



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

Колледж ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»

**РАЗВИТИЕ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ ДЕТЕЙ
МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО
РАЗВИТИЯ СРЕДСТВАМИ ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР**

**Выпускная квалификационная работа
Специальность 44.02.04 Специальное дошкольное образование
Форма обучения очная**

Работа рекомендована к защите
« 21 » мая 2024 г.
Заместитель директора по УР
Д. Расцектаева Расцектаева Д.О.

Выполнила:
студентка группы ОФ-318-196-3-1
Феоктистова Валерия
Владимировна
Научный руководитель:
преподаватель колледжа
Гаврикова Мария Евгеньевна

Челябинск
2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СРЕДСТВАМИ ДИДАКТИЧЕСКОЙ ИГРЫ	9
1.1 Анализ психолого-педагогической литературы по развитию культурно-гигиенических навыков дошкольников	9
1.2 Особенности развития детей с задержкой психического развития	13
1.3 Дидактическая игра как средство развития культурно гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.....	19
Выводы по первой главе.....	26
ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПО РАЗВИТИЮ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ДИДАКТИЧЕСКОЙ ИГРЫ	28
2.1 Выявление уровня развития культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития	28
2.2 Разработка картотеки дидактических игр по развитию культурно-гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития	36
2.3 Анализ опытно-экспериментальной работы по развитию культурно-гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста с задержкой гигиенических навыков	40
Выводы по второй главе.....	43
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	46
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	47
ПРИЛОЖЕНИЕ 1	51

ВВЕДЕНИЕ

Общеизвестно, что здоровье человека закладывается в детстве. Организм ребенка чрезвычайно пластичен, он еще чувствительнее к действиям окружающей среды, чем организм взрослого; и от того, какие действия выполняются - подходящие либо нет, зависит, как сложится его здоровье.

Здоровье подрастающего поколения имеет большое значение, так как в данный период жизни человека – период детства – формируется его физическое и психическое здоровье, закладываются основы здорового образа жизни.

Культурно-гигиенические навыки набор здоровьесберегающих навыков и полезных для общества устойчивых форм повседневного поведения в быту, в общении и различных видах деятельности.

Культурно-гигиенические навыки в значительной степени у детей с нормой формируются в раннем и младшем дошкольном возрасте. С первых дней жизни при формировании культурно-гигиенических навыков идёт не просто усвоение правил и норм культуры поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации, вхождения малыша в мир взрослых. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, рук, тела, причёски, одежды и обуви продиктовано не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений.

У детей с задержкой психического развития формирование культурно-гигиенических навыков происходит чуть позднее и медленнее. Дети с задержкой психического развития не имеют таких тяжелых отклонений в развитии, как умственная отсталость, первичное недоразвитие речи, слуха, зрения, двигательной системы. Основные трудности, которые они испытывают, связаны прежде всего с социальной адаптацией и обучением. Объяснением этому служит замедление темпов созревания психики.

Соблюдение и укрепления здоровья невозможно без соблюдения правил гигиены. Большую роль в развитии гигиены детей сыграли ученые В.И.Молчанов, Г.Н.Сперанский, М.С.Маслов, Н.М. Щелованов, М. Монтессори, А.А Столяр, Е.И. Тихеева, Ф. Фребель, Е.И. Щербакова, З.А.Михайлова, Л.С. Метлина и другие. Их труды содержат сведения не только по диагностике и лечению детских заболеваний, но и по уходу, питанию, закаливанию и воспитанию детей. Крупская Н.К. считает, что «одна из важнейших задач детского сада - привить ребятам навыки, укрепляющие их здоровье». В детском саду у воспитанников формируются: навыки по соблюдению чистоты рук, лица, навыки культуры в приеме пищи, поддержания порядка в окружающей обстановке, а также правильных взаимоотношений детей друг с другом и с взрослыми. Дошкольник, под действием взрослого, достигает успеха в овладении культурно-гигиенических навыков, становится более умелым, более независимым от взрослого, уверенным в своих возможностях. В дальнейшем приобретенные культурно-гигиенические навыки необходимо закреплять и расширять.

В процессе развития культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста с ЗПР очень часто воспитатели уделяют недостаточно внимания данному вопросу, недостаточно создано методических пособий, оттого возникает потребность разработки программы мероприятий, в которой предусматриваются психологические и возрастные особенности таких детей, используются различные формы и приемы работы. Для привития культурно-гигиенических навыков педагоги чаще всего применяют показ, пример, объяснение. Очень редко используют игровые приемы, а ведь содержание культурно-гигиенических навыков у детей этого возраста осваивается, прежде всего, в дидактических играх и игровых ситуациях.

В детском саду дидактическая игра может выполнять несколько функций: игровой метод обучения детей дошкольного возраста, форма

обучения, самостоятельной игровой деятельностью, а также является средством всестороннего воспитания личности ребенка. Дидактическая игра является одним из наиболее эффективных средств развития функций детей. Она позволяет не только развивать логическое мышление, внимание, память, но и обучать ребенка новым знаниям и навыкам. Положительное влияние оказывают игры и на нравственное развитие детей: они способствуют выработке у них организационных навыков, дисциплинированности, самообладания. Достоинство игровых приемов обучения заключается в том, что они вызывают у детей повышенный интерес. Игровые методы и приемы позволяют четко и полно осуществлять учебные задачи в атмосфере легкости и заинтересованности, активности детей [5].

Актуальность проблемы развития культурно - гигиенических навыков детей дошкольного возраста всегда будет стоять на одном из первых мест, в проблеме воспитания дошкольников, поэтому важно данную проблему спустить на менее важные ступени в развитии ребенка. Процесс обучения дошкольников с задержкой психологического развития должен осуществляться с учетом личностно-ориентированных моделей воспитания и быть направлен на создание реальных возможностей в их самообслуживании.

Цель исследования: теоретически изучить проблему развития культурно-гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития и практически доказать необходимость дидактических игр при их развитии.

