомической или рефракционной основы.

При нормальном зрении изображение отражается на идентичных точках сетчаток и человек видит предмет адекватно, такое зрение носит *бинокулярный характер*, объекты воспринимаются стереоскопично, кроме того, с помощью бинокулярного зрения определяется местоположение объектов в пространстве.

У детей с *монокулярным характером* зрения затруднен процесс восприятия объемных предметов из-за отсутствия стереоскопического видения [46].

В своих работах А.Г. Литвак [27], Ю.А. Кулагин, Л.И. Плаксина [37], Л.И. Солнцева [46] и др. отмечают, что понижение остроты зрения, сужение поля зрения, а также снижение световой и цветовой чувствительности и искажение пространственного восприятия могут существенно ограничить способность ребенка видеть и воспринимать окружающий мир так, как это делают дети с нормальным зрением. Из-за этого ограничения в зрительных впечатлениях дополнительные сенсорные стимулы становятся крайне важными. Тактильные, вкусовые, слуховые, кинестетические и статические стимулы могут компенсировать недостаток зрительных впечатлений и обогатить опыт восприятия мира у детей с нарушениями зрения. При этом агнозия, или нарушение зрительного узнавания, также является одной из важных проблем, с которой сталкиваются дети с нарушениями зрения. Это усложняет их способность распознавать и понимать визуальные образы, что требует специальных методов обучения и поддержки. Таким образом, интеграция дополнительных сенсорных стимулов и использование индивидуальных методов обучения и поддержки становятся важными стратегиями для помощи детям с нарушениями зрения в освоении окружающего мира и развитии их способностей [12].

Как указывает А.Г. Литвак, процесс восприятия у детей с нарушениями зрения осуществляется по тем же механизмам, что и в норме (фазы становления зрительного образа), что означает обладание всеми

свойствами: избирательностью, осмысленностью, обобщенностью, апперцепцией и константностью [27].

По данным М.К. Земцовой, Л.А. Дружининой [15], Л.Б. Осиповой [34], Л.И. Плаксиной [37], Л.А. Ремезовой [47] и др. нарушения зрения оказывают значительное влияние на способность детей узнавать и понимать объекты и окружающий мир. Сниженная острота зрения и ограниченный доступ к визуальной информации могут привести к следующим трудностям таким, как выделение сенсорных признаков предметов, таких как форма, цвет, величина и пространственные характеристики. Поскольку они получают меньше информации о сенсорных эталонах, процесс распознавания становится более сложным и затянутым. Дети с нарушениями зрения могут тратить больше времени на рассмотрение объектов и интеграцию различных сенсорных данных для формирования представления об окружающем мире.

Проблемы с восприятием у детей с нарушениями зрения могут проявляться в замедленности, фрагментарности и искажении зрительного восприятия изображений. Это может привести к замене одних предметов восприятием других при экспозиции в непривычном ракурсе из-за узости обзора и особенностей монокулярного зрения. Недостаточный или искаженный чувственный опыт также может оказать влияние на формирование точных представлений о мире и окружающих предметах. Эти затруднения в восприятии могут отрицательно сказываться на развитии речи и познавательной деятельности дошкольников. Например, замедленное или искаженное восприятие изображений может затруднять адекватное описание визуальных объектов и событий, что в свою очередь может осложнять развитие смысловой стороны речи. Трудности в восприятии также могут затруднять процесс познания и обучения, поскольку ребенок может испытывать трудности с пониманием и запоминанием информации, полученной через визуальные каналы [17].

Нарушения зрительного восприятия у детей могут вызывать искажения в различных его свойствах, что может серьезно влиять на их способность понимания и восприятия окружающего мира. Некоторые из основных искажений в зрительном восприятии включают следующие:

- Предметность – это ведущее свойство восприятия, в содержание образа являются конкретные образа, явления окружающего мира.
- Целостность – это любой объект при любых условиях воспринимается, как единое целое, т.е. целостно.
- Структурность – это восприятие представляет процесс структурирования с суммой ощущения связано с категоризацией и обобщенностью.
- Обобщенность – это абстрагирование от случайных признаков, свойств, связей и на этой основе отнесение к какой-то группе, классу, категории.
- Константность – это относительная неизменчивость образа в определенных пределах изменяющихся условиях восприятий.
- Апперцепция – это связь восприятия с прошлым опытом, влияния накопленного зрительного опыта на процесс восприятия.
- Антиципация – это опережающее предвосхищающее восприятие [15].

Как отмечали В.З. Денискина [13], М.И. Земцова, Л.И. Плаксина [37], Л.И. Солнцева [45], Л.Б. Осипова [34], Л.А. Дружинина [15] и др., что характерные особенности предметных представлений дошкольников данной категории также связаны с их нарушениями зрения. Из-за частичного выпадения или уменьшения зрительных образов у этих детей возникают фрагментарные и недостаточно четкие изображения. Трудности, с которыми они сталкиваются при определении наиболее важных признаков и свойств предметов и явлений окружающей действительности, сказываются на их способности распознавать объекты.

Узнавание объектов у детей с нарушенным зрением может осуществляться замедленно и менее полно. Это зависит от их сенсорного опыта, который обычно является ограниченным из-за дефектов зрения. Дети могут выделять случайные признаки объектов, которые верны лишь в



определенной ситуации, что может стать причиной неправильного распознавания и определения предметов. Для таких детей часто несущественные, случайные признаки становятся основными при распознавании и определении объектов. В результате, изображение объектов может быть неполным, лишенным целостности и иногда недостаточным для правильной идентификации. Эти трудности могут затруднять процесс обучения, восприятия окружающего мира и социального взаимодействия для детей с нарушениями зрения [16].

Исследования, проведенные Л.В. Кузнецовой, Л.И. Плаксина [37], Л.И. Солнцевой [46] и другими исследователями, выявили, что ограниченность внешних впечатлений у детей с нарушениями зрения негативно влияет на формирование всех аспектов внимания. Замедленность процесса восприятия у них может сказываться на темпе переключения внимания, приводя к неполноте и фрагментарности образов, а также к снижению объема и устойчивости внимания. Таким детям также трудно сосредоточиться из-за недостаточного количества внешних стимулов и ослабленного восприятия. У детей наблюдается фиксированное положение головы и тела, что способствует более выраженному слуховому восприятию. Они могут предпочитать использовать слуховые каналы для получения информации, так как возможности зрительного восприятия ограничены. Это также может влиять на формирование и проявление внимания и создавать дополнительные трудности в познавательном процессе.

М.И. Земцова, А.Г. Литвак [27], Л.И. Солнцева [46] указывают на то, что у детей с нарушениями зрения могут наблюдаться определенные особенности в области сопоставления и сравнения предметов. У таких детей сужается область для сопоставления и сравнения предметов, затрудняется различение схожих объектов, а также обобщения происходят в более узкой сфере опыта, что может замедлить развитие их мышления. Они могут иметь трудности с установлением существенных связей между объектами, а также

склонность к обобщению на основе единичных признаков. Однако, несмотря на эти особенности, неполноценность зрительных впечатлений не обязательно приводит к искажению общего хода развития мышления.

Исследования С.А. Покутневой подтверждают наличие особых особенностей в речи детей с нарушениями зрения. У них наблюдается изменение темпа развития речи, нарушение словарно-семантической стороны речи, а также накопление большого количества слов, не имеющих прямого отношения к конкретному контексту или содержанию. Речь часто отражает только часть представляемого материала, и она может быть фрагментарной, ограниченной предметным содержанием и лишена динамики. В результате у детей могут отсутствовать развернутые высказывания, а также возникают трудности в поддержании логической последовательности и связности речи [47].

Л.И. Плаксина делает вывод о том, что освоение предметного мира и развития предметных действий, которые обычно требуют зрительного контроля и анализа. Для детей с нарушениями зрения эти процессы могут протекать более сложно и медленно из-за ограниченности визуальных впечатлений. Они могут испытывать трудности в визуальном восприятии и анализе окружающего мира, что затрудняет их способность эффективно взаимодействовать с предметами и выполнять действия с ними [37].

Исследования Л.Б. Осиповой обращают внимание на важные аспекты влияния нарушений зрения на зрительно-двигательные функции и выполнение движений у детей. Сниженная острота зрения, монокулярный характер зрения и нарушения глазодвигательных функций могут серьезно осложнить способность ребенка определять расстояния, направления и глубину пространства, а также управлять своими движениями в соответствии с этими параметрами. Эти факторы могут приводить к снижению точности и ловкости при выполнении движений, нарушению траектории движений рук во время работы с предметами, а также

ограничивать возможность изменения направления, амплитуды и скорости движения в соответствии с требуемыми условиями [35].

Отмеченная Л.Б. Осиповой сниженная сенсорно-перцептивная деятельность у детей с монокулярным характером зрения свидетельствует о том, что эти дети испытывают затруднения в восприятии и анализе информации из окружающего. Они могут испытывать трудности в обнаружении соответствия между объектами с помощью зрительных ориентировочных действий, что затрудняет их способность оценивать расположение и свойства объектов. Вместо этого, при определении характеристик объектов, они могут полагаться на визуальное сравнение, которое может привести к ошибкам в восприятии [34].

А.М. Витковская подчеркивает, что у детей с нарушениями зрения не только замедленное развитие предметной деятельности, но и другие связанные с этим проблемы [13]. К таким трудностям можно отнести замедленное формирование предметных действий, сложности в самостоятельной деятельности, задержку в развивающем практическом общении, дефекты ориентирования, а также недостаточную мобильность в общем развитии моторики. Е.Н. Подколзиной были отмечены значительные затруднения предметно-практической и словесной ориентировки в пространстве [42]. Л.А. Дружинина делает вывод, что дети с нарушенным зрением не имеют четких представлений о собственном теле, отсутствует практическая ориентировка "на себе" и перенос действий в конкретные предметно-пространственные ситуации [14]. Л.С. Сековец, М.А. Мишин указали на наличие отклонений в развитии двигательной сферы и их мобильности [41].

Л.С. Сековец в своих трудах выделил, что косоглазие и амблиопия могут вызывать отклонения в развитии двигательной сферы, которые являются важными для понимания взаимосвязи между зрительными функциями и моторным развитием. Дети с нарушениями зрения могут испытывать трудности в восприятии пространства и координации

движений, в ориентации в пространстве, т.е. неустойчивое или искаженное восприятие пространства может осложнять способность детей ориентироваться в окружающем мире [40].

Л.Б. Осипова, изучая особенности развития мелкой моторики детей с нарушениями зрения, подчеркивает сложности, с которыми они сталкиваются в выполнении различных двигательных задач и в ориентации в пространстве. Это выражается в скованности движений и нарушении произвольной регуляции мышечного тонуса руки, затруднения координированных движений и действий. Ориентировка в пространстве и оценка качества предметов может затруднять планирование и выполнение действий с предметами, особенно когда требуется точность и пространственное восприятие. Рассогласование кинетической, кинестетической и зрительно-пространственной афферентации свидетельствует о нарушениях в интеграции различных сенсорных сигналов, что усложняет адекватное восприятие и координацию движений. Проблемы с выполнением сложных движений, которые требуют высокой координации, точности и контроля, могут возникать из-за ограниченных способностей в восприятии и пространственной ориентации. [33].

Исследования, проведенные Л.И. Солнцевой [46], А.Г. Литваком [27], В.З.Денискиной [12], В.А. Феоктистовой свидетельствуют о значимости влияния нарушений зрения на эмоциональную сферу и личностное развитие детей. По мнению ученых, у детей с косоглазием и амблиопией происходят изменения в активности и эмоциональной реактивности, повышенной напряженностью, неуравновешенностью и неуверенностью в себе. В общении с окружающими у детей может появиться чувство изоляции или недооцененности, что, в свою очередь, приводит к подавленности и проблемам в межличностных отношениях. В формировании личностных черт вырабатываются эгоизм, чувство враждебности, негативизм, отсутствует чувства долга [28].

В.З. Денискина, И.Г. Корнилова [39], Л.И. Плаксина [37], В.А.Феоктистова, Л.А. Ремезова [41] и др. в своих трудах показали, что дети с нарушениями зрения слабо воспринимают, плохо понимают неречевые средства общения и недостаточно их усваивают. В.Ю. Федоренко указал на важность понимания того, как нарушения зрения могут влиять на способность детей с косоглазием и амблиопией воспринимать и понимать неречевые средства общения, такие как жесты, мимика лица и другие неязыковые выражения. Поверхностные взгляды на внутренний мир других людей могут привести к инфантильному пониманию их чувств и переживаний. В итоге, человек не в состоянии глубоко осознать, что испытывают другие в различных ситуациях.

Подводя итоги, можно отметить, что нарушения зрения оказывают влияние на все компоненты психофизического развития, приводят к трудностям социальной адаптации, личностному развитию, тем самым задерживая процесс формирования культурно-гигиенических навыков.

### 1.3 Особенности формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения

По определению известных тифлопедагогов М.К. Земцовой, Л.А.Дружининой [15], Л.Б. Осиповой [34], Л.А. Ремезовой и др., способность адаптироваться к окружающей среде и эффективно взаимодействовать с ней играет ключевую роль в социальном благополучии детей с ограниченными возможностями здоровья. Недостаточное или измененное восприятие визуальных сигналов у детей нарушениями зрения может затруднять их способность адаптироваться к социальным ситуациям, взаимодействовать с окружающими и эффективно общаться [40].

Дети с нарушениями зрения, лишённые зрительного анализатора как источника информации, сталкиваются с серьезными ограничениями в

чувственном познании мира вокруг них. Кроме того, отсутствие возможности контролировать собственные движения и выполнение элементарных предметно-практических действий может также ограничивать их способность взаимодействовать с окружающей средой и получать опыт из первых рук.

Исследования, проведенные Л.И. Солнцевой, важны для понимания проблем обучения детей с нарушениями зрения и разработки эффективных подходов к их обучению и поддержке. На основе её исследований выявлены несколько ключевых аспектов [46]:

- Отставание в предметно-практической деятельности, когда дети испытывают трудности в выполнении задач, требующих навыков работы с объектами и предметами в окружающей их среде. Это может быть связано с ограниченным опытом и доступом к предметам из-за их зрительных ограничений.

- Диспропорциональность в развитии самооценки, в этом случае, могут иметь диспропорциональные представления о себе и своих способностях из-за трудностей, с которыми они сталкиваются в повседневной жизни. Например, они могут переоценивать свои недостатки или недооценивать свои достижения.