Объект исследования – процесс развития культурно-гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Предмет исследования – дидактические игры как средство развития культурно-гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Гипотеза: на основе анализа психолого-педагогической литературы нами было выдвинуто предположение, что развитие культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития будет проходить эффективнее, если:

- будет подобран комплекс дидактических игр и включен в совместную деятельность воспитателя с детьми в режимные моменты;
- будут разработаны методические рекомендации для родителей для закрепления культурно-гигиенических навыков в домашних условиях.

Задачи:

1. Изучить процесс развития культурно – гигиенических навыков и их значение для детей младшего дошкольного возраста.

2. Дать характеристику культурно-гигиенических навыков детей с ЗПР младшего дошкольного возраста, выявить особенности развития культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

3. Определить роль дидактических игр в развитии культурно-гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

4. Изучить уровень развития культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

5. Разработать картотеку дидактических игр для развития культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития и создать методические рекомендации для родителей.

6. Проанализировать результаты опытно-экспериментальной работы по развитию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Для решения поставленных задач были использованы следующие методы исследования: анализ научной, методической и учебной литературы по проблеме развития культурно-гигиенических навыков у детей младшего

возраста в игровой деятельности; сравнение, обобщение, наблюдение, а также эксперимент.

Теоретическая значимость данного исследования состоит в том, что проанализирована психолого-педагогическая литература по теме исследования, обобщён опыт исследователей, сделаны выводы.

Практическая значимость исследования заключается в том, что разработанная картотека дидактических игр для развития культурно-гигиенических навыков и методические рекомендации для родителей для закрепления культурно-гигиенических навыков в домашних условиях, могут быть использованы в практической деятельности.

База исследования: Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад №370 г. Челябинска". В работе участвовали 10 воспитанников младшей группы, возрастом 2-3 года.

Структура работы представлена введением, двумя главами, заключением, списком использованной литературы, приложением.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СРЕДСТВАМИ ДИДАКТИЧЕСКОЙ ИГРЫ

1.1 Анализ психолого-педагогической литературы по развитию культурно-гигиенических навыков дошкольников

Культурно–гигиенические навыки у детей воспитываются с самого раннего возраста. При формировании культурно–гигиенических навыков идёт не простое усвоение правил, норм поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации, очеловечивания малыша. Воспитание у детей навыков личной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту. В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки совершенствовались.

Умения – это сформированная у ребенка способность совершать определенные действия на основе полученных знаний.

Навык – это автоматизированное действие, формируемое в результате многократных повторений и упражнений.

Навыки закрепляются в результате многократного выполнения действия, в результате упражнений в правильном его выполнении.

Культурно – гигиенические навыки выступают как важная составная часть культуры поведения. С раннего возраста надо учить ребят мыть руки перед едой, есть из отдельной тарелки, ходить чистыми, стричь волосы, вытряхивать одежду, не пить сырой воды, вовремя есть, вовремя спать, быть больше на свежем воздухе и так далее. У детей младшего дошкольного возраста преобладает конкретное, наглядно – образное мышление. В связи с этим для успешного формирования у них гигиенических навыков необходимо прибегать к показу и объяснению. Воспитатель показывает, как

надо держать ложку, выходить из – за стола, мыть руки. Показ обычно сопровождается объяснением. Детям становится понятна целесообразность требований воспитателя (руки мыть, не лить воду на пол, и так далее). Умелое руководство взрослых сокращает время овладения навыками личной гигиены. Идеально, когда навык перешел в привычку, так как этот переход достигается систематическим повторением его при определённых одинаковых или сходных условиях. Привычки в отличие от навыков создают не только возможность выполнения того или иного действия, а обеспечивают сам факт его осуществления. Привычки выполняют требования личной гигиены и культурного поведения проявляются в разных жизненных ситуациях. Приобретённые привычки становятся устойчивыми и трудно поддаются перевоспитанию.

Для успешного формирования культурно-гигиенических навыков Н.К. Крупская выделяет следующие условия:

1. организация интересной и содержательной для выполнения действий и заданий обстановки в детском саду и дома (мебель, оборудование, соответствующие росту детей, закреплённые места хранения вещей, доступные для пользования и т.д.);

2. распределение сложных осваиваемых действий, но соблюдая строго установленный порядок, на ряд операций, что способствует быстрой выработке прочных динамических стереотипов;

3. повторение упражнений в действиях с выделением способа и порядка их выполнения. При этом характер действий должен быть неизменным, формы - разные;

4. реализация индивидуальной работы с каждым ребенком, учитывая уровень его развития и темпа овладения культурно-гигиеническими навыками;

5. организовывая ситуации формирования культурно-гигиенических навыков необходимо, обеспечивать контроль над выполнением осваиваемых детьми в непривычной обстановке действий;

б. безупречное выполнение всех культурно-гигиенических требований к процессам, со стороны всех взрослых.

Формирование культурно–гигиенических навыков – процесс длительный, в связи с этим одни и те же задачи могут многократно повторяться. Воспитание навыков осуществляется приемами прямого воздействия, упражнения, т. е. путем научения, приучения, поэтому воспитание культурно – гигиенических навыков необходимо планировать в режиме дня [12, с 7].

Режим дня обеспечивает ежедневное повторение гигиенических процедур в одно и то же время, что способствует постепенному формированию навыков и привычек культуры поведения. Упрочение их происходит в играх, во время проведения основной образовательной деятельности, труде, в быту [7, с 20]. Ребенок с момента рождения является социальным существом, ведь уход за ним направлен на введение его в мир взрослых. В младшем дошкольном возрасте дети особенно склонны к подражанию, поэтому в формировании навыков большую роль играет личный пример взрослых. Внешний вид воспитателя и родителей, их поведение должны служить образцом для детей; их указания не должны идти в разрез с собственным поведением, так как ничто не проходит мимо внимательных детских глаз. «Если вы требуете, чтобы дети за обедом не читали книгу, - советовал А. С. Макаренко, - то и сами не должны этого делать. Настаивая, чтобы дети мыли руки перед обедом, не забывайте требовать от себя того же. Во всех этих пустяках гораздо больше значения, чем обыкновенно думают» [20]. Об этом всегда должны помнить не только воспитатели детского сада, но и родители.

Также культурно–гигиенические навыки лежат в основе первого доступного ребенку вида трудовой деятельности – труда по самообслуживанию. Освоение культурно–гигиенических навыков влияет не только на игровую и трудовую деятельность, но и на взаимоотношения ребенка с взрослыми и сверстниками. Освоение культурно – гигиенических

навыков дает возможность сравнить себя с другими детьми: лучше или хуже я умею это делать? Так через сравнение себя с другими складываются предпосылки для формирования самооценки, осознания своих возможностей и умений, а также предпосылки для самоконтроля.

Культурно-гигиенические навыки направлены на самого ребенка. Выполняя санитарно-гигиенические процедуры, малыш осознает самого себя. У него формируется представление о собственном теле. При одевании и умывании, ребенок, рассматривая свое отражение в зеркале, приходит к пониманию некоторых изменений, происходящих в нем самом в ходе бытового процесса: лицо из грязного превратилось в чистое, волосы из растрепанных стали красиво причесанными, ножки обулись в сапожки, на ручки надели рукавички. Ребенок начинает контролировать свой внешний вид: обращает внимание на грязные руки, замечает неполадки в одежде, просит взрослого помочь привести себя в порядок, у малыша формируется потребность в чистоте и опрятности [7, с 26]. То есть действия, их составляющие, совершенствуются сами собой, изменяют самого себя, а не предмет.

В воспитании культурно-гигиенических навыков огромную роль играет педагогическая оценка, то есть положительное или отрицательное суждение педагога об отдельных поступках и поведении ребенка. Более широко воспитатель в своей работе пользуется положительной оценкой: одобрением, поощрением, похвалой. Одобрение поддерживает в детях желание в дальнейшем поступать так же, сделать еще лучше.

Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. В конечном счете, от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых.

1.2 Особенности развития детей с задержкой психического развития

Задержкой психического развития (ЗПР) у детей называют нарушение нормальных темпов развития психики, которое проявляется в замедленном формировании и созревании мышления, эмоционально-волевой сферы, способности запоминать и концентрировать внимание, навыков самоконтроля и социального взаимодействия, моторики. Дошкольников с ЗПР также отличает высокая возбудимость, неустойчивость внимания, повышенная отвлекаемость, быстрая утомляемость - все эти симптомы сначала проявляются на поведенческом уровне и лишь впоследствии в учебной деятельности.

Ученые подчеркивают, что у детей с задержкой психического развития высшие психические функции, познавательная активность, произвольность, речь, знания об окружающем мире развиваются и формируются позже, чем у его сверстников.

К. С. Лебединская выделяет четыре варианта ЗПР: ЗПР конституционального происхождения; ЗПР соматогенного происхождения; ЗПР психогенного происхождения; ЗПР церебрально-органического происхождения [16, с 45].

Конституционального происхождения – состояние задержки определяется наследственностью семейной конституции. В своем замедленном темпе развития ребенок, как бы повторяет жизненный сценарий отца и матери. К поступлению в школу у этих детей наблюдается несоответствие психического возраста его паспортному возрасту, у семилетнего ребенка он может быть соотнесен с детьми 4 – 5 лет. Для детей с конституциональной задержкой характерен благоприятный прогноз развития при условии целенаправленного педагогического воздействия (доступных ребенку занятий в игровой форме, положительном контакте с учителем). Такие дети компенсируются к 10 – 12 годам. Особое внимание необходимо уделить на развитие эмоционально-волевой сферы.

Соматогенного происхождения длительные хронические заболевания, стойкие астении (нервно-психическая слабость клеток головного мозга) приводят к ЗПР. Такие дети рождаются у здоровых родителей, а задержка развития – следствие перенесенных в раннем детстве заболеваний: хронические инфекции, аллергии и т.д. У всех детей с данной формой ЗПР имеет место выраженные астенические симптомы в виде головной боли, повышенной утомляемости, снижение работоспособности, на этом фоне расстройство, переживание, внимание снижается, память и интеллектуальное напряжение удерживается на очень короткое время. Эмоционально-волевая сфера отличается незрелостью при относительно сохраненном интеллекте. В состоянии работоспособности могут усваивать учебный материал. Склонны фиксировать внимание на своем самочувствии и могут воспользоваться этими способностями для того, чтобы избежать трудностей. Испытывают трудности в адаптации к новой среде. Дети с соматогенной ЗПР нуждаются в систематической психолого-педагогической помощи.

ЗПР психогенного происхождения. Дети этой группы имеют нормальное физическое развитие, функционально полноценные мозговые системы, соматически здоровы. Задержка психического развития психогенного происхождения связана с неблагоприятными условиями воспитания, вызывающими нарушение формирования личности ребенка. Эти условия – безнадзорность, часто сочетающаяся с жестокостью со стороны родителей, либо гиперопека, что тоже является крайне неблагоприятной ситуацией воспитания в раннем детстве. Безнадзорность приводит к психической неустойчивости, импульсивности, взрывчатости и, конечно, безынициативности, к отставанию в интеллектуальном развитии.