- Оценка достигнутых результатов. Означает, что у детей с нарушениями зрения успехи и достижения могут быть недооценены или недооценены из-за сложностей в восприятии и выполнении различных задач [47].

Дефект зрения у детей может создавать значительные трудности в формировании культурно-гигиенических навыков, таких как уход за собой, выполнение элементарных задач по уборке, одеванию или раздеванию. Дети с нарушением зрения могут испытывать трудности в понимании последовательности действий и взаимосвязи между своими движениями и окружающей средой. Кроме того, моторные движения рук и глаз взаимосвязаны в процессе анализа и восприятия информации. Нарушения в

зрительном восприятии могут негативно сказываться на координации этих движений, что дополнительно усложняет выполнение задач. Это может привести к трудностям в повседневной деятельности, требующей слаженности зрительных и моторных функций [39].

Трудности, с которыми сталкиваются дети с нарушением зрения в процессе выполнения культурно-гигиенических навыков, являются серьезными и могут оказывать значительное влияние на их развитие и обучение. Неспособность точно видеть и контролировать свои движения может привести к неуверенности и замедленному выполнению действий. Ошибка при выполнении гигиенических навыков может быть следствием недостаточного восприятия окружающей среды, а также ограниченной возможности оценки качества и пространственного расположения предметов. Эти навыки часто требуют точности, координации движений и способности адаптироваться к различным ситуациям [5].

Для ребёнка с нарушением зрения культурно-гигиенические навыки осложнены некоторыми особенностями, например, использование столовых приборов может быть затруднено из-за неспособности видеть и точно управлять движениями руки. Расстегивание и застегивание пуговиц и молний на одежде, завязывание шнурков на обуви также требует мелкой моторики и точных движений. Все это может привести к неаккуратности, замедленности и неуверенности в выполнении действий из-за ограниченной зрительной обратной связи и зрительно-моторной координации [31].

У детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения, как отмечает Л.Б. Осипова, выявлены некоторые особенности культурно-гигиенических навыков, которые мы представили в таблице (Таблица 3) [34].

Таблица 3 – Культурно-гигиенические навыки у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения (Л.Б. Осипова)

Параметры	Конкретизация параметра (действий)
-----------	------------------------------------

Умывание	Частично с помощью или по словесной инструкции взрослого открывает кран, закрывает кран, находит мыло, намыливает руки, не всегда тщательно споласкивает их, может снять с крючка полотенце, насухо вытереть руки и повесить полотенце на место, а может и на весу вытирать руки.
Чистка зубов	Зубную пасту выдавливает не на щетку, а прямо в рот, тем самым ртом ребенок очень легко может контролировать объем выдавливаемой пасты.
Причесывание	Пользуется расческой по напоминанию взрослого.
Одевание и раздевание	Ребенок умеет одеваться и раздеваться, но не всегда делает это в правильной последовательности. (Особенно мальчики) дольше, а иногда и всю жизнь, не осознают, как важно быть хорошо и опрятно одетым. Плохо представляют, как одеты окружающие, и без специального обучения у них не формируется желание и умение аккуратно одеваться.
	Расстегивает пуговицы, кнопки, липучки не всегда умело.
	Развязывание, завязывание (шарф, шапка, шнурки) дается с трудом.
Чистка и мытье обуви	По словесной инструкции взрослого.
Уход за верхней одеждой	По словесной инструкции взрослого.
Уборка постели	С помощью взрослого убирает постель после дневного сна.
Прием пищи	Узнает предметы посуды, умеет находить их на столе во время приема пищи.
	Самостоятельно ест (жидкую, густую пищу).
	Умеет определять консистенцию пищи с помощью ложки (рукой желательно не пользоваться).
	Пользуется столовой ложкой, чайной ложкой, вилкой.
	Удерживает ложку, может размешать пищу, умеет захватить густую или жидкую пищу и поднести ко рту.
	Не всегда аккуратно ест во время приема пищи.
	Осанка во время приема пищи не ровная.
Питье	Самостоятельно пьет из кружки.
Туалет	Ходит самостоятельно (у мальчиков не всегда получается аккуратно).
Содержание носа в чистоте	По напоминанию взрослого.
Перемена одежды с учётом погоды	По напоминанию взрослого.
Содержание личных вещей в порядке	С помощью взрослого складывает одежду в шкафчик, а если самостоятельно, то не всегда в правильной последовательности.
Стрижка ногтей	Не только не умеет подстригать ногти ровно, но и наносят себе ранения.



Важно отметить, что не у всех детей со зрительной патологией есть устойчивые представления и умения в освоении культурно-гигиенических навыков. Недостаточный контроль над качеством выполнения таких простых, на первый взгляд, задач, как одевание, умывание, причёсывание или застилание постели, может значительно повлиять на их независимость и самооценку. Отставание в развитии навыков застелить постель у детей с нарушением зрения объясняется ограниченной возможностью визуального восприятия и координации движений. Важно помнить, что эти задачи требуют не только физического умения, но и понимания последовательности действий, оценки качества и умения применять адекватные стратегии [29].

Снижение интереса к контролю и анализу собственных действий, а также бедность языка в формулировках может происходить не только из-за ограничений в зрительном восприятии, но и из-за нехватки поддержки и обучения в данных сферах.

Участие детей с нарушениями зрения в трудовой деятельности имеет множество положительных моментов на их общее развитие и адаптацию в обществе. В процессе совместной деятельности у дошкольников развивается моторика, координация движений, а также когнитивные и социальные навыки. Дети, вовлеченные в трудовую деятельность, чувствуют себя полезными и компетентными, что способствует укреплению их уверенности в собственных силах. Участие в общих трудовых занятиях позволяет им интегрироваться в общество сверстников, укрепляя их позицию и роль в группе, при этом развиваются навыки сотрудничества и взаимопомощи. Они учатся помогать друг другу, делиться обязанностями и работать в команде. Вовлечение в трудовую деятельность помогает детям понять свои сильные стороны, интересы и предпочтения, это способствует процессу самоопределения. Родители и педагоги играют важную роль в создании подходящей обстановки и организации трудовых занятий для

детей с нарушенным зрением, чтобы максимально использовать эти преимущества для их развития и успешной адаптации [17].

Очевидно, что культурно-гигиенические навыки играют важную роль в повседневной жизни детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения. Овладение этими навыками не только помогает детям чувствовать себя уверенно, но и обеспечивает им независимость и способствует их самостоятельности. Получение навыков ухода за собой в домашних условиях и в дошкольных учреждениях является ключевым этапом в развитии детей. Эти навыки не только помогают им поддерживать гигиену и заботиться о себе, но и развивают у них чувство ответственности и уважения к себе и окружающим.

#### Выводы по 1 главе

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме изучения культурно-гигиенических навыков у детей показал, что данная проблема широко исследована в теоретических и практических трудах выдающихся отечественных и зарубежных психологов и педагогов прошлого и нынешнего столетия. Проанализировав теоретические вопросы изучения, можно выделить следующие ключевые выводы по теоретическим вопросам изучения культурно-гигиенических навыков.

Культурно-гигиенические навыки охватывают различные аспекты поведения и знаний, включая личную гигиену, правильное питание, физическую активность и заботу о здоровье. Изучение этой проблемы требует комплексного подхода, учитывающего все аспекты здорового образа жизни.

Культурно-гигиенические навыки являются важной частью культуры поведения, которая включает в себя не только осознание правил гигиены, но и умение применять их в повседневной жизни. Опрятность и чистота внешнего вида не только отражают заботу о себе, но и являются показателем

уважения к окружающим. Нормы личной гигиены помогают детям вести здоровый образ жизни, снижают риск заболеваний и способствуют улучшению качества жизни.

Потребность в формировании культурно-гигиенических навыков у детей могут различаться, поэтому важно применять индивидуальный подход к каждому ребенку, учитывая его особенности, интересы и уровень развития.

Ограниченность или отсутствие зрительных образов существенно влияют на развитие психологических систем и структур у детей с нарушениями зрения. Формирование образов и представлений могут быть ограниченными или отсутствовать, что приводит к бедности и однообразию в их воображении и памяти. Зрительные восприятия обогащают опыт и взаимосвязи с другими чувственными системами (такими как слух, осязание и проприоцепция). Однако у таких детей эти взаимосвязи могут быть нарушены или не так разнообразны.

У детей данной категории процесс освоения предметного мира и развитие предметных действий действительно протекают с замедленным характером и требуют особого подхода. Из-за ограничений в зрительном контроле и анализе, их практический опыт может быть беднее по сравнению с детьми без зрительных патологий. Процесс компенсации недостатков зрения не ограничивается простым замещением одних функций другими. Это скорее создание новых сложных систем связей и взаимоотношений между различными моторными, сенсорными и логическими структурами. Эти системы позволяют детям с нарушениями зрения воспринимать и анализировать информацию из внешнего мира, адекватно ее интерпретировать и приспосабливаться к условиям жизни и деятельности.

В связи со всеми трудностями, которые испытывают младшие дошкольники с нарушениями зрения при формировании культурно-гигиенических навыков, продиктована необходимость проведения коррекционной работы с детьми данной категории.

Следующая глава нашего исследования посвящена описанию экспериментальной работы по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.

## **ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ**

### **2.1 Методики изучения по развитию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения**

Дети с нормальным интеллектуальным развитием, но с нарушениями зрения, действительно сталкиваются с трудностями в формировании культурно-гигиенических навыков. Эти сложности объясняются не только самим зрительным дефектом, но и тем, что процесс воспитания часто нарушен. В большинстве случаев родители, желая облегчить жизнь своим детям, недостаточно вовлечены в обучение их самостоятельности и не уделяют должного внимания развитию навыков самообслуживания.

На сегодняшний день специальной методики изучения сформированности культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения нет, но мы можем взять за основу несколько методик. Методику Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной и методику Е.В. Моржиной для детей с ОВЗ.

1. Г.А. Урунтаева и Ю.А. Афонькина предлагают методику, которая предполагает оценку состояния следующих навыков в процессе наблюдения за детьми (*Таблица 4*) [49].

Таблица 4 – Культурно-гигиенические навыки и их параметры

<b>Культурно-гигиенические навыки</b>	<b>Параметры</b>
Навыки опрятности и личной гигиены	мытьё рук
	мытьё лица
	вытирание лица и рук полотенцем
	чистка зубов
	использование расчёски
	использование носового платка
	пользование туалетом
	умение проситься в туалет
	питье из чашки, кружки, стакана

Навыки приёма пищи	использование соломки для питья
	использование столовой ложки
	использование чайной ложки
	использование вилки
	использование ножа
	использование салфетки
	разворачивание несложных упаковок (на конфетах, печенье, шоколаде и т.п.)
Навыки одевания и раздевания	надевание и снятие носков
	надевание и снятие колготок
	надевание и снятие головных уборов
	надевание и снятие варежек, рукавиц, перчаток
	надевание и снятие трусов
	надевание и снятие шортов
	надевание и снятие брюк
	надевание и снятие футболки, свитера
	надевание и снятие рубашки (без застёгивания пуговиц)
	застегивание и расстегивание одежды на пуговицах
	застегивание и расстегивание одежды на молниях
	завязывание и развязывание шарфа
	раздевание и одевание в определенном порядке
	складывание одежды
	надевание и снятие домашних тапочек
	надевание и снятие ботинок
	надевание и снятие сапог
	расшнуровывание и зашнуровывание обуви
	расстегивание и застегивание обуви на "липучках"
	размещение снятой обуви в отведенном для ее хранения месте

Критериями оценивания являлись самостоятельность, правильность выполнения действий. Каждый навык оценивался в отдельности, по шкале от 0 до 3 баллов, где:

- 0 баллов – все действия выполняются взрослым;
- 1 балл – возможно совместное выполнение;
- 2 балла – эпизодическое самостоятельное выполнение;
- 3 балла – регулярное самостоятельное выполнение.

Тем самым выделяются 3 уровня сформированности культурно-гигиенических навыков: низкий, средний и высокий (*Таблица 5*).

Дети с низким уровнем сформированности культурно-гигиенических навыков не стремятся к самостоятельному выполнению культурно-гигиенических навыков. Они нуждаются в постоянной помощи взрослого и контроле качества своих действий при выполнении трудовых процессов. У них отсутствует стремление к самостоятельности, желание самоутвердиться.

Со средним уровнем – стремятся выполнять культурно-гигиенические навыки самостоятельно, при затруднениях просят помощи взрослого. Успешно осваивают обучение навыкам самообслуживания.

С высоким – выполняют все культурно-гигиенические навыки самостоятельно. Они следят за качеством собственных действий, с удовольствием их выполняют.

Таблица 5 – Уровни сформированности культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста

Уровень	Баллы	Культурно-гигиенические навыки детей		
		Навыки опрятности и личной гигиены	Навыки приёма пищи	Навыки одевания и раздевания
Низкий уровень	0 до 36 баллов	умывается и чистит зубы с помощью взрослого	самостоятельно пользуется ложкой	снимает одежду непоследовательно
		полотенцем может пользоваться самостоятельно	не умеет пользоваться ножом	проблемы с надеванием свитеров
		пользуется расческой с помощью взрослого	может вытирать рот салфеткой с помощью взрослого	проблемы с застегиванием пуговиц и молний
		не умеет пользоваться носовым платком	неаккуратен в процессе принятия пищи	проблемы с правильным надеванием обуви, перчаток и варежек
Средний уровень	от 37 до 72 баллов	умывается и чистит зубы самостоятельно или с поддержкой взрослого	самостоятельно пользуется ложкой и вилок	снимает одежду последовательно
		полотенцем могут пользоваться самостоятельно	может самостоятельно вытирать рот салфеткой	самостоятельно или с незначительной помощью взрослого надевает и снимает шапку, варежки, куртку, штаны, свитер, футболку, рубашку и т.д.
		самостоятельно пользуются расчёской	умеет пить из стакана и через соломинку	застегивает и расстегивает одежду на пуговицах, на молнии
		просятся в туалет и самостоятельно туда идут	аккуратен в процессе принятия пищи	снимает и надевает ботинки на липучках, сапоги



				ставит обувь на место
Высокий уровень	от 73 до 108 баллов	умывается, чистит зубы самостоятельно	самостоятельно пользуется ложкой (столовой и чайной) и ножом пользуется с помощью взрослого	снимает одежду последовательно
		полотенцем может пользоваться самостоятельно	может самостоятельно вытирать рот салфеткой	самостоятельно надевает и снимает все предметы одежды
		самостоятельно пользуется расчёской	умеет пить из стакана и через соломинку	застегивает и расстегивает одежду на пуговицах, на молнии
			может открывать упаковки печенья, шоколада и т.д.	снимает и надевает ботинки на липучках, сапоги
			аккуратен в процессе принятия пищи	складывает одежду
				ставит обувь на место

2. Для изучения сформированности культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников с нарушениями зрения также может быть использована методика Е.В. Моржиной. Она также предполагает наблюдение за деятельностью детей в режимных моментах: во время приема пищи, одевания на прогулку, гигиенических процедур с целью изучения особенностей и уровня освоения данных навыков [29].