ЗПР церебрально-органического происхождения. Причиной нарушения темпа развития интеллекта и личности становятся грубые и стойкие локальные разрушения созревания мозговых структур (созревание коры головного мозга), токсикоз беременной, перенесенные вирусные

заболевания во время беременности, грипп, гепатит, краснуха, алкоголизм, наркомания матери, недоношенность, инфекция, кислородное голодание. У детей этой группы отмечается явление церебральной астении, которое приводит к повышенной утомляемости, непереносимости дискомфорта, снижение работоспособности, слабая концентрация внимания, снижение памяти и, вследствие этого, познавательная деятельность значительно снижена. Мыслительные операции не совершенны и по показателям продуктивности приближены к детям с олигофренией. Такие дети знания усваивают фрагментарно. Стойкое отставание в развитии интеллектуальной деятельности сочетается у этой группы с незрелостью эмоционально-волевой сферы. Им необходима систематическая комплексная помощь медика, психолога, дефектолога.

Характеризуя детей с задержанным развитием можно отметить следующее:

1. внимание - все характеристики внимания (избирательность, устойчивость, концентрация, переключаемость, распределение) у детей с ЗПР снижены по сравнению с нормой, повышена истощаемость;
2. в сенсорно-перцептивной сфере – незрелость различных систем анализаторов (особенно выделяется недостаточность образов слуховой и зрительной модальностей), неполноценность зрительно-пространственной, вербально-пространственной ориентированности;
3. в психомоторной сфере – разбалансированность двигательной активности (гипер- и гипоактивность), импульсивность, трудность в овладении двигательными навыками, нарушения координации движений;
4. в мнемической сфере – преобладание механической памяти над абстрактно-логической, непосредственного запоминания – над опосредованным, снижение объемов кратковременной и долговременной памяти, значительное снижение способности к произвольному запоминанию;

5. в мыслительной сфере – преобладание более простых мыслительных операций (анализ и синтез), снижение уровня логичности и отвлеченности мышления, трудности перехода к абстрактно-аналитическим формам мышления;

6. в речевом развитии – ограниченность словарного запаса, особенно активного, замедление овладения грамматическим строем речи, дефекты произношения, трудности овладения письменной речью; если при олигофрении речь страдает на уровне слова, то у детей с ЗПР – на уровне построения фразы. При этом основные трудности возникают не на уровне ситуативной, разговорной речи, а при ее использовании в интеллектуальном процессе. Речь не способна осуществлять регуляторные функции;

7. в эмоционально-волевой сфере – незрелость эмоционально-волевой деятельности, инфантилизм, нескоординированность эмоциональных процессов;

8. личность – нет развитой самооценки, устойчивости и критичности, не может правильно уловить смысл оценки окружающих, поэтому не регулирует свое поведение; характерна дезадаптивность побуждений и интересов;

9. межличностные отношения имеют свою специфику: низкая потребность в общении сочетается с дезадаптивными формами взаимодействия (отчуждение, избегание конфликтов); контакты мимолетны, неустойчивы; повышенная возбудимость ведет к тому, что импульсивное поведение чаще всего превращается в цепочку реакций (крик, драки, ссоры, бурные обиды и т.п.) и неадекватных способов выхода из конфликтов. Аффективные реакции быстро закрепляются и могут повторяться уже без видимых причин; общая незрелость приводит к примитивной зависимости от более волевых членов коллектива, подчиненности им;

10. деятельность–преобладание игровых мотивов, стремление к получению удовольствия, низкий уровень произвольности, навыков самоконтроля и самоорганизации, недостаточность ориентировочной

деятельности, быстрая пресыщаемость любыми видами деятельности; в целом – недоразвитие мотивационно-целевой основы деятельности при относительно сохранной ее операционально-технической стороны.

Развитие культурно-гигиенических навыков у детей с ЗПР не сильно отличаются от нормы, скорее требует более глубокого подхода и повторения. Л.С. Выготский писал, что «...развитие ребенка с ОВЗ подчиняется тем же закономерностям, что и развитие нормального ребенка...», но требует индивидуального подхода.

Участие ребёнка во всех процессах должно сопровождаться положительными эмоциями, игровыми действиями, стимулирующими интерес к формированию культурно-гигиенических навыков и привычек к самообслуживанию важно происходить не изолированно, а в тесной связи с другими направлениями коррекционно-воспитательной работы.

Содержание коррекционной работы по развитию культурно-гигиенических навыков у дошкольников с задержкой психического развития заключается в формировании некоторых компонентов. Например, прием пищи, детей учат пользоваться столовыми приборами (с учетом индивидуальных возможностей), идет обучение правил приема пищи и поведения за столом. Если рассмотреть гигиенические навыки, то обучают выполнять утренние и вечерние процедуры, как правильно использовать туалетные принадлежности, соблюдение правил хранения принадлежностей и идет обучение благодарить за помощь взрослых и сверстников. А также, что касается одежды и внешнего вида, обучают различать виды одежды и выбирать по сезону, соблюдению порядка, правильное выполнение последовательности одевания и раздевания, обучение как правильно застёгивать и растягивать пуговицы, молнии, обучение контроля за опрятностью своего внешнего вида и многое другое.

Перечисленные задачи реализуются в процессе дня и режимных моментах с чередованием различных видов деятельности и отдыха. Во время развития культурно-гигиенических навыков педагоги должны

придерживаться, принципам работы с детьми, имеющими ЗПР, а также принимать во внимание возрастные и индивидуальные особенности детей.

Воспитатели в ДООУ должны помнить об этом и создавать соответствующие условия.

По мере усвоения культурно - гигиенических навыков обобщаются, открываются от соответствующего им предмета и переносятся в игровую, воображаемую ситуацию, тем самым влияя на становление нового вида деятельности - игры. В играх дошкольник отражает (особенно поначалу) бытовые действия, прежде всего потому, что они ему хорошо знакомы и неоднократно совершались по отношению к нему самому. Усвоение культурно - гигиенических навыков обобщают содержание детских игр, а игры в свою очередь становятся показателем усвоения культурно - гигиенических навыков.

Культурно - гигиенические навыки лежат в основе первого доступного ребенку виду трудовой деятельности - труда по самообслуживанию. Малыш научился одевать белье, колготки, туфли и начинает осваивать последовательность одевания: что сначала, что потом. При этом сформированные навыки объединяются, образуя схемы действий в ситуациях одевания, умывания, укладывания спать и т.д. То есть происходит укрепление единиц действия, когда малыш работает уже не с одним элементом, а с их группой. Постепенно трудовые действия объединяются в сложные формы поведения. При этом он переносит отношение к себе на отношение с предметом, начинает следить за чистотой не только своего внешнего вида, но и своих вещей, за порядком.

Культурно-гигиенические навыки являются основой первого из доступных видов трудовой деятельности. Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей с задержкой психического развития – это первая ступень для успешной социализации ребенка в общество [5]. Для наилучшего развития культурно-гигиенических навыков, педагог должен вызвать желание у ребенка действовать определенным образом.

Для воспитания культурно-гигиенических навыков во всех возрастных группах педагоги могут применять такие методы работы как: показ, пример, объяснение, пояснение, поощрение, беседы, упражнения в действиях, так же используются дидактические игры для усвоения норм и правил.

Если выстроить обучение правильно, ребенок начинает осваивать новые культурно-гигиенические навыки. Начинает переносить отношение к себе на отношение к окружающим предметам, он постепенно начинает замечать неполадки не только своего внешнего вида, но и своих вещей, следит за порядком в группе и дома. Сформированные культурно-гигиенические навыки у детей с задержкой психического развития помогают ребенку перейти от простых видов деятельности к более сложным видам деятельности, такой постепенный способ способствует развитию и обогащению содержания деятельности детей.

Развитие и воспитание культурно-гигиенических навыков у ребенка первый шаг к здоровью человека. Это основа для развития физически крепких и здоровых детей. Педагоги и родители должны постоянно помнить, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течение всей его жизни. Формируя и развивая у детей дошкольного возраста культурно-гигиенические навыки, мы параллельно влияем на многие психические процессы ребенка.

1.3 Дидактическая игра как средство развития культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития

В процессе развития культурно-гигиенических навыков целесообразно уделять большое внимание дидактической игре, она занимает важное место в жизни дошкольников [22].

В отечественной психологии и педагогике теорию игры разрабатывали К.Д. Ушинский, П.П. Блонский, Г.В. Плеханов, С.Л. Рубинштейн, Л.С. Выготский, Н.К. Крупская, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин, В.С. Мухина, А.П. Усова А.С, Макаренко и другие.

Ушинский К.Д. считал игру свободной деятельностью ребёнка, вносящей в его развитие такой вклад, какой не может сравниться ни с чем другим. Обучение в форме игры должно быть интересным, занимательным. Дидактические игры, игровые задания и приёмы повышают восприимчивость детей, приносят разнообразие в учебную деятельность ребёнка, вносят занимательность [29].

Психолог Запорожец А.В., оценивая роль дидактической игры писал: «Нам необходимо добиться того, чтобы дидактическая игра была не только формой усвоения отдельных знаний и умений, но и способствовала бы общему развитию ребёнка, служила формированию его способностей» [26].

В игре усваиваются понятия, приобретаются навыки, дети раскрепощаются, снимают состояние неловкости, неуверенности в себе. Игра открывает перед воспитателем большие возможности в формировании культуры поведения. Ребёнок подражает действиям героя, отношениям к людям, вещам, его чувствам, переживаниям. Воспитательное значение игр усиливается потому, что у них общие переживания, интересы. Игры – это средство воспитания, показатель глубины чувств, представлений детей. В воспитательных целях используют дидактические игры. Они воспитывают добрые чувства [6].

Дидактические игры – это отличная возможность расширить представления детей о мире, который их окружает. Кроме развития наблюдательности они направлены на то, чтобы научить определять различные признаки предметов, например их цвет, форму, величину и так далее. Именно во время игрового процесса дети и могут установить самую простую связь между тем или иным объектом и событием.

Дидактические игры являются хорошей формой упражнения в освоении культурно-гигиенических навыков. Используя их, воспитатель закрепляет у детей навыки, которые вырабатываются в повседневной жизни. При этом видное место отводится дидактическим играм: «Накорми куклу обедом», «Уложи куклу спать», «Оденем куклу на прогулку» и т.д. Особое внимание следует уделить игровому методу, потому что игра является ведущим видом деятельности ребенка дошкольного возраста, посредством игры ребенок лучше запоминает и устанавливает причинно-следственные связи [6].

Любые дидактические игры – это сочетание трех компонентов: игрового замысла, действий и определенных правил. Причем принимать в ней участие может как один ребенок, так и целая группа – в этом преимущество данного метода организации деятельности детей. Игровой замысел нужен для развития познавательной активности, он позволяет каждому ребенку проявить свои умения и способности, знания и навыки. Правила дают возможность регулировать поведение детей в процессе деятельности. Важно, чтобы каждая дидактическая игра была законченной, дети должны четко видеть конечный результат. Современные дидактические игры – это широкое разнообразие средств для обучения различным навыкам.

Можно выделить следующие виды дидактических игр:

1. Игра с предметами (игрушками).

В данных играх ребята должны выполнять определенные роли. Также к данной группе дидактических игр можно отнести различные игры инсценировки, с помощью которых уточняется представление о различных предметах. Например: «Научим мишку раздеваться».

Цель: Учить самостоятельно снимать шапку, варежки.

Материал: Игрушка-мишка.

Ход: Дети приходят с прогулки, на пеленальном столе сидит мишка: «Посмотрите, ребята. Нас встречает мишка, он знает, что вы умеете сами

снимать варежки» Воспитатель показывает детям, как надо снимать варежки, сопровождая действия словами: «Возьмём ручкой эту варежку и потянем, а теперь эту и тоже потянем. Вот как мы умеем, мишка. А сейчас детки сами снимут шапки, хорошо. Покажите их мишке. Давайте я уберу ваши шапочки. Посиди, мишка, посмотри, как дети будут раздеваться». После того как дети разденутся, они прощаются с медведем и идут в группу.