На каждого ребенка заполняются индивидуальные карты наблюдений по трем режимным процессам: культура приема пищи за столом, одевание-раздевание, личная гигиена.

Наблюдению и оценке были подвергнуты следующие параметры, которые также представлены в таблице (Таблица 6).

Таблица 6 – Культурно-гигиенические навыки и их параметры

Культурно-гигиенические навыки	Параметры
Культура приема пищи за столом	прием пищи с желанием
	умение аккуратно принимать пищу: не крошить хлеб, откусывать хлеб от целого куска, не проливать суп на стол, не втягивать жидкость с ложки
	умение пережевывать пищу
	умение правильно пользоваться столовыми приборами
	умение пользоваться салфеткой по необходимости, осознание, потребности в исполнении
	умение дежурить по столовой, сервировать стол без подсказки
Одевание и раздевание	умение одевать и снимать одежду без подсказки или с минимальной помощью
	умение застегивать пуговицы и молнию на одежде самостоятельно
	умение бережно относиться к своей одежде: аккуратно складывать свои вещи в шкафчик, вешать одежду на стул, мокрую одежду развешивать на батарее
	умение самостоятельно обувать и снимать обувь, не путать при одевании
	умение завязывать шнурки самостоятельно или с незначительной помощью

	умение бережно и аккуратно относиться к своей обуви: самостоятельно ставить обувь в шкаф, если мокрая поставить сушиться
Личная гигиена	умение пользоваться расческой, осознавая необходимость
	умение пользоваться носовым платком по необходимости
	умение пользоваться туалетной комнатой
	знания правил гигиены по уходу за очками и правил ношения окклюдора

Критериями оценивания является правильное выполнение навыка, самостоятельность.

Экспериментальные данные ранжируются также по трем уровням.

Низкий уровень (1балл) – выполняет действия с помощью взрослого, стремление к самостоятельности выражает недостаточно, ожидает помощи даже в освоенных микропроцессах по культурно-гигиеническим навыкам.

Средний уровень (2 балла) – выполняет микропроцессы по культурно-гигиеническим навыкам самостоятельно, однако нуждается в помощи взрослого в выполнении целостных трудовых процессов и в контроле качества. У него ярко выражено стремление к самостоятельности в самообслуживании, желание самоутвердиться. При этом он оказывает помощь сверстникам в микропроцессах (завязать шарф сзади, завязать шнурки, помочь снять шубу и пр.)

Высокий уровень (3 балла) – выполняет действия самостоятельно, качественно, при незначительной помощи взрослого или сверстника, а также отстаивает самостоятельность, обнаруживает устойчивое стремление к оказанию помощи взрослому и сверстнику.

По результатам выполненных заданий детьми высчитывается средний балл, далее экспериментальные данные фиксируются следующим образом:  
от 3–2,8 баллов – высокий уровень;  
от 2,7–1,8 баллов – средний уровень;  
от 1,7 баллов и меньше – низкий уровень навыков.

## 2.2 Результаты изучения культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения

1. Протокол обследования в экспериментальной группе «Солнышко» из 5 детей младшего дошкольного возраста по формированию культурно-гигиенических навыков по методике предложенной Г.А. Урунтаевой и Ю.А. Афонькиной представлен в таблице (*Таблица 7, 8*)

Таблица 7 – Культурно-гигиенические навыки детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения группы «Солнышко»

Параметры	Дети				
	1 ребенок Рома Ш.	2 ребенок Пелагея М.	3 ребенок Милана З.	4 ребенок Корней Б.	5 ребенок Худжаста Ш.
	Врожденная аномалия ДЗН (Гипоплазия ДЗН справа, Аплазия ДЗН слева) обоих глаз, Миопия слабой степени обоих глаз, врожденный горизонтальный нистагм	Врожденная аниридия ОУ. Гиперметропия слабой степени. Непостоянный горизонтальный нистагм ОУ, сходящееся содружественное косоглазие	Гиперметропия высокой степени ОУ с прямым сложным астигматизмом. Амблиопия слабой степени ОУ	Смешанный астигматизм ОУ	Гиперметропия высокой степени ОУ. Сложный гиперметропический астигматизм ОУ. Горизонтальный нистагм, сходящееся содружественное альтернирующее косоглазие. Амблиопия высокой степени
	Конкретизация параметра (действий)				
Умывание	Только по словесной инструкции взрослого выполняет действия: открывает кран, закрывает кран, находит мыло, плохо намыливает руки, не тщательно споласкивает их, по напоминанию снимает	Открывает кран, закрывает кран, находит мыло, намыливает руки, не всегда тщательно споласкивает их, может снять с педагогом с крючка полотенце, насухо вытереть руки и	Открывает кран, закрывает кран, находит мыло, намыливает руки, не всегда тщательно споласкивает их, иногда по напоминанию взрослого. Снимает с крючка полотенце, насухо вытирает руки.	Открывает кран, закрывает кран, находит мыло, намыливает руки, тщательно споласкивает их, может снять с крючка полотенце, насухо вытереть	При помощи взрослого открывает кран, закрывает кран, находит мыло, намыливает руки, не всегда тщательно споласкивает их, может снять с педагогом с крючка полотенце, насухо

	с крючка полотенце, насухо не вытирает руки.	повесить полотенце на место.		руки и повесить полотенце на место.	вытереть руки и повесить полотенце на место.
Причесывание	Не пользуется расческой.	Не пользуется расческой.	Пользуется расческой по напоминанию взрослого.	Не пользуется расческой.	Не пользуется расческой.
Одевание и раздевание	Очень медленно одевается и раздевается, только по словесной инструкции взрослого.	Умеет одеваться или раздеваться. Иногда ленится и нужно напомнить, что сейчас надо делать.	Умеет одеваться и раздеваться в правильной последовательности.	Медленно одевается и раздевается, только по словесной инструкции взрослого.	Медленно одевается и раздевается, только по словесной инструкции взрослого.
	Не расстегивает пуговицы, кнопки и липучки.	Расстегивает пуговицы, кнопки, липучки не всегда умело.	Расстегивает пуговицы, кнопки, липучки.	Расстегивает пуговицы, кнопки.	Расстегивает пуговицы, кнопки, липучки.
	Не развязывает и завязывает шарф, шапку, шнурки.	Не развязывает и не завязывает шарф, шапку, шнурки.	Не развязывает и не завязывает шарф, шапку, шнурки.	Не развязывает и не завязывает шарф, шапку, шнурки.	Не развязывает и завязывает шарф, шапку, шнурки.
Чистка и мытье обуви	Не выполняет данный навык.	Не выполняет данный навык.	Не выполняет данный навык.	Не выполняет данный навык.	Не выполняет данный навык.
Уход за верхней одеждой	Не выполняет данный навык.	Не выполняет данный навык.	Не выполняет данный навык.	Не выполняет данный навык.	Не выполняет данный навык.
Уборка постели	Не убирает постель после дневного сна.	Не убирает постель после дневного сна.	Не убирает постель после дневного сна.	Не убирает постель после дневного сна.	Не убирает постель после дневного сна.
Прием пищи	Узнает предметы посуды, умеет находить их на столе во время приема пищи.	Узнает предметы посуды, умеет находить их на столе во время приема пищи.	Узнает предметы посуды, умеет находить их на столе во время приема пищи.	Узнает предметы посуды, умеет находить их на столе во время приема пищи.	Узнает предметы посуды, умеет находить их на столе во время приема пищи.
	Самостоятельно ест (жидкую, густую пищу).	Самостоятельно ест (жидкую, густую пищу).	Самостоятельно ест (жидкую, густую пищу).	Самостоятельно ест (жидкую, густую пищу).	Самостоятельно ест (жидкую, густую пищу).

	Умеет определять консистенцию пищи с помощью ложки.	Умеет определять консистенцию пищи с помощью ложки.	Умеет определять консистенцию пищи с помощью ложки.	Умеет определять консистенцию пищи с помощью ложки.	Умеет определять консистенцию пищи с помощью ложки.
	Пользуется столовой ложкой, чайной ложкой, вилкой.	Пользуется столовой ложкой, чайной ложкой, вилкой.	Пользуется столовой ложкой, чайной ложкой, вилкой.	Пользуется столовой ложкой, чайной ложкой, вилкой.	Пользуется столовой ложкой, чайной ложкой, вилкой.
	Удерживает ложку, может размешать пищу, умеет захватить густую или жидкую пищу и поднести ко рту.	Удерживает ложку, может размешать пищу, умеет захватить густую или жидкую пищу и поднести ко рту.	Удерживает ложку, может размешать пищу, умеет захватить густую или жидкую пищу и поднести ко рту.	Удерживает ложку, может размешать пищу, умеет захватить густую или жидкую пищу и поднести ко рту.	Удерживает ложку, может размешать пищу, умеет захватить густую или жидкую пищу и поднести ко рту.
	Не всегда аккуратно ест во время приема пищи.	Аккуратно ест во время приема пищи.	Аккуратно ест во время приема пищи.	Аккуратно ест во время приема пищи.	Аккуратно ест во время приема пищи.
	Осанка во время приема пищи не ровная.	Осанка во время приема пищи ровная.	Осанка во время приема пищи ровная.	Осанка во время приема пищи ровная.	Осанка во время приема пищи не ровная.
Питье	Самостоятельно пьет из кружки.	Самостоятельно пьет из кружки.	Самостоятельно пьет из кружки.	Самостоятельно пьет из кружки.	Самостоятельно пьет из кружки.
Туалет	Ходит самостоятельно в сопровождении взрослого.	Ходит самостоятельно.	Ходит самостоятельно.	Ходит самостоятельно.	Ходит самостоятельно.
Содержание носа в чистоте	Пользуется салфеткой и носовым платком по напоминанию взрослого.	Пользуется салфеткой и носовым платком.	Пользуется салфеткой и носовым платком.	Пользуется салфеткой и носовым платком по напоминанию взрослого.	Пользуется салфеткой и носовым платком по напоминанию взрослого.
Перемена одежды с учётом погоды	Не понимает смену погоды и сезона.	Меняет одежду по напоминанию взрослого.	Меняет одежду по напоминанию взрослого.	Меняет одежду по напоминанию взрослого.	Меняет одежду по напоминанию взрослого.

Содержание личных вещей в порядке	Убирает вещи на свое место, но не складывает их.	По словесной инструкции взрослого складывает одежду в шкафчик.	По словесной инструкции взрослого складывает одежду в шкафчик.	По словесной инструкции взрослого складывает одежду в шкафчик.	Убирает вещи на свое место, но не складывает их.
---	--	---	---	--	--



Таблица 8 – Уровни развития культурно-гигиенических навыков в экспериментальной группе «Солнышко»

Дети	Уровни		
	Низкий уровень (от 0 до 36 балл.)	Средний уровень (от 37 до 72 балл.)	Высокий уровень (от 73 до 108 балл.)
Роман Ш.		45	
Пелагея М.		70 балла	
Милана З.		72 балла	
Корней Б.		70 балла	
Худжаста Ш.		58 баллов	

Из 5 детей экспериментальной группы 5 детей имеют средний уровень развития культурно-гигиенических навыков.

Дети умеют умываться, не всегда в правильной последовательности намыливают руки мылом; совместно с педагогом вытирают нос платком; за столом самостоятельно пользуются столовыми и чайными приборами; не заинтересованы в аккуратности во время еды, только по напоминанию взрослого могут взять салфетку.

Пелагее М., Милане З. и Корнею Б. не нужна помощь в надевании и снятии носков и шорт, требуется частичная помощь педагога, когда снимают, надевают колготки. Вся группа не может сама застегиваться и расстегиваться, дети убирают вещи на место, не всегда аккуратно. Они частично сами или с незначительной помощью педагога обуваются и разуваются, застегивают липучки на ботинках и стараются поставить её на отведенное место. Пелагея М., Милана З., Корней Б. и Худжаста Ш. могут потянуть за язычок молнии, которую уже начал застёгивать взрослый. В шарфе они путаются, завязывать и развязывать его не умеют. Все действия по самообслуживанию выполняют с желанием, стараются сделать всё сами, при затруднениях просят о помощи. На замечания реагирует адекватно, свои ошибки стремятся исправить.

Ребенок с уровнем ниже среднего все делает сам, но под постоянным контролем и словесной инструкции взрослого, очень медленно, с большим

старанием, агрессии в ответ на напоминания и просьбы не проявляет. Одежду за собой Рома Ш. не складывает, просто кладет на стул или в шкаф. Из обуви на липучках сам умеет надевать и снимать сандалии. Может надеть ботинки, если перед этим педагог поставил их перед ним правильно и придержал ботинок в процессе. Обувь на место старается поставить. Он редко проявляет активность в процессе одевания и раздевания, бывает без активного желания выполняет действия.

Анализ данных, полученных после проведения эксперимента, позволяет нам сделать вывод, что развитие культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников с нарушениями зрения сформировано на хорошем уровне. Необходима дальнейшая работа для развития более сложных операций.

3. По методике Е.В. Моржиной в процессе наблюдений за деятельностью детей в режимных моментах (во время приема пищи, одевания на прогулку, гигиенических процедур) были составлены карты наблюдений по трем режимным процессам: культура приема пищи за столом, одевание-раздевание, личная гигиена. Результаты наблюдения за культурно-гигиеническими навыками во время приема пищи представлены в таблицах *(Таблица 9-11)*.

Таблица 9 – Состояние культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения во время приема пищи (в баллах)

Список детей	Параметры						Средний балл
	прием пищи с желанием	умение аккуратно принимать пищу	умение пережевывать пищу	умение пользоваться столовыми приборами	умение пользоваться салфеткой	умение дежурить по столовой, сервировать стол	
1 ребенок Рома Ш.	1	2	3	3	3		2,4
2 ребенок Пелагея М.	2	2	3	3	3		2,6
3 ребенок Милана З.	3	3	3	3	3		3
4 ребенок Корней Б.	2	2	3	3	3		2,6
5 ребенок Худжаста Ш.	1	2	3	3	2		2,2
<b>Средний балл</b>	1,8	2,2	3	3	2,8		<b>2,6</b>

Как показали результаты исследования, у большинства детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения культурно-гигиенические навыки во время приема пищи сформированы на среднем уровне.