2. Настольно-печатная игра. Этот вид игр весьма разнообразен по содержанию, обучающим задачам, оформлению. Данные игры уточняют и расширяют представления детей об окружающем мире, систематизируют знания, развивают мыслительные процессы.

Например: «Подбери картинки»

Цель: уточнить представления детей о предметах личной гигиены, формировать навыки здорового образа жизни.

Материал: картинки различных предметов, картинки с изображением предметов личной гигиены.

Ход: воспитатель просит выбрать только картинки с изображением предметов, помогающих ухаживать за телом (лицом, зубами, волосами).

3. Словесная игра отличается тем, что процесс решения обучающей задачи осуществляется в мыслительном плане, на основе представлений и без опоры на наглядность [6].

Например: «Чистоплотные дети».

Цель: проверить знания детей о предметах гигиены и их назначении.

Ход игры: Воспитатель говорит детям, что хочет убедиться в том, что они чистоплотные и аккуратные: пусть они скажут, что нужно для того, чтобы волосы, руки и лицо были чистыми (чем больше они смогут об этом рассказать, тем лучше). Затем воспитательница говорит: «Руки». Дети, которых она вызывает, отвечают: «Мыло, щетка, полотенце». Подобным же образом дети реагируют на слова «волосы» (гребень, щетка, ножницы, шампунь, мыло, «купание» (ванна, полотенце, душ, умывальник, губка, мыло и пр.) Вариант: воспитательница задает вопрос: «Что нам нужно, когда

мы утром встаем?» Дети знают, что должны назвать предметы гигиены, которые используются утром (щетка для рук, паста, мыло, платок).

Дидактические игры на занятиях могут быть организованы в разных формах: путешествия, поручения, предложения, загадки и беседы – все это лишь малая часть того, как можно преобразить урок, сделать деятельность ребят более цельной и интересной [6].

Игра, используемая для обучения, должна содержать, прежде всего, обучающую, дидактическую задачу. Играя, дети решают эту задачу в занимательной форме, которая достигается определенными игровыми действиями. Для развития культурно-гигиенических навыков целесообразно использовать все виды дидактических игр. Основная цель дидактических игр по усвоению культурно-гигиенических умений заключается в том, чтобы они, грамотно подобранные и организованные педагогом, постепенно становились частью самостоятельной деятельности дошкольников.

Дидактическая игра способствует расширению представлений, закреплению и применению знаний полученных на занятиях и в непосредственном опыте детей. Игра делает процесс обучения лёгким, занимательным. Она является одним из приёмов воспитания целеустремлённости, самостоятельности, сдержанности и ориентировки в условиях создаваемых игрой. В ней воспитываются навыки поведения в коллективе, закрепляется дружба. Воспитательная ценность дидактических игр заключается в том, что она подвластна педагогу, создаётся им, входит в фонд педагогических средств, постепенно усваивается детьми, и становится содержанием их самостоятельной деятельности. Она проходит как игра – занятие. Воспитательное влияние игры определяется направленностью содержания. Их воспитательное значение сводится к формированию взаимоотношений детей, умение вместе играть, помогать друг другу и радоваться успеху товарища, в развитии самостоятельности. Игра содействует обучению. Но она не осуществляет систематического обучения. Как самостоятельная игровая деятельность она осуществляется

тогда, когда дети проявляют интерес к игре, её правилам и действиям. Воспитатель заботится об усложнении игр.

Руководство дидактической игрой требует большого педагогического мастерства, такта. Решая через игру и в игре дидактические задачи, воспитатель должен сохранить игру - деятельность интересную, близкую детям, радующих их, содействующую общению детей, возникновению укреплению дружбы, симпатии, формированию коллектива, живущего по законам «детского общества».

Дидактической игре присущи две функции в процессе обучения. Первая функция - совершенствование и закрепление знаний. При этом ребенок не просто воспроизводит знания в том виде, в каком они были усвоены, а трансформирует, преобразовывает их, учится оперировать ими в зависимости от игровой ситуации. Вторая функция дидактической игры заключается в том, что дети усваивают новые знания и умения разного содержания.

Если у детей угасает интерес к игре, воспитатель вместе с детьми придумывает новые, более сложные правила. В играх, помимо формирования самостоятельности, активности, устанавливается атмосфера доверия. Соблюдение правил в игре требует от детей определенных усилий воли, умения обращаться со сверстниками, преодолевать отрицательные эмоции, проявляющиеся из-за неудачного результата. Важно, определяя правила игры, ставить детей в такие условия, при которых они получали бы радость от выполнения задания. Используя дидактическую игру в образовательном процессе, через ее правила и действия у детей формируют корректность, доброжелательность, выдержку.

Основные правила для организации дидактических игр направленных на развитие культурно - гигиенических навыков:

- Необходим учет возрастных особенностей детей.

- Место проведения готовят заблаговременно, оно должно соответствовать санитарным нормам.

- Дидактические игры проводятся как в режимные моменты, так и во время непрерывной образовательной деятельности продолжительностью не более 15 минут.

- Важно во время игр давать детям рекомендации, подбадривать их.

- Для поддержания интереса детей, структура дидактических игр, место занятий, формы и организация проведения должны быть вариативными.

Дидактические игры организуются по плану в часы занятий. Самостоятельно дети могут играть в дидактические игры на занятиях и вне их. Широкий простор для воспитания самостоятельности в игре представляется детям в отведённые часы, здесь они самостоятельны в выполнении правил и действий, в выборе игры, партнёра, в создании новых игровых вариантов, в выборе водящего.

Многие дидактические игры формируют культурно-гигиенические навыки. В ней дети выражают социальные чувства, стремления сделать всё сообща. Игра укрепляет коллективные эмоции, переживания. Чтобы успешно воспитывать детей, надо хорошо знать их индивидуальные особенности [23].

Культурно-гигиенические навыки - важная составляющая часть культуры поведения. Педагоги и родители должны постоянно помнить, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течение всей его последующей жизни.

Овладение навыками самообслуживания (умения одеваться и раздеваться, ухаживать за собой, пользоваться туалетом, самостоятельно принимать пищу, умываться) напрямую влияет на самооценку ребёнка, является важным шагом на пути к его независимости. Учитывая, что основной деятельностью младшего дошкольника является игровая деятельность, нужно учить детей элементарным навыкам самообслуживания с помощью дидактических игр.

Выводы по первой главе

Культурно-гигиенические навыки - важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, тела, причёске, одежды, обуви, продиктована не только требованиями гигиены, но и норм человеческих отношений.

С самого раннего возраста важно воспитывать у ребенка полезные для здоровья навыки, закреплять их, чтобы они стали привычками. Воспитывая культурно – гигиенические навыки следует опираться на возможности ребенка, его индивидуальные особенности, поддерживая интерес к этому процессу.

Участие ребенка с ЗПР во всех процессах должно сопровождаться положительными эмоциями, игровыми действиями, стимулирующими интерес к формированию культурно-гигиенических навыков и привычек к самообслуживанию важно происходить не изолированно, а в тесной связи с другими направлениями коррекционно-воспитательной работы. Все режимные моменты планируются на основе постепенного включение особых детей в процессе развития культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания [23]. Особое внимание воспитателя требует организация быта повседневной жизни детей. Многие элементы быта повторяются изо дня в день, что составит успешное формирование навыков культуры гигиены. Через воспитание и формирование у детей культурно-гигиенических навыков необходимо возлагать на детей в повседневной жизни обязанности, элементы самообслуживания, хозяйственно-бытового труда, с которым они в состоянии справиться. В результате именно в повседневной жизни особенно наглядно можно видеть, насколько они стали его потребностью.

В процессе повседневной работы с детьми с ЗПР необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них

естественным, а гигиенические навыки и навыки самообслуживания с возрастом постоянно совершенствовались.

Дидактические игры помогают лучше развить культурно - гигиенические навыки, так как в ситуации игры процессы восприятия протекают в сознании ребенка с ЗПР более быстро и точно, а в младшем дошкольном возрасте игра – это основной вид деятельности.

ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПО РАЗВИТИЮ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ДИДАКТИЧЕСКОЙ ИГРЫ

2.1 Выявление уровня развития культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития

Опираясь на теоретические положения процесса для формирования культурно - гигиенических навыков, учитывая психолого - педагогические особенности детей дошкольного возраста с ЗПР, нами была проведена работа опытно-экспериментального характера.

Исследование проходило: МБДОУ «Детский сад № 370 г. Челябинска». В исследовании принимали участие 10 детей.

Цель констатирующего этапа эксперимента: выявить уровень развития культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Для изучения навыков самообслуживания у детей младшего дошкольного возраста с ЗПР была использована Программа «От рождения до школы» Н.Е. Веракса, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, а также материал из книги Е.В. Моржиной «Формирование навыков самообслуживания на занятиях и дома», которая предполагала оценку состояния следующих навыков в процессе наблюдения за детьми с ЗПР [14, 26].

Диагностика навыков самообслуживания у детей младшего возраста основывалась на следующих пунктах:

1. Навыки опрятности: умывание, пользование полотенцем, пользование носовым платком, пользование расческой.

2. Навыки приема пищи: пользование ложкой, поведение за столом (соблюдение аккуратности во время приема пищи, отсутствие разговоров и баловства), умение пользоваться салфеткой, благодарить.

3. Навыки одевания/раздевания: одевание футболки (джерси, платья); расстегивание молнии; надевание колготок; надевание носков; надевание обуви (сандалий, сапог). Снять варежки, снять шапку, снять ботинки, снять расстегнутую куртку; спустить и стащить с себя брюки и колготки.

Таблица 1 – Диагностика «Навыки опрятности»

Навык	Умение
1	2
Умывание	<ul style="list-style-type: none"> • Завернуть рукава. • Намылить ладони до образования пены, потереть ими друг о друга. • Смыть мыло под струей воды. Вымыть лицо. • Высморгаться: зажимая то одну, то другую ноздрю (с усилием «выдуть» струю воздуха). • Еще раз обмыть водой руки. • Снять полотенце. • Насухо вытереть лицо и руки.
Пользование полотенцем	<ul style="list-style-type: none"> • Снять полотенце с крючка. • Положить его на одну руку, затем «спрятать» под него вторую руку. • Ровно держа полотенце посередине, поднести его к лицу, наложить на него, прижимая, касаться каждой части лица. • Насухо вытерев лицо, освободить одну руку из—под полотенца и вытирать ее движениями руки, спрятанной под ним. • Поменять руки местами.
Пользование носовым платком	<ul style="list-style-type: none"> • Знать назначение носового платка. Не использовать его как предмет игры. • Находить носовой платок в кармане платья, кофты, рубашки, пальто и т.п. • Самостоятельно доставать платок из кармана

Продолжение таблицы 1

1	2
	(в случае необходимости обращаться за помощью). <ul style="list-style-type: none"> • Разворачивать и сворачивать платок, аккуратно класть его в карман. • Обращать внимание на чистоту носового платка.
Пользование расческой	<ul style="list-style-type: none"> • Знать свою расческу и место, где она лежит. • Спокойно относиться к процедуре причесывания, повторять ее по мере надобности.

Таблица 2 – Диагностика «Навыки приема пищи»

Навык	Умение
1	2
Пользование ложкой	<ul style="list-style-type: none"> • Ложку взять тремя пальцами правой руки, чуть ниже рукоятки. • Наполненная ложка должна находиться в горизонтальном положении. • Поднять вертикально до уровня рта. • По прямой направить ложку в рот. • Ложку необходимо подносить не сужающейся, а боковой стороной. • Брать еду с ложки губами, а не языком.