Анализируя результаты по видам навыков, мы выяснили, что наиболее сформированы такие навыки, как прием пищи с желанием, умение аккуратно принимать пищу, умение пережевывать пищу, умение пользоваться столовыми приборами. Самые низкие показатели получены по параметру «умение пользоваться салфеткой».

На следующем этапе мы проанализировали результаты, полученные в процессе наблюдения за навыками одевания-раздевания (Таблица 10).

Таблица 10 – Состояние навыков одевания-раздевания у детей 3-4 лет с нарушениями зрения (в баллах)

Список детей	Параметры						Средний балл
	умение одевать и снимать одежду	умение застегивать пуговицы и молнию	умение бережно относиться к одежде	умение обувать и снимать обувь	умение завязывать шнурки	умение бережно и аккуратно относиться к обуви	
1 ребенок Рома Ш.	1			1		1	1
2 ребенок Пелагея М.	2			2		2	2
3 ребенок Милана З.	2			3		3	2,7
4 ребенок Корней Б.	2			2		2	2
5 ребенок Худжаста Ш.	2			2		2	2
<b>Средний балл</b>	1,8			2		2	<b>1,9</b>

Анализируя результаты, мы выяснили, что такие навыки, как умение одеваться – раздеваться, бережно относиться к одежде и обуви сформированы также на среднем уровне. Самые низкие показатели получены по параметрам «умение застегивать пуговицы и молнию». Низкий балл за умения застегивать пуговицы и молнию, завязывать шнурки может объясняться тем, что у детей не сформирована мелкая моторика – слабость мышечного тонуса, скованность, замедленность движений.

И наконец, на третьем этапе мы изучили сформированность навыков личной гигиены у детей (Таблица 11).

Таблица 11 – Состояние навыков личной гигиены у детей 3-4 лет с нарушениями зрения, в баллах

Список детей	Параметры				Средний балл
	умение пользоваться расческой	умение пользоваться носовым платком	умение пользоваться туалетной комнатой	знание правил гигиены по уходу за очками и правил ношения окклюдора	
1 ребенок Рома Ш.	1	1	1	1	1
2 ребенок Пелагея М.	1	3	3	1	2
3 ребенок Милана З.	1	3	3	1	2
4 ребенок Корней Б.	1	3	3	1	2
5 ребенок Худжаста Ш.	1	1	3	1	1,5
<b>Средний балл</b>	1	2,2	2,6	1	<b>1,7</b>

Как показали результаты исследования, у большинства детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения навыки личной гигиены сформированы частично, на среднем уровне.

Анализируя результаты исследования навыков личной гигиены, мы пришли к выводу, что наиболее сформированным является навык «умение пользоваться туалетной комнатой». В то же время, у детей отсутствуют знания о правилах гигиенического ухода за очками и о правилах ношения окклюдора, что остается на ответственности педагогов и родителей. Также не наблюдается сформированность навыка «умение пользоваться расческой», так как девочки приходят в детский сад хорошо заплетенными прическами, а мальчики вообще не пользуются расческой.

Качественный анализ результатов показал, что навыки личной гигиены и навыки приема пищи являются более сформированными у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения, чем навыки одевания-раздевания.

Таким образом, нарушения зрения у детей могут существенно затруднять формирование культурно-гигиенических навыков таких, как застегивание и расстегивание пуговиц и молний, шнурование ботинок. Это происходит не только из-за нечеткого зрительного анализа и контроля за собственными действиями, но и из-за низкого уровня развития мелкой моторики, который проявляется в слабости мышечного тонуса, отсутствии координации движений и скованности.

У детей с нарушениями зрения затруднена последовательность выполнения действий во время одевания и раздевания, что обусловлена процессом запоминания порядка операций. Недостаточно сформирована потребность выворачивать одежды на правую сторону или правильно её складывать, что также связана с особенностями их восприятия и недостатком практики.

Кроме того, низкая острота зрения может приводить к отсутствию навыка опрятности в ношении одежды — дети могут не замечать, когда их одежда смята или испачкалась, и не иметь навыков или мотивации для ее исправления. Это, в свою очередь, приводит к неуверенности при выполнении этих действий и недостаточной четкости.

Анализ теоретических источников и результаты собственного эксперимента подтверждают необходимость организации коррекционной работы по развитию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.

### 2.3 Коррекционная работа по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения

Для успешного формирования культурно-гигиенических навыков необходимы следующие условия:

1. Для обеспечения ежедневного соблюдения ребенком правил гигиены, необходимо объяснить ему важность следования этим правилам и оказывать помощь в освоении навыков. Например, педагог может регулярно напоминать детям, что перед мытьем рук необходимо закатывать рукава, чтобы не намочить их. Со временем дети выработают соответствующий навык.
2. Если ребенок затягивает процесс выполнения гигиенических процедур или повторяет одно и то же действие долгое время (например, долго моет руки), важно не делать это за него. Повторяя действие многократно, ребенок стремится научиться делать его самостоятельно и качественно. Педагогу следует лишь проверить, как выполнено действие ребенком и, при необходимости, дать корректно поправить.
3. Дети должны понимать не только как правильно выполнять гигиенические правила, но и когда их следует применять. Например, мыть руки необходимо после еды, посещения туалета, контакта с животными, после прогулки и т.д. Эта осознанность поможет детям соблюдать гигиенические нормы в повседневной жизни.
4. Помимо ежедневных навыков, важно обращать внимание на другие аспекты гигиены, такие как уход за полостью рта. Педагог должен ежедневно напоминать детям об этом, включая различные моменты режима: чтение сказок, просмотр мультфильмов и т.д. Главное – использовать любой удобный случай для напоминания.
5. Необходимо укреплять и развивать навыки ухода за собой, полученные детьми в семье, такие как использование расчески, носового платка и т.д. Эти умения можно расширять и совершенствовать, например, обучая детей использовать носовой платок не только для вытирания носа, но и для прикрытия рта при чихании.

6. Важно совершенствовать навыки аккуратного приема пищи. Педагог должен напоминать детям о правилах поведения за столом перед тем, как они сядут за стол. Это включает правильное использование столовых приборов и т.д. Педагог также должен проговаривать эти правила в различных ситуациях в течение дня, используя любой удобный момент.

Необходимо также учитывать, что дети очень внимательно наблюдают за взрослыми и подражают им. Внешний вид, речь, поведение и соблюдение правил, играет ключевую роль в формировании культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников, поэтому взрослые должны стать образцом в соблюдении гигиенических норм и демонстрации правильного поведения.

Особое значение в организации культурно-гигиенических навыков имеет соблюдение в жизни детей твердо установленного режима. Чёткий, размеренный распорядок жизни – это одна из тех культурных привычек, которую нужно воспитывать с самого раннего возраста. Организм детей приучается к определенному времени на отдых, питание и активность, что способствует сохранению их энергии и повышению эффективности выполнения задач.

Таким образом, следование строгому режиму дня не только способствует формированию культурно-гигиенических навыков, но также является важным аспектом общего здоровья и развития детей.

Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения необходимо проводить на коррекционных занятиях по социально-бытовой ориентировке, на общеобразовательных занятиях коррекционной направленности, в режимных моментах и самостоятельной деятельности под руководством педагогов, а также задания для родителей.

Коррекционно-развивающая работа должна проводиться педагогами как в индивидуальной, так и в подгрупповой форме, учитывая уровень



актуального развития, степень сформированности специальных способов и темпа деятельности. Согласно возрастным и индивидуальным особенностям, состояния зрительных анализаторов, уровню развития зрительного восприятия детей подбираются методы и приемы, специальная наглядность и пособия.

Работу по данному направлению можно условно разделить на 3 этапа:

- подготовительный этап;
- основной этап;
- заключительный этап.

#### Подготовительный этап

Цель: развитие моторики рук ребенка к овладению культурно-гигиеническим навыкам.

Задачи:

- продолжать развивать мелкую моторику, движения кистей и ловкость пальцев рук;
- упражнять компенсаторные осязательные способы деятельности;
- закреплять знания и умения пользоваться предметами личной гигиены и предметами одежды;
- организовать пространство и условия для развития культурно-гигиенических навыков.

Работа на данном этапе обеспечивает функциональную готовность ребенка к овладению отдельными действиями по самообслуживанию, появляются такие качества характера как целеустремленность и активность, что способствует расширению базы знаний и умений ребенка.

Для компенсации нарушений мелкой моторики рук используются различные упражнения: пальчиковые игры с сопровождением стихов и потешек; лепка из пластилина, глины, соленого теста; нанизывание бусин на нитку; перекладывание мелких предметов из одной емкости в другую; работа с конструктором и др.

Также для развития мелкой моторики могут использоваться упражнения, состоящие из элементов действий по самообслуживанию: застегивание и расстегивание пуговиц, молний, кнопок, карабинов; завязывание и развязывание шнурков, веревок. Важно, чтобы ребёнок смог не только на кукле или мишке выполнить эти манипуляции, но и на себе непосредственно.

В дошкольном учреждении пространство ребенка должно быть грамотно организовано для успешного формирования культурно-гигиенических навыков:

- для формирования навыков опрятности и личной гигиены: зубная щетка, паста, стакан для зубной щетки, мыло, мыльница, расческа, полочки для умывальных принадлежностей, полотенце, крючок для полотенца, зеркало на соответствующей высоте;

- для формирования навыков приема пищи: соответствующие по высоте стул и стол, чашка, стакан, чайные столовые ложки, вилки, ножи, различные тарелки, салфетки;

- для формирования навыков одевания и раздевания: различная одежда и обувь, шкафчик для одежды и обуви.

#### Основной этап

Цель: формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.

Задачи:

- воспитывать привычку к чистоте и порядку во внешнем виде, в окружающей обстановке;

- закреплять у детей навыки опрятности и личной гигиены, навыки приема пищи, а также навыки одевания и раздевания;

- анализ навыка и отработка каждого шага внутри навыка.

На занятиях по социально-бытовой ориентировке необходимо учить детей пользоваться сохранными анализаторами при знакомстве и выполнении действий с предметами по самообслуживанию. Важным

значением является анализ основных характеристик предметов ближайшего окружения по цвету, форме, величине, положению в пространстве, материалу, а также выделение отдельных частей предметов личной гигиены, одежды, посуды, мебели и т.д.

Основным методом работы по формированию культурно-гигиенических навыков является поэтапный показ способов и последовательности действий с одновременным выполнением их детьми. Для успешного выполнения действий сначала используется показ, образец, совместное манипулирование «рука в руку» с ребенком, оречевляя все действия, которые производятся с предметом, а уже потом четкие лаконичные словесные пояснения и инструкции педагога, обеспечивая благоприятную обстановку и условия для зрительного восприятия приемов показа действий.

Например: на занятии по развитию социально-бытовой ориентировки ребенок учится надевать колготки и застегивать кофту. Сначала педагог отмечает, что колготки следует надевать, сидя во избежание падения, дальше предлагает ребенку обследовать колготки тактильно, если колготки свежестырированные, то нужно засунуть в них руку, так будет легче их надевать. Потом показывает, как отличить переднюю и заднюю сторону колготок по количеству швов (одна полоска – это перед, а две – зад). Предложить ребёнку засунуть ногу внутрь носка и подтянуть пятку на нужное место. Основная проблема надевания колготок в том, что дети сразу засовывают в них ногу, а не собирают колготки «гармошкой». Для этого педагог предлагает потренироваться делать гармошку, при этом помогая с натягиванием. В следующий раз ребенок сам засовывает ногу в собранную «гармошку» и находит пятку, а дальше надевает колготки до колен. Как только эти действия начнут получаться, остается научиться одному – натягивать колготки до талии. Хотя, если у ребенка получается натянуть колготки и без «гармошки», можно пропустить данный метод на более удобный способ надевания.

После освоения колготок ребенку предлагается обследовать кофту и назвать ее детали: рукава, горловина, пуговицы (кнопки, молния), передняя часть, задняя часть. После обследования педагог предлагает ребенку надеть кофту, застегнуть, а затем расстегнуть. При неудаче ребенку оказывается помощь.

В первые разы ребенок будет действовать только в совместной деятельности со взрослым. Постепенно помощь педагога будет уменьшаться, и в конце обучения сведется только к контролю за действиями ребенка.

На данном этапе необходимо заинтересовать ребенка выполнением действий по культурно-гигиеническим навыкам. Педагог может делать занятия интересными: использование в процессе песенок, стихов, потешек, чтение литературных произведений, различные игровые приемы и сюрпризы, эмоциональное отношение педагога к процессу способствует появлению у ребенка интереса к действию.

#### Заключительный этап

Цель: закрепление культурно-гигиенических навыков.

Задачи:

- закрепление последовательности действий, составляющих навык;
- совершенствование самостоятельности в осуществлении навыков самообслуживания.

На данном этапе педагог лишь контролирует правильность выполнения навыков по самообслуживанию детьми. Также осуществляется перенос усвоенных и закрепленных навыков в игровую ситуацию (например: дети учат куклу пользоваться носовым платком). Формируется навык взаимопомощи своим сверстникам, которые испытывают трудности в выполнении того или иного навыка самообслуживания.

Ещё одним из направлений по развитию культурно-гигиенических навыков является коррекционная направленность общеобразовательных

занятий. В занятиях включаются задания и поручения, которые направлены на формирование навыков самообслуживания.

В систему коррекционной работы входит несколько аспектов, подтверждающих её динамический характер:

1. Индивидуализация подхода. Каждый ребенок с нарушениями зрения уникален, и его потребности могут различаться. Подходы к коррекционной работе должны быть индивидуализированными, чтобы учитывать уровень зрительных возможностей, степень нарушения и другие индивидуальные особенности каждого ребенка.

2. Гибкость методов. Поскольку разные дети реагируют по-разному на различные методы обучения и коррекции, необходимо иметь гибкость в применении разнообразных методов и стратегий. Это позволяет адаптировать подходы к конкретным ситуациям и изменять их в соответствии с прогрессом ребенка.

3. Внимание к динамике развития. Развитие детей происходит в процессе, и их потребности могут меняться со временем. По мере того, как ребенок улучшает свои навыки или сталкивается с новыми вызовами, необходимо пересматривать и адаптировать коррекционные методы и стратегии.

4. Вовлечение родителей и специалистов. Сотрудничество с родителями и другими специалистами играет важную роль в успешной коррекционной работе. Они могут обеспечить дополнительную поддержку и информацию о ребенке, что поможет лучше адаптировать коррекционные стратегии.

Поэтому важно, чтобы родители, педагоги и специалисты работали над развитием культурно-гигиенических навыков у детей с зрительными патологиями, обеспечивая им подходящую поддержку, обучение и практику. Это поможет им успешно интегрироваться в общество и добиваться успеха, как в личной, так и в общественной жизни.

Формирование культурно-гигиенических навыков у детей – это долгосрочный процесс, который требует систематического подхода и планирования. Повторение задач по гигиене важно для закрепления навыков у детей.

## Выводы по 2 главе

Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения играет важную роль в их жизни. Навыки ухода за собой позволяют таким детям оставаться независимыми и самостоятельными в повседневной жизни. Это дает им возможность контролировать свою личную гигиену и справляться с ежедневными задачами без посторонней помощи. Усвоение навыков ухода за собой требует ответственности. Дети, осваивая эти навыки, учатся брать на себя ответственность за свои действия и за свое благополучие. Забота о собственной гигиене и внешнем виде способствует формированию у детей уважения к себе. Кроме того, они также учатся уважать окружающих, осознавая важность чистоты и опрятности. Навыки ухода за собой также помогают детям с нарушениями зрения лучше адаптироваться в социуме. Чувствуя себя комфортно с собой и своим внешним видом, они могут легче взаимодействовать с другими людьми.

Дети с нарушениями зрения часто лишены возможности овладеть культурно-гигиеническими навыками через спонтанный опыт или подражание взрослым, как это происходит у нормально развивающихся детей. Для этого, важно создавать для них подходящие условия и обучающую среду, где они могли бы приобрести эти навыки. Специальные программы и методики, а также поддержка родителей и педагогов, играют важную роль в этом процессе. Успешное освоение культурно-гигиенических навыков в детстве будет служить фундаментом для

дальнейшего развития и социальной адаптации ребенка с нарушениями зрения.

Анализ результатов экспериментальной деятельности свидетельствует о том, что система коррекционных занятий успешно влияет на процесс формирования у детей необходимых культурно-гигиенических навыков. Это подтверждает значимость правильно организованных коррекционных занятий, способствующих развитию самостоятельности и навыков ухода за собой у детей с особыми потребностями.

## Заключение

Целью исследования было теоретически изучить и практически обосновать содержание коррекционной работы по формированию культурно-гигиенических навыков у детей с нарушениями зрения младшего дошкольного возраста.

Для решения цели нами был составлен ряд задач.

В рамках первой задачи мы рассмотрели понятие культурно-гигиенические навыки в психолого-педагогической литературе. Такие ученые как М.А. Васильева, Н.Е. Веракса, Т.С. Комарова пишут, что «культурно-гигиенические навыки – это важная составная часть культуры поведения, представляющая собой навыки соблюдения опрятности, содержания в чистоте собственного лица, рук, тела, одежды и обуви».

Г.А. Урунтаева и Ю.А. Афонькина дают следующее понятие культурно-гигиеническим навыкам: «культурно-гигиенические навыки – важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, тела, прическе, одежды, обуви, продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений».

Т. С. Богина, Л.К. Ионова, Н. Д. Терехова выделяют следующие виды культурно-гигиенических навыков:

- 1) навыки ухода за своим телом (умывание, мытье рук и т.п.);
- 2) навыки приема пищи (аккуратно брать пищу, прожевывать пищу, пользоваться столовыми приборами, салфеткой и т.д.);
- 3) навыки соблюдения порядка в помещении, пользования одеждой и ухода за ней (быстро одеваться и раздеваться, содержать вещи в порядке и чистоте и т.д.).

Формирование культурно-гигиенических навыков зависит от множества факторов, включая уровень развития общей и мелкой моторики, зрительных, слуховых анализаторов, мышления и внимания ребенка. Привычка соблюдать культурно-гигиенические навыки не только помогает



поддерживать гигиену, но и способствует развитию самоконтроля и самоорганизации.

У младших дошкольников с нарушениями зрения могут возникать трудности в формировании культурно-гигиенических навыков из-за различных факторов, таких как замедленность процесса восприятия, нарушение координации движений, ограничения в осязательной чувствительности и моторике рук. Зрительные нарушения оказывают значительное влияние на психические процессы и двигательную сферу ребенка, что создает дополнительные трудности в развитии навыков самообслуживания у детей с нарушениями зрения.

Для решения второй задачи нами было организовано исследование, которое проходило на базе МБОУ «С(К) ОШ № 127 г. Челябинска» (дошкольное отделение). В исследовании приняли участие 5 детей с нарушениями зрения младшего дошкольного возраста. Диагностическое исследование предполагало наблюдение за деятельностью детей в трехрежимных моментах: во время приема пищи, одевания на прогулку, гигиенических процедур.

Результаты показали, что у всех детей экспериментальной группы культурно-гигиенические навыки сформированы на среднем уровне, у них не выявлены трудности в процессе приема пищи, а также в выполнении процедур в туалетной комнате и мытье рук, лица. Однако возникают проблемы с одеванием и раздеванием, они не справляются с застегиванием пуговиц, шнурованием ботинок, требуется постоянное напоминание о необходимости выворачивать одежду и складывать её, кроме того, дети не проявляют интереса к причёсыванию волос и не следят за чистотой своих очков и состоянием окклюдора. Один ребенок с показателем ниже среднего все действия выполняет самостоятельно, но при этом нуждается в постоянном контроле взрослого из-за низкой остроты зрения.

Данные эксперимента позволили определить содержание коррекционной работы.

Содержание коррекционной работы по формированию культурно-гигиенических навыков прописано 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. Коррекционная работа осуществляется как на занятиях, так и в свободной деятельности детей.

Использование игровых методов и взаимодействие с предметами ближайшего окружения являются эффективными стратегиями для развития культурно-гигиенических навыков у дошкольников данной категории. Игровой подход помогает детям не только учиться, но и вызывает положительные эмоции, что способствует более эффективному обучению. Подключение сохранных анализаторов, особенно осязания, является важным, так как осязательные ощущения могут значительно улучшить понимание и запоминание действий. Работа с тактильными материалами и предметами позволяет детям лучше понимать мир вокруг себя и развивать не только культурно-гигиенические навыки, но и другие аспекты когнитивного развития.

Поэтапный показ действий и словесная инструкция также являются эффективными методами обучения. Показывая детям каждый шаг, действия и объясняя его словами, педагог помогает им лучше понимать процесс и запоминать последовательность действий, важно учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка и подходить к обучению с учетом их потребностей и уровня развития. Это помогает создать поддерживающую и стимулирующую среду, способствующую успешному формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.

Нами составлена картотека дидактических игр по формированию культурно-гигиенических навыков у детей с нарушениями зрения младшего

дошкольного возраста для педагогов и родителей, некоторые рекомендации и анкета с целью выявления проблемы по данной теме родителям.

Определение содержания коррекционной работы были раскрыты в рамках решения третьей задачи. Таким образом, задачи исследования решены, цель достигнута.

## Список использованных источников

1. **Авсюкевич, Н.И.** Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего возраста в процессе совместной деятельности : монография / Н.И. Авсюкевич, И.А. Башкатова // Молодой учёный. – 2015. – № 24 (104). – С. 901–903. – URL: <https://moluch.ru/archive/104/24380/> (дата обращения: 02.06.2025). Текст : электронный.
2. **Богина, Т.Л.** Воспитание и обучение детей младшего дошкольного возраста: Учебное пособие / [Т.Л. Богина и др.]; Редакторы Г.Н. Година, Е.Г. Пилюгина. – Кишинев : Лумина, 1990. – 174 с. – ISBN 5–372–00484–3. – Текст : непосредственный.
3. **Бондаренко, А. К.** Дидактические игры в детском саду : Книга для воспитателя детского сада / А.К. Бондаренко. – 2-е изд., дораб. – Москва : Просвещение, 1991. – 157,[3] с. – ISBN 5–09–001629–1. – Текст : непосредственный.
4. **Бочкарева О.И.** Организация деятельности по формированию культурно-гигиенических навыков и этикета : младшая и средняя группы : Учебное пособие / сост. О.И. Бочкарева – Волгоград : Корифей, сор. 2008. - 96 с. – ISBN 978–5–93312–751–2. – Текст : непосредственный.
5. **Брамбринг, Михаэль.** Ребенок с врожденной слепотой в семье: ранняя помощь и развитие в первые годы жизни : Учебное пособие / М. Брамбринг. – Москва: Теревинф, 2019. – 200 с. – ISBN 978–5–4212–0502–9. – Текст : непосредственный.
6. **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.
7. **Васильева, М.А.** Программа воспитания и обучения в детском саду. Пособие для педагогов дошкольных учреждений / Под ред. М.А.Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. – 3-е изд., испр. и доп. –

Москва: Мозаика-Синтез, 2005. – 208 с. – ISBN 5–86775–272–0. – Текст : непосредственный.

8. **Выготский, Л.С.** Психология развития ребенка: Учебное пособие / Л.С. Выготский. – Москва: Изд-во Смысл, Изд-во Эксмо, 2005. – 512 с. – (Библиотека всемирной психологии). – ISBN 5–699–13731–9. – Текст : непосредственный.

9. **Выготский, Л.С.** Психология развития как феномен культуры. Избранные психологические труды [Текст] / Л.С. Выготский. Москва, Воронеж : МОДЭК, 1996. – 512 с. – ISBN 5–89395–001–1. – Текст : непосредственный.

10. **Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет** : Книга для работников дошкольных учреждений / Е.М. Белостоцкая, Т.Ф.Виноградова, Л.Я. Каневская, В.И. Теленчи; Сост. В.И. Теленчи – Москва: Просвещение, 1987. – 143 с.: ил. – ISBN 430500000493. –Текст : непосредственный.

11. **Гурина, И. В.** Засыпаем, кушаем, маму с папой слушаем [Текст] : полезные советы на все случаи непослушания : [от 0 до 3 лет] / И.В.Гурина. - Санкт-Петербург : Изд. Дом Литера, 2013. – 29, [2] с. : ил.; 26 см. – (Серия "Первые шаги") (Литера - детям!). – ISBN 978–5–94455–566–3. – Текст : непосредственный.

12. **Денискина, В.З.** Коррекционные занятия по социально-бытовой ориентировке в школах с нарушением зрения : Методические рекомендации / В.З. Денискина. – Москва: ИПТК "Логос" ВОС, 2008. – 152 с. – (Круг чтения: издание для слабовидящих). – ISBN 5–93124–064–0. – Текст : непосредственный.

13. **Денискина, В.З.** Особенности обучения социально-бытовой ориентировке детей с нарушением зрения : Учебное пособие / В.З.Денискина. – Уфа: Филиал МГОПУ, 2004. – 63 с. ил.; 21. – ISBN 5–98061–035–9. – Текст : непосредственный.

14. **Дружинина, Л.А.** Занятия по развитию социально-бытовой ориентировки с дошкольниками, имеющими нарушения зрения.

Методические рекомендации. / Сост. Л.А. Дружинина и др. / науч. ред. Л.А. Дружинина – Челябинск: АЛИМ, изд-во Марины Волковой, 2008. –118 с. – ISBN 978–5–903322–02–2. – Текст : непосредственный.

15. **Дружинина, Л.А.** Психолого-педагогическое сопровождение дошкольников с нарушениями зрения в условиях инклюзивного образования [Текст] : Учебно-методическое пособие / Л.А. Дружинина, Л.Б.Осипова, Л.И. Плаксина – Челябинск: Изд-во Юж.-Урал. гос. гуман. пед. ун-та, 2017 – 254 с. – ISBN 978–5–906908–68–1. – Текст : непосредственный.

16. **Ермаков, В.П.** Основы тифлопедагогики: Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения : Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. / В.П. Ермаков, Г.А. Якунин – Москва: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 240 с. – ISBN 5–691–00433–6. – Текст : непосредственный.

17. **Ермаков, В. П.** Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения : Справ.-метод. пособие для учителя / В. П. Ермаков, Г. А. Якунин. - Москва : Просвещение, 1990. - 222,[1] с. – ISBN 5–09–002821–4 (В пер.). – Текст : непосредственный.

18. **Зайцев, Г.К.** Уроки Мойдодыра : [Учеб. пособие] / Г.К. Зайцев; Под ред. В.В. Колбанова; Худож. О. Р. Гофман. - СПб. : Акцидент, 1997. – 32 с. – ISBN 5–88375–003–6. – Текст : непосредственный.

19. **Иванова, Г.** Водичка, водичка, умой мое личико [Текст] : учебное пособие / Г. Иванова, В. Курашова //Дошкольное воспитание. – №5. – 2012. – С. 111-115. – ISBN 0012–561X. . – Текст : непосредственный.

20. **Каплан, Л.И.** Посеешь привычку – пожнешь и характер : Пособие для воспитателя детского сада – 2-е изд., доп. / Л.И. Каплан – Москва: Просвещение, 1980. – 95 с. – ISBN 4305000000. – Текст : непосредственный.

21. **Козлова, С.А.** Нравственное и трудовое воспитание дошкольников : Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / С.А. Козлова, Н.К. Ледовских, В.Д. Калишенко и др., под ред. С.А.

Козловой. – Москва: Издательский центр «Академия», 2002. – 192 с. – ISBN 7695–0933–3. – Текст : непосредственный.

22. **Комарова, Т.С.** Трудовое воспитание в детском саду : программа и методические рекомендации : для занятий с детьми 2-7 лет / Т.С.Комарова, Л.В. Куцакова, Л.Ю. Павлова. - 3-е изд., испр. и доп. - Москва : Мозаика-Синтез, 2009. – 68 с. –ISBN 978–5–86775–321–4. – Текст : непосредственный.

23. **Конина, Е.Ю.** Формирование культурно-гигиенических навыков у детей (игровой комплект). / Е.Ю. Конина. – Москва : Айрис-пресс, 2007. – 12 с. – ISBN 978–5–8112–2521–7. – Текст : непосредственный.

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

25. **Курочкина, И.Н.** Современный этикет и воспитание культуры поведения у дошкольников : Учебное пособие для студентов вузов / И.Н. Курочкина – Москва: Гуманит. издат центр ВЛАДОС, 2003 (Петрозаводск : Тип. им. П.Ф. Анохина). – 224 с. – (Практикум для вузов).; ISBN 5–691–00654–1. – Текст : непосредственный.

26. **Куцакова, Л.В.** Нравственно-трудовое воспитание в детском саду. Для работы с детьми 3-7 лет. Пособие для педагогов дошкольных учреждений / Л. В. Куцакова. – Москва: Мозаика-Синтез, 2008. – 144с. – ISBN 978 5–86775–454–9. – Текст : непосредственный.

27. **Литвак, А. Г.** Практикум по тифлопсихологии : Учебное пособие для студентов дефектологического факультета педагогических институтов /А.Г. Литвак, В.М. Сорокин, Т.П. Головина. – Москва: Просвещение, 1989. – 110с. – ISBN 5–09–000933–3. – Текст : непосредственный.

28. **Методическое пособие по обучению и воспитанию детей с нарушением зрения дошкольного возраста** : пособие для педагогов коррекционных учреждений и родителей детей с нарушением зрения / М.В.

Венедиктова и др ; Нижегород. регион. обществ. орг. родителей детей-инвалидов по зрению "Перспектива". - Нижний Новгород : [б. и.], 2004. - 113 с. – Текст : электронный.

29. **Моржина, Е.В.** Формирование навыков самообслуживания на занятиях и дома : Учебное пособие / Е.В. Моржина – «Интермедиатор», 2015 – (Лечебная педагогика: методические разработки). – ISBN 978-5-4212-0263-9. – URL: <https://www.litres.ru/my-books/purchased/> (дата обращения: 11.03.2025). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

30. **Нечаева, Г.В.** Воспитание дошкольника в труде : Учебное пособие / В.Г. Нечаева, Р.С. Буре, Л.В. Загик и др.; Сост. Р. С. Буре; под ред. В.Г. Нечаевой. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва: Просвещение, 1983. – 207 с., ил.– (Библиотека воспитателя дет. сада). – ISBN 4305000000364. – Текст : непосредственный.

31. **Никулина, Г. В.** Охраняем и развиваем зрение. Учителю о работе по охране и развитию зрения учащихся младшего школьного возраста : Учебно-методическое пособие для педагогов образовательных учреждений общего назначения / Г.В. Никулина, Л.В. Фомичева – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2002.– 128 с. – ISBN 5–89814–159–6. –Текст : непосредственный.

32. **Новоторцева, Н.В.** Коррекционная педагогика и специальная психология : словарь : Учебное пособие / Н.В. Новоторцева. – Изд. 4-е, перераб. и доп. – Санкт-Петербург : Изд-во КАРО, 2006 (Москва : Типография "Наука" РАН). – 136, [2] с. – ISBN 5-89815-688-7. – Текст : непосредственный.

33. **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) [Текст]: учебно-методическое пособие / Л.Б. Осипова. – Челябинск: Цицеро, 2011. – 123 с. ISBN – 978-5–16–015532–6. URL:



[https://drive.google.com/drive/folders/1ueMirnWfgQ5Q8\\_sAVeXZjF29rRiG6l](https://drive.google.com/drive/folders/1ueMirnWfgQ5Q8_sAVeXZjF29rRiG6l)

[DL](#) (дата обращения: 11.03.2024). – Режим доступа: – Текст : электронный.

34. **Осипова, Л.Б.** Психолого-педагогическое (тифлопедагогическое) обследование дошкольников с нарушением зрения : Методическое пособие / Л.Б. Осипова – Челябинск, 2005. – Текст : непосредственный.

35. **Осипова, Л.Б.** Развиваем в деятельности: В помощь родителям, воспитывающим ребенка с нарушениями зрения : Методические рекомендации / Л.Б. Осипова, Ю.Ю. Стахеева. Челябинск: РЕКПОЛ, 2009. - 218 с.: ил.

36. **Петерина, С.В.** Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста: Книга для воспитателя детского сада / С.В.Петерина. – Москва: Просвещение, 1986. – 96 с. – ISBN 4305000000698. Текст : непосредственный.

37. **Плаксына, Л.И.** Теоретические основы коррекционной работы в детском саду для детей с нарушениями зрения : монография / Л.И. Плаксына. – Москва: Издательство «Город», 1998. – 262 с. – ISBN 5–93041–004–6. Текст : непосредственный.

38. **Программа "Каролина" для младенцев и детей младшего возраста с особыми потребностями** / Нэнси М. Джонсон-Мартин [и др.]. – 2-е изд. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский ин-т раннего вмешательства, 2005. – 336 с. – ISBN 5–8049–0055–2. Текст : непосредственный.

39. **Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений IV вида (для детей с нарушением зрения).** Программы детского сада. Коррекционная работа в детском саду / Под ред. Л.И. Плаксовой. – Москва: Издательство «Экзамен», 2003 – 173 с. – ISBN 5–94692–629–2. – Текст : непосредственный.

40. **Плаксына, Л.И.** Теоретические основы коррекционной работы в детском саду для детей с нарушением зрения : монография / Л.И.Плаксына.

– Москва: издательство «Город», – 1998. – с. – ISBN 5–93041–004–6. – Текст : непосредственный.

41. **Плаксына, Л.И.** Коррекционно-развивающая среда в дошкольных образовательных учреждениях компенсирующего вида : Учебно-методическое пособие / Л.И. Плаксына, Л.С. Сековец – Москва: ЗАО «ЭЛТИ-КУДИЦ», 2006. – 112 с. – ISBN 5–98411–004–0. – Текст : непосредственный.

42. **Подколзина Е.Н.** Вопросы работы тифлопедагога детского сада для детей с нарушением зрения: журнал дефектология : монография / Е.Н.Подколзина, 2002 №6. – ISSN: 0130–3074. – Текст : непосредственный.

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

44. **Рубинштейн, С.Л.** Основы общей психологии : Учебное пособие / С.Л.Рубинштейн – СПб: Издательство «Питер», 2000 – 712 с. – ISBN 978–5–17–114740–2. – Текст : непосредственный.

45. **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.

46. **Солнцева, Л.И.** Психология детей с нарушениями зрения (детская тифлопсихология) : Учебное пособие / Л.И. Солнцева. – Москва: Классике Стиль, 2006. – 256 с. – ISBN 5–94603–048–5. – Текст : непосредственный.

47. **Фомичева, Л. В.** Клинико-педагогические основы обучения и воспитания детей с нарушением зрения. Офтальмологические и гигиенические аспекты охраны и развития зрения : Учебно-методическое пособие. – СПб.: КАРО, 2007 . – 269 с. – ISBN 978–5–89815–942–9. – Текст : непосредственный.

48. **Урунтаева, Г.А.** Дошкольная психология : Учебное пособие [для студентов сред. пед. учеб. заведений] / Г. А. Урунтаева. – 2-е изд. – Москва : Изд. центр "Академия", 1997. – 334,[1] с – ISBN 5–7695–0149–9. – Текст : непосредственный.
49. **Урунтаева, Г.А.** Как приобщить малыша к гигиене и самообслуживанию: Пособие для воспитателей дет. сада и родителей : учебное пособие / Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина. – Москва : Просвещение: Учеб. лит., 1997. – 128 с.: ил. – ISBN 5–09–006487–3. – Текст : непосредственный.
50. **Черепанова, И. Б.** Дети взрослеют в труде : Учебное пособие / И.Б.Черепанова. - Москва : Педагогика, 1990. – 174,[1] с. – (Педагогика - родителям). – ISBN 5–7155–0272–1. – Текст : непосредственный.

## **ПРИЛОЖЕНИЕ**

Приложение 1

### **КАРТОТЕКА ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ**

#### **1. Дидактическая игра «Здоровые зубки»**

Цель: формирование у детей представления о важности ухода за зубами.

Задачи:

- привить детям привычку к чистоте и аккуратности, приобщить их к здоровому образу жизни;
- приучать детей следить за своим внешним видом, правильно пользоваться зубной щеткой;
- формировать потребность в соблюдении опрятности в повседневной жизни;
- формировать начальные представления о ценности здоровья, о том, что здоровье начинается с чистоты тела.

Материалы: картинка «рот с зубами», щетка, фломастеры.

Игровые правила: фломастерами нарисовать на зубах микробы и грязь, предложить детям почистить зубы щеткой.

В данную игру дети могут играть как самостоятельно, так и с привлечением взрослых.

## **2. Дидактическая игра на прищепках «Полезная и вредная еда для зубов»**

Цель: формирование представлений о правильном питании.

Задачи:

- закрепить представление о том, что существуют полезные и вредные продукты для зубов;
- сформировать понятие о том, что здоровье зубов зависит и от пищи, которую мы принимаем;
- формировать представления о разнообразии продуктов, их пользе для здоровья человека и входящих в их состав витаминах.

Материалы: два игровых поля: на одном поле изображен больной, грустный зуб, а на другом поле – здоровый, улыбающийся зуб. Картинки с изображением вредной и полезной едой. Прищепки для белья.

Игровые правила: картинки с вредной едой необходимо прикрепить прищепками к больному зубу, а картинки с полезной едой прикрепить прищепками к здоровому зубу.

## **3. Дидактическая игра «Застегиваем и расстегиваем молнии»**

Цель: координирование движения рук во время застегивания и расстегивания молнии.

Задачи:

- учить детей расстегивать и застегивать молнию;
- координировать движения рук при застегивании и расстегивании молнии;
- развивать мелкую моторику рук;
- воспитывать самостоятельность, терпение.

### Инструкция для детей:

- 1) Берем пальчиком язычок замка, другой рукой придерживаем ткань.
- 2) Правой рукой тянем язычок вниз и расстегиваем замок. Ладонь левой руки перемещается «шаг за шагом» вслед за язычком, придерживая ткань.
- 3) В самом конце замка отпускаем язычок.
- 4) Пальцы просовываем под замок, а большой палец правой руки накладываем сверху, прижимая язычок.
- 5) Указательный палец и средний палец левой руки просовываем под замок с левой стороны от него. А большим пальцем левой руки зажимаем ткань у замка сверху.
- 6) Одновременным движением; обеих рук (правой - вниз, а левой - вверх) вытаскиваем левую половину замка из «бегунка».
- 7) Раскрываем обе половинки ткани (таким же образом, как в других рамках).
- 8) «Расстегнули».
- 9) «А теперь будем застегивать».
- 10) Закрываем обе половинки ткани.
- 11) Указательный и средний пальцы просовываем под правую половинку замка, а большим пальцем прижимаем язычок к «бегунку» сверху,
- 12) Указательным и средним пальцами левой руки придерживаем левую половинку замка, а большим зажимаем ее сверху.

13) Левую половинку замка вставляем в «бегунок» и рукой держим оба конца замка «молния», а правой (большим и указательным пальцами) медленно тянем за язычок вверх, пока молния не застегнется (одним движением).

14) «Застегнули».

15) Проверяем, растягивая обе половинки ткани в разные стороны.

Материалы: муляжная кофта на молнии.

Игровые правила: показать ребенку способ расстегивания и застегивания молнии. Главное научить действовать двумя руками, скоординировать движения рук.

#### **4. Дидактическая игра «Застёгивание-расстёгивание пуговиц»**

Цель: учить детей застегивать и расстегивать пуговицы.

Задачи:

- формировать навыки самообслуживания;
- развивать мелкую моторику рук, глазомер, соотнесение правой и левой руки;
- развивать мыслительные процессы: анализ, синтез, сравнение;
- воспитывать стремление к самостоятельности.

Материалы: муляжная кофта на пуговицах.

Игровые правила: показать ребенку способ расстегивания и застегивания пуговиц. Главное научить действовать двумя руками, скоординировать движения рук.

## **5. Дидактическая игра-шнуровка «Ботиночки»**

Цель: формирование навыков завязывания бантиков и шнурков.

Задачи:

- учить шнуровать ботинки (вдевать и выдергивать шнурок в отверстия ботинка);
- развивать сенсомоторную координацию, мелкую моторику рук;
- формировать навыки шнуровки (шнурование, завязывание шнурка в бант);
- развивать когнитивные функции (память, внимание, мышление).

Материалы: шнурки, деревянные шаблоны ботинок с прорезями для шнуровки.

Варианты игры:

- повторить поэтапно все виды шнуровки;
- придумать свой вид шнуровки ботинок самостоятельно, заполняя все прорези и в конце завязать бантик;
- соревнование «Кто быстрее зашнурует?»: на каждого участника даётся 1 ботинок и 1 шнурок, побеждает тот, кто первый зашнурует и завяжет бантик.

## **6. Дидактическая игра «Сделай прическу»**

Цель: формирование и закрепление навыков ухода за волосами.

Задачи:

- продолжать формировать представления об аккуратности и опрятности;
- упражнять в завязывании резинок, ленточки для волос, закреплении заколок;



- развивать воображение, мелкую моторику рук;
- воспитывать опрятность в своем внешнем виде.

Материалы: рамки «Портреты с волосами», резинки, заколки, ленточки для волос.

Игровые правила: показать ребенку как завязывать резинку, ленточки, как закалывать заколки.

### **7. Дидактическая игра «Чудесный мешочек» (предметы личной гигиены)**

Цель: пополнение знаний детей о предметах личной гигиены.

Задачи:

- закреплять представления о предметах личной гигиены и их предназначении;
- развивать тактильные ощущения, словесно-логическое мышление, память, грамматически правильную речь.

Материалы: мешок, расчёска, зубная щётка и паста, мыло, носовой платок, полотенце.

Игровые правила:

Проводится краткая беседа о предметах личной гигиены, их назначении.

Затем педагог прячет предметы в чудесный мешочек и предлагает детям на ощупь угадать и достать предмет гигиены.

Предмет можно доставать только после того, как ребёнок назовёт его. Затем ребёнок кратко рассказывает о его назначении. Например, достав расчёску, ребёнок описывает её внешний вид, и говорит, что она нужна, чтобы расчёсывать волосы.

Игра длится до тех пор, пока дети не назовут все предметы, количество предметов должно соответствовать количеству играющих. Можно взять по 2–3 предмета.

Примечание:

Можно использовать художественное слово.

Мыло.

*Ускользает, как живое,*

*Но не выпущу его я,*

*Белой пеной пенится,*

*Руки мыть не ленится.*

Расческа

*Целых двадцать пять зубков*

*Для кудрей и завитков*

*И под каждым под зубком*

*Лягут волосы рядком!*

Зубная щетка

*По утрам и вечерам*

*Чистит - чистит зубы нам,*

*С зубной пастой дружит,*

*Нам усердно служит.*

Полотенце

*После бани помогаю*

*Промокаю, вытираю*

*Пушистое махровое*

*Чистое и новое.*

Носовой платок

*Лег в карман и караулю:*

*Рёву, плаксу и грязнулю,*

*Им утру потоки слёз,*

*Не забуду и про нос!*

## **8. Дидактическая игра «Подбери крышку баночке»**

Цель: формирование умения соотносить предметы по диаметру и

Задачи:

- формировать умение подбирать крышки к баночкам по размеру;
- развивать глазомер детей, мелкую моторику рук;
- воспитывать умение доводить начатое дело до конца.

Материал: баночки с разными по размеру крышками.

Игровые правила: открутить крышки и перемешать. Предложить детям найти баночке соответствующую крышку и закрутить ее.

## **9. Дидактическая игра «Чистоплотные дети»**

Цель: формирование у детей культурно-гигиенических навыков.

Задачи:

– закрепить знания детей о предметах гигиены и их назначении.

Материалы: картинки «Предметы гигиены».

Игровые правила: педагог спрашивает, что нужно для того, чтобы волосы, руки и лицо были чистыми (чем больше они смогут об этом рассказать, тем лучше). Затем говорит: «Руки». Дети говорят, что для них необходимы: «Мыло, щетка, полотенце». Подобным же образом дети реагируют на слова «волосы» (гребень, щетка, ножницы, шампунь), «купание» (ванна, полотенце, душ, умывальник, губка, мыло и пр.).

## **10. Дидактическая игра «Что нужно кукле?»**

Цель: формирование знаний у детей о предметах личной гигиены и их назначении.

Задачи:

– учить соотносить предметы с действиями;

– развивать зрительное восприятие, воображение, логическое мышление, внимание и память;

– совершенствовать умения различать и называть предметы личной гигиены: мыло, полотенце, зубная щетка, шампунь, мочалка, зубная паста, расческа и т.д.;

– воспитывать культурно – гигиенические навыки.

Материалы: кукла, 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, куртка.

Игровые правила: педагог знакомит детей с картинками, спрашивает их, для чего нужен каждый предмет, затем перемешивает картинки и раздает их, берет куклу и говорит детям: «Наша куколка встала и хотела бы умыться, что ей для этого нужно?». Дети приносят картинки, нужные кукле для умывания. Педагог снова спрашивает: «Наша кукла умылась и хотела бы причесаться, но чем?». Дети приносят соответствующие картинки. «Наша кукла умылась, но еще не завтракала. Что мы ей дадим есть?». Наша кукла собралась на прогулку, что она наденет?». И так дальше, чередуя все виды действий.

### **11. Дидактическая игра «Подбери пару».**

Цель: формирование знаний у детей о предметах личной гигиены и их назначении.

Задачи:

- учить соотносить предметы с действиями;
- развивать зрительное восприятие, воображение, логическое мышление, внимание и память;
- совершенствовать умения различать и называть предметы личной гигиены: мыло, полотенце, зубная щетка, шампунь, мочалка, зубная паста, расческа и т.д.;
- воспитывать культурно – гигиенические навыки.

Материалы: карточки с действиями и к ним карточки с предметами, которые относятся к действиям.

Игровые правила: среди различных предлагаемых изображений, детям следует подобрать логическую пару. Например, для того, чтобы почистить зубы, нужны какие предметы? (зубная щетка и паста); для того, чтобы причесаться, нужна? (расческа) и т. д. Кроме того, детям необходимо аргументировать свой выбор.

## **12. Дидактическая игра «Крокодил-чистюля».**

Цель: формирование культурно-гигиенических навыков.

Задачи:

- формировать навыки самообслуживания, закрепить правила личной гигиены;
- воспитывать аккуратность, бережливое отношение к здоровью.

Материалы: –

Игровые правила: ведущий (выбранный с помощью считалки) показывает жестами и мимикой какое-либо действие, связанное с соблюдением гигиенических правил, например, чистит зубы, умывает лицо, одевается и т.д. Остальные участники угадывают действие.

### **13. Дидактическая игра «Что сначала, что потом»**

Цель: формирование представлений о правилах личной гигиены у детей дошкольного возраста в разных видах деятельности.

Задачи:

- развивать познавательный интерес, воображение, логическое мышление, внимание и память;
- совершенствовать умения различать и называть предметы личной гигиены (мыло, полотенце, зубная щётка, шампунь, мочалка, зубная паста, расчёска);
- закреплять умение подбирать и выкладывать последовательность картинок («Что сначала, что потом»);
- учить использовать в своей речи обобщённые слова, понятия (предметы личной гигиены);
- формировать понимание важности заботы о собственном здоровье;
- учить составлять небольшие рассказы.

Материалы:

Игровые правила: детям предлагают несколько картинок, связанных одним сюжетом, разложить в порядке произошедших событий и составить по ним рассказ. Например: мальчик лежит в постели, делает зарядку, умывается, вытирается полотенцем; девочка моет руки, обедает, играет с куклой.

#### **14. Дидактическая игра «Теневое лото»**

Цель: формирование знаний у детей о предметах личной гигиены и их назначении.

Задачи:

- развивать у детей внимание, наблюдательность, логическое мышление, объясняя свои действия;
- учить находить предметы по тени и сопоставлять их;
- активизировать словарный запас о предметах личной гигиены;
- воспитывать усидчивость.

Материалы: теневая карточка, красочные картинки «Предметы личной гигиены».

Игровые правила:

- 1) Раздается карточка с тенями. Рассматриваем их. Педагог показывает одну из карточек с цветным изображением, дети называют его и находят среди своих карточек нужную тень. Кто правильно нашёл карточку получает цветное изображение.
- 2) Выложить отдельно карточки с цветными картинками и карточки с тенями. Необходимо каждой тени найти подходящую цветную картинку.



### 15. Дидактическая игра «Четвертый лишний»

Цель: формирование у детей знания о предметах личной гигиены.

Задачи:

- закрепить знания детей о предметах личной гигиены и их назначении;
- развивать логическое мышление, умение классифицировать и обобщать в одну группу;
- расширять словарный запас по теме «Гигиена».

Материалы:

- 1) карточки с наборами предметов личной гигиены;
- 2) предметы личной гигиены и различные предметы разных тематик (посуда, игрушки, фрукты-овощи и т.д.)

Игровые правила:

- 1) разложить перед ребенком 3 предмета личной гигиены и 1 предмет из разной тематики (платок-мыло-расческа-яблоко), задать вопрос «Какой предмет здесь лишний?». Помочь ребенку объяснить свой выбор, например: «Яблоко лишнее, потому что оно не нужно для гигиены, а мыло, платок и расческа нужны».
- 2) разложить перед ребенком карточки, на которых изображены 3 предмета, которые необходимы, чтобы зубы почистить 1 предмет, который необходим, чтобы расчесаться и т.д. Помочь ребенку объяснить свой выбор.

## **16. Дидактическая игра «Одежда по сезонам»**

Цель: формирование представлений о разнообразии одежды, ее значении (летняя, зимняя, осенняя, весенняя).

Задачи:

- формировать навык последовательных действий одевания на прогулку;
- продолжать учить детей запоминать и называть предметы сезонной одежды, знать ее назначение;
- воспитывать аккуратность, бережное отношение к одежде; желание заботиться о кукле.

Материалы:

- 1) кукла Катя, одежда летняя, зимняя, осенняя, весенняя, летняя.
- 2) набор деревянных кукол и к ним одежда по сезонам.

Игровые правила:

- 1) педагог сообщает детям о том, что кукла Катя уже позавтракала и хочет гулять. Подводит детей к выводу: «Надо куклу одеть на прогулку». На улице холодно. Куклу Катю надо одеть тепло. Какую одежду надо надеть на куклу? (Теплую.)
- 2) на деревянном полотне выбрать необходимую одежду, для определённой части тела с помощью признака-части, правильно называть ее, одевать кукол в определенной последовательности. Брать только по одному предмету.

### **17. Дидактическая игра «Что изменилось?»**

Цель: формирование представлений о разнообразии одежды, ее назначении.

Задачи:

- научить детей определять какой предмет одежды изменился на кукле;
- развивать у детей внимание, наблюдательность, логическое мышление, объясняя свои действия;
- активизировать словарный запас о предметах одежды.

Материалы:

- 1) кукла, набор различной одежды: головные уборы, одежда, обувь и т.д.
- 2) набор деревянных кукол и к ним одежда по сезонам.

Игровые правила: педагог показывает детям одетых кукол, дети запоминают что на них одето, затем просит детей закрыть глаза, пока дети не видят меняет 1-2 предмета одежды, дети должны назвать какой предмет пропал, а что нового одето.

### **18. Дидактическая игра "Чего не стало"**

Цель: формирование представлений о разнообразии одежды.

Задачи:

- научить детей определять какого предмета одежды не стало на кукле;
- развивать у детей внимание, наблюдательность, логическое мышление, объясняя свои действия;
- активизировать словарный запас о предметах одежды.

Материалы: кукла, набор различной одежды: головные уборы, одежда, обувь и т.д.

Игровые правила: педагог показывает детям одетых кукол, ребенок запоминает что на них одето, затем просит его закрыть глаза, пока не видит убирает 1 предмет одежды, ребенок должен назвать какого предмета не стало.

### **19. Дидактическая игра «Разложи одежду по полкам»**

Цель: формирование представлений о разнообразии одежды.

Задачи:

- научить детей раскладывать предметы одежды по полкам правильно;
- развивать у детей внимание, наблюдательность, логическое мышление, объясняя свои действия;
- активизировать словарный запас о предметах одежды.

Материалы: изображение шкафа, набор различной одежды: головные уборы, одежда, обувь.

Игровые правила: разложить предметы в шкаф, на верхнюю полку убрать головные уборы, в среднюю часть шкафа развесить одежду, на нижнюю полку расставить обувь.

Можно добавить изображения одежды разных сезонов и убирать в шкаф одежду, обувь, головные уборы по сезонам. Например, задание разложить в шкаф только зимнюю одежду, обувь, головные уборы.

## **20. Дидактическая игра «Зашумленные предметы»**

Цель: развитие зрительного восприятия.

Задачи:

- учить выделять и распознавать объекты среди множества деталей;
- развивать внимание и концентрацию, сосредоточенность и умение находить нужные элементы;
- учить находить и называть зашумленные предметы.

Материалы:

- 1) зашумленная рамка, картинки с предметами личной гигиены, одежды, обуви и т.д.
- 2) зашумленные карточки.

Игровые правила:

- 1) предложить ребенку узнать предметы через зашумленную рамочку и назвать его, его назначение;
- 2) рассмотреть картинки с наложенными изображениями с 4-5 предметами, назвать всё, что нарисовано на ней и обвести каждый предмет пальцем (указкой), заштриховать, раскрасить прозрачными красками или светлыми фломастерами (чтобы было видно контур, карандашами, восковыми мелками или пастелью).

## Консультация для родителей на тему «ВОСПИТАНИЕ У ДЕТЕЙ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ»

Воспитание у детей культурно-гигиенических навыков - необходимое условие для здорового образа жизни.

Культурно-гигиенические навыки – это, не что иное, как привычки. Как известно, самые прочные привычки, как полезные, так и вредные, формируются в детстве, вот почему так важно с самого раннего возраста воспитывать у ребенка полезные для здоровья навыки, закреплять их, чтобы они со временем стали привычками и постоянно совершенствовались.



### *Что такое культурно-гигиенические навыки?*



Культурно-гигиенические навыки – это навыки по соблюдению чистоты тела, культурной еды, поддержания порядка в окружающей обстановке и культурных взаимоотношений детей друг с другом и с взрослыми. Следует понимать, что от наличия знаний и выполнения ребенком

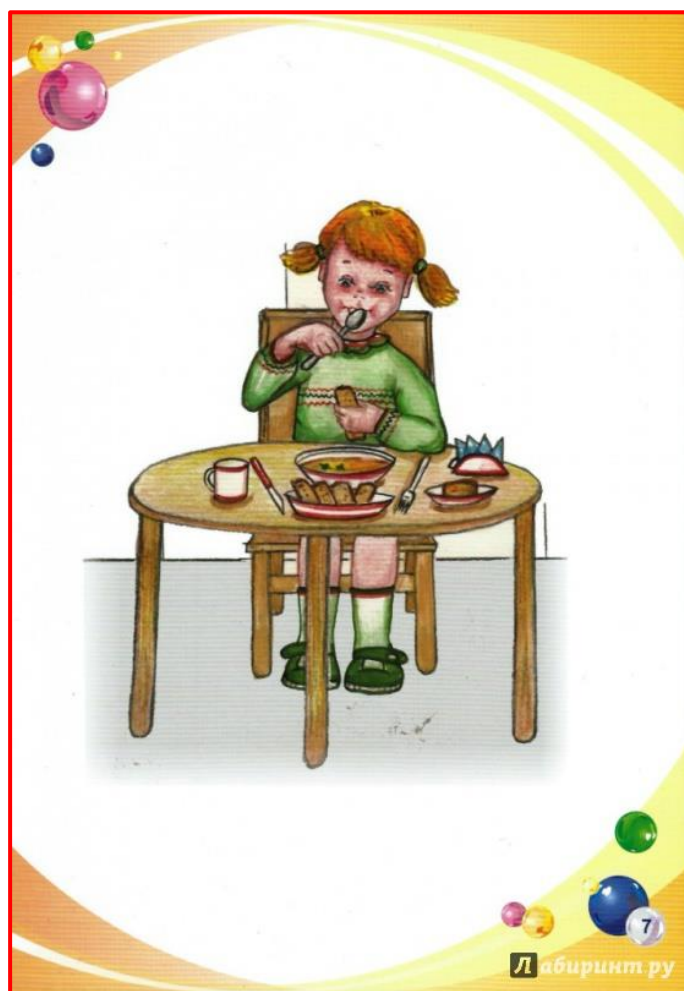
необходимых гигиенических правил поведения зависит не только его

здоровье, но и здоровье других детей и взрослых. Воспитание культурно— гигиенических навыков начинается в семье. Заботливые родители начинают приучать малышей к аккуратности и самостоятельности буквально с рождения. Затем на помощь придут воспитатели в детском саду. И в этом непростом деле взрослым стоит проявить терпение и фантазию, ведь чем интереснее ребенку будет в процессе обучения, тем быстрее он усвоит такие необходимые ему знания.

### **Какие культурно - гигиенические навыки нужно воспитывать у детей?**

#### **Приём пищи.**

Одним из первых навыков является навык аккуратного приема пищи. Для того, чтобы у ребенка сформировалось положительное отношение к приему пищи, старайтесь соблюдать некоторые правила. Не делайте за столом замечаний, не упрекайте малыша за разлитый сок или испачканную одежду, а наоборот, покажите ему, как выполнить действие, хвалите малыша за то, что он правильно взял ложку, аккуратно и хорошо поел и т. д.



Обстановка за столом должна быть дружелюбная и спокойная, поэтому не рассказывайте страшных историй, не обсуждайте свои проблемы, не ссорьтесь между собой.

Чтобы не ругать малыша за плохой аппетит, кладите небольшие порции еды, чтобы он мог действительно всё съесть. Лучше положить

ребенку добавки, если он не наелся, тем более, это повод ещё раз его похвалить.

Красиво оформленное блюдо и ваша «реклама» о красоте и вкусовых качествах еды вызовет у малыша интерес и повысит аппетит.

Кроме этого необходимо формировать у детей и другие полезные навыки:

- всегда мыть руки перед едой;
- правильно держать столовые приборы;
- за столом сидеть прямо, ноги не вытягивать под стол, локти убирать со стола;
- есть аккуратно, не крошить хлеб и не выкладывать еду из тарелки на стол;
- выходить из-за стола, полностью прожевав еду;
- не разговаривать с набитым ртом;
- пользоваться салфеткой;
- благодарить за еду взрослых.

На помощь родителям придёт и литература. Можно найти много потешек, стихов, загадок, которые помогут сделать процесс обучения интересным и запоминающимся.

Например:

*А у нас есть ложки волшебные немножко.*

*Вот – тарелка, вот – еда, не осталось и следа.*

*Вытирай салфеткой рот*

*И не капай на живот.*



## Одевание и раздевание.



С раннего возраста детей необходимо привлекать к процессу одевания. Сначала мы просто называем элементы одежды, для чего они нужны и на какие части тела их нужно надевать. Постепенно надо давать возможность детям поучаствовать в процессе одевания и раздевания самостоятельно.

Маленькому ребенку тяжело самому одеться: надо помнить всю последовательность одевания, уметь застегнуть пуговицы или молнию, вывернуть рукава. Конечно, родители это сделают лучше, да и быстрее. Взрослым так удобнее: не надо тратить время на уговоры, объяснения, ведь надо спешить на работу! Но если взрослые помогают ребёнку при малейшем затруднении, то очень быстро у него сформируется пассивная позиция и нежелание трудиться: зачем одеваться самому, если мама сама всё застегнёт и завяжет?

Очень важно формировать у ребёнка навыки самостоятельного одевания: учить снимать и надевать колготки, носки, ботинки, шапку. С возрастом эти навыки будут совершенствоваться, например, ребенок научится не только надевать куртку, но и застёгивать на ней молнию. Также необходимо учить детей быть аккуратными, не разбрасывать одежду, складывать её на место.

Обучая ребенка одеваться самостоятельно, расположите на видном месте алгоритм одевания, чтобы ребенок контролировал свои действия.

Быстро научиться одеваться, справляться с пуговицами, молниями и шнурками ребенку будет проще, если развивать подвижность его пальчиков. В этом помогут игровые ситуации: «Одень куклу на прогулку», «Завяжи кукле ботинки», «Застегни пуговицы на папиной рубашке».

Хорошо развивают пальчики и различные мозаики, игры со шнуровками, мелкими предметами. Можно попросить ребенка помочь разложить пуговицы разного размера и цвета по баночкам. Игры со счётными палочками тоже принесут не только радость, но и пользу.

Также для развития мелкой моторики используется пальчиковая гимнастика. Актуальны будут и стихи на тему одевания.

#### Пальчиковая гимнастика «Одежда»

*Раз, два, три, четыре, пять* (Последовательно соединяют пальцы)

*Будем вещи мы стирать:* (одной руки с пальцами другой руки)

*Платье, брюки и носочки,*

*Юбку, кофточку, платочки.*

*Шарф и шапку не забудем –*

*Их стирать мы тоже будем.* (Кулачки имитируют стирку)

#### Научу обуваться и братца. (Е. Благинина)

*Я умею обуваться,*

*Если только захочу.*

*Я и маленького братца*

*Обуваться научу.*

*Вот они — сапожки.*

*Этот - с левой ножки.*

*Этот - с правой ножки.*

*Если дождичек пойдёт,*

*Наденем калошки.*

*Эта - с правой ножки,*

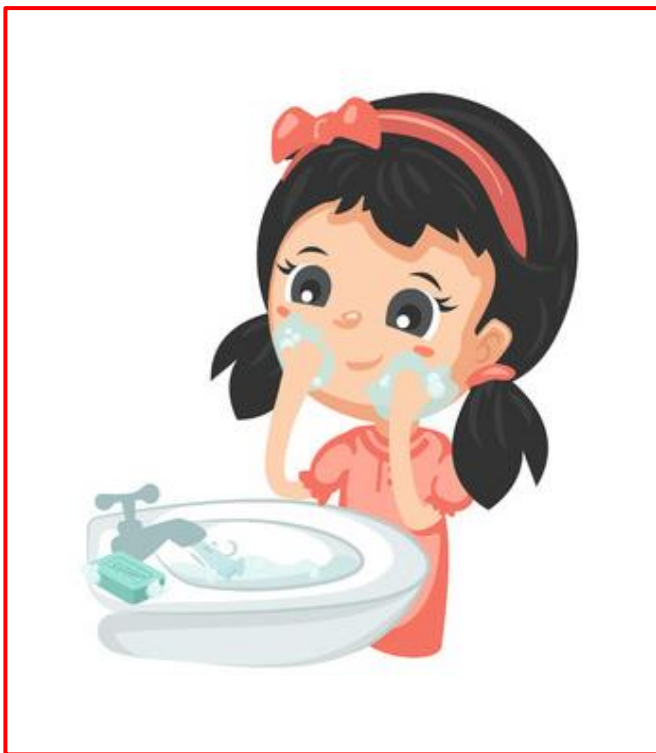
*Эта - с левой ножки.*

*Вот как хорошо!*

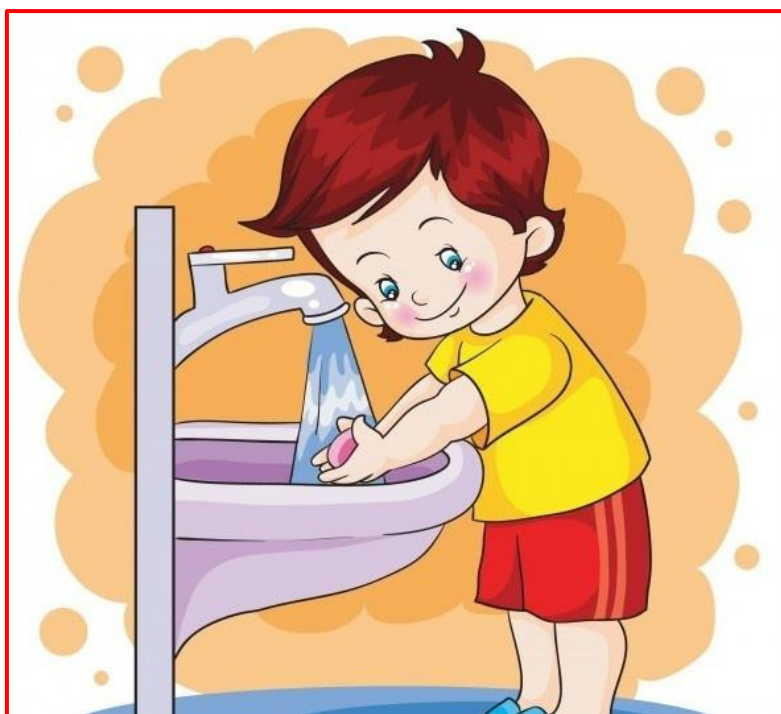
## Мытьё рук и умывание.

Научить детей умываться, пользоваться правильно полотенцем - дело не из простых. Обучение умыванию надо проводить на собственном примере. Показ - самое понятное объяснение для малыша. Необходимо, чтобы ребенок усвоил последовательность умывания:

- засучить рукава;
- аккуратно открыть кран сначала с холодной водой, потом постепенно открыть кран с горячей водой. Для детей это достаточно трудное действие, поэтому в первое время воду для умывания настраивает взрослый.



- взять мыло, намочить его под струёй воды, тщательно намылить руки;
- тереть руки со всех сторон до образования пены прямыми и круговыми движениями;
- промыть руки под водой;
- чистыми руками помыть лицо, наклонившись над раковиной;
- отжать руки над раковиной, сложив их замочком. Это надо делать, чтобы вода не капала на пол;
- выключить воду;
- вытереть руки полотенцем досуха.



Для создания  
интереса у детей  
используются стихи,  
загадки.

*Водичка, водичка,  
Умой моё личико!  
Чтобы глазки блестели,  
Чтобы щёчки краснели,  
Чтоб смеялся роток,  
Чтоб кусался зубок!*

*Руки надо чисто мыть,  
Рукава нельзя мочить,  
Кто рукавчик не засучит,  
Тот водички не получит.*

Обучая детей умыванию, можно использовать плакаты и картинки, помогающие ребенку вспомнить алгоритм умывания.

Также можно проводить игровые упражнения: «Катя умывается», «Помоем медвежонку лапы» и т. д.

## **Использование носового платка.**

Некоторые родители, положив ребенку, платочек в карман, считают, что этого достаточно. Но зачастую ребенок даже не знает, как им пользоваться. А ведь это тоже одно из важных умений, которым детям необходимо научиться. Для этого тоже нужна помощь взрослого.



Ребенок должен знать

назначение носового платка и не использовать его как предмет игры. То есть, не заворачивать в него игрушки и другие предметы.

Носовой платок — предмет личной гигиены, поэтому его нельзя давать пользоваться другим детям.

Ребенка надо приучать самостоятельно доставать платочек из кармана рубашки, платья, верхней одежды, разворачивать и сворачивать платок, аккуратно класть его в карман.

Необходимо формировать умение самостоятельно его использовать. Если ребенок ещё не умеет пользоваться платком, побуждайте его просить помощи у взрослого.

Нужно воспитывать желание опрятно выглядеть, обращать внимание на чистоту носового платка.

*Коль случайно простудился,  
То бери его с собой.  
Видишь, как он пригодился,  
Твой платочек носовой!*

Сколько важных умений должен освоить малыш! Для него это целая наука. Поэтому так важно, чтобы рядом был взрослый, чуткий и отзывчивый, который бы учил, помогал, направлял ребенка.

Таким образом, формирование культурно-гигиенических навыков — это необходимое условие успешного развития личности ребенка. Чем раньше ребенок освоит эту непростую науку, тем комфортнее ему будет в детском саду, тем увереннее он будет развиваться. Поэтому так важно придерживаться одинаковых требований к навыкам гигиены и самообслуживания в детском саду и дома, действовать совместно на благо ребенка.

## УСЛОВИЯ ДЛЯ ВОСПИТАНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ РЕБЕНКА В САМООБСЛУЖИВАНИИ

### В одевании:

- вешалка для верхней одежды, соответствующая росту ребенка;
- индивидуальная полка или место на полке для хранения предметов туалета;
- постоянное место для хранения ночной рубашки, пижамы;
- удобная для одевания одежда (легко застегивающиеся пуговицы);
- шнурки для обуви с твердыми наконечниками;
- достаточно свободные резинки на юбках, трусах, колготках, шортах;
- соответствующий голове ребенка размер ворота, удобные застежки на платьях, кофточках).



### В умывании:



- постоянное и удобное место для зубной пасты, щетки, стаканчика или подставки для нее (при покупке данных вещей нужно позаботиться об их внешней привлекательности: яркая окраска, красивая этикетка, оригинальная форма);
- отдельная мыльница с детским туалетным мылом;
- удобное место для полотенца;



– если в семье несколько детей, подбираются разные по цвету или орнаменту полотенца. Удобный для ребенка размер полотенца: 40-50 см в ширину, 50-70см в длину).

При приеме пищи:

– стул в соответствии со столом, под ноги нужно сделать подставку;

– небольшого размера столовый прибор: тарелка, чашка, вилка, ложка;

– на доступном для ребенка расстоянии хлебница с хлебом, нарезанным мелкими ломтиками, салфетница.





## Анкета для родителей

Ф.И. ребенка \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Опишите как можно более подробно, как дома происходит процесс кормления, одевания и приучения к туалету, опираясь на предложенные ниже вопросы.

### *Навыки самообслуживания:*

#### Кормление

- а) пищу какой консистенции умеет есть ребенок (пюреобразная, полупротертая, пища, которую можно брать руками);
- б) ребенок получает пищу из бутылки или его кормят ложкой;
- в) насколько активно ребенок включен в процесс (держит ручки на бутылке, держит ложку с помощью, держит ложку самостоятельно, правильно захватывая);
- г) берет ли в руку и ест маленькие кусочки пищи;
- д) умеет ли откусывать;
- е) пьет из бутылки или из чашки (с помощью или самостоятельно).

#### Одевание

- а) насколько ребенок включен в процесс одевания помогает ли одевать и раздевать себя соответствующими движениями рук и ног;
- б) снимает шапку;
- в) снимает носки и стягивает частично снятую через голову рубашку;
- г) снимает незавязывающуюся обувь;
- д) надевает шапочку;
- е) надевает носки, свободную обувь.

#### Навыки опрятности

- а) пользуется памперсами или памперсы сняты (на дневное время, совсем);
- б) контролирует ли свой стул (каждый день примерно в одно и то же время у ребенка бывает стул);
- в) бывает ли в течение дня достаточно регулярно сухим;
- г) показывает ли жестами, что хочет в туалет;
- д) просится ли в туалет, выражая свое желание словами;
- е) спускает ли сам штанишки в туалете; ж) под руководством взрослого ходит в туалет.

### Уход за собой

- а) наслаждается игрой в воде;
- б) участвует в мытье и вытирании рук;
- в) позволяет чистить себе зубы;
- г) тянется к крану, чтобы открыть его, умеет открывать кран;
- д) нужна организационная помощь взрослого или действие может осуществить самостоятельно.