Таблица 3 – Диагностика «Навыки одевания и раздевания»

Навык	Умение
1	2
Навыки раздевания	<ul style="list-style-type: none"> • Снять варежки. • Снять шапку. • Снять ботинки. • Закончить расстегивать молнию, начатую

Продолжение таблицы 3

1	2
	<p>взрослым.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Снять расстегнутую куртку. • Спустить и стащить с себя штаны и колготки.
<p>Навыки одевания футболки, джемпера, платья:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Взять футболку (джемпер) в обе руки. • Определить изнаночную и лицевую сторону (швы на изнаночной стороне). • Определить перед и зад (сзади находится бирка). • Расположить футболку (джемпер) задом к себе. • Просунуть голову в ворот, а руки в рукава джемпера или футболки • Надеть рубашку, не застегивая ее. • Застегнуть разъемную молнию (взрослый соединяет замок).
<p>Надевание колготок</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Взять колготки обоими руками за резинку. • Найти изнанку и лицо (лицо снаружи). • Примерить колготки. Повернуть колготки двумя швами к себе. • Собрать чулок в гармошку, надеть на ножку носок. • Встать и колготки натянуть до пояса.
<p>Надевание носочков</p>	<ul style="list-style-type: none"> • не путать лицевую и изнаночную сторону, следить, чтобы «пяточка» была снизу.

Продолжение таблицы 3

1	2
Надевание трусиков	<ul style="list-style-type: none"> • не путать лицевую и изнаночную сторону, переднюю и заднюю часть.
Надевание обуви (сандалий)	<ul style="list-style-type: none"> • Поставить обувь так, чтоб они смотрели друг на друга. • Пальчиками левой руки придерживать пряжку застежки, а пальчиками правой – держать ремешок почти за краешек. • Просунуть ремешок в пряжку и отодвинуть его назад. • Потянуть ремешок в сторону, а теперь указательным пальчиком левой руки просунуть «язычок» в нужную нам дырочку. • Теперь кончик ремешка вставить в металлическую петельку пряжки, чтобы получились «воротики». • Нажать пальцем на «воротики», чтобы ремешок проскочил.

За каждый элемент самообслуживания определяется уровень:

Низкий уровень - ребенок выполняет действия с помощью взрослого; стремление к самостоятельности недостаточно выражено; ожидает помощи даже в освоенных микропроцессах.

Средний уровень - ребенок выполняет действия самостоятельно; требуется помощь взрослого в выполнении целостных трудовых процессов и в контроле качества. Яркое выражение стремления к самостоятельности в самообслуживании, желание самоутвердиться. По предложению

воспитателя охотно оказывает помощь сверстникам (завязать шарф сзади, помочь стянуть шубку с плеч и пр.).

Высокий уровень - ребенок выполняет самообслуживание самостоятельно, с хорошим качеством, при небольшой помощи взрослого или сверстника. Активно отстаивает самостоятельность, обнаруживает устойчивое стремление к оказанию помощи взрослому и сверстнику.

Результаты проведенной начальной диагностики сформированности каждой из групп навыков культуры гигиены у детей младшего дошкольного возраста представлены в таблицах № 4-7.

Таблица 4 – Сформированность навыков «Опрятность» у детей младшего дошкольного возраста с ЗПР на констатирующем этапе эксперимента

Ребёнок	Навык Умывания	Навык Пользования полотенцем	Навык пользования носовым платком	Навык Расчесывание	Уровень сформированности «Опрятность»
1	2	3	4	5	6
Ребенок 1	Средний	Средний	Низкий	Высокий	Средний
Ребенок 2	Низкий	Средний	Средний	Высокий	Средний
Ребенок 3	Средний	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий
Ребенок 4	Низкий	Средний	Средний	Средний	Средний
Ребенок 5	Низкий	Низкий	Низкий	Средний	Низкий
Ребенок 6	Средний	Низкий	Средний	Высокий	Средний
Ребенок 7	Низкий	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
Ребенок 8	Высокий	Средний	Средний	Средний	Средний
Ребенок 9	Низкий	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
Ребенок 10	Средний	Средний	Средний	Высокий	Средний

Таблица 5 - Сформированность навыков «Прием пищи» у детей младшего дошкольного возраста с ЗПР на констатирующем этапе эксперимента

Ребёнок	Навык Пользование ложкой	Уровень сформированности «Прием пищи»
1	2	3
Ребенок 1	Средний	Средний
Ребенок 2	Средний	Средний
Ребенок 3	Средний	Средний
Ребенок 4	Средний	Средний
Ребенок 5	Низкий	Низкий
Ребенок 6	Средний	Средний

Продолжение таблицы 5

1	2	3
Ребенок 7	Низкий	Низкий
Ребенок 8	Средний	Средний
Ребенок 9	Низкий	Низкий
Ребенок 10	Средний	Средний

Таблица 6 - Сформированность навыков «Одевание и раздевание» у детей младшего дошкольного возраста с ЗПР на констатирующем этапе эксперимента

Ребёнок	Навык раздевания	Навык одевания футболки, джемпера, платья	Навык одевания колготок	Навык одевания носочков	Навык одевания обуви	Уровень сформированности «Одевание и раздевание»
1	2	3	4	5	6	7
Ребенок 1	Средний	Средний	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
Ребенок 2	Низкий	Средний	Средний	Низкий	Средний	Средний
Ребенок 3	Средний	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий
Ребенок 4	Низкий	Низкий	Низкий	Средний	Средний	Низкий
Ребенок 5	Низкий	Низкий	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
Ребенок 6	Средний	Низкий	Средний	Высокий	Средний	Средний
Ребенок 7	Низкий	Средний	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
Ребенок 8	Низкий	Средний	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
Ребенок 9	Средний	Средний	Средний	Низкий	Низкий	Средний
Ребенок 10	Низкий	Низкий	Средний	Низкий	Средний	Низкий

Таблица 7 - Сформированность культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с ЗПР на констатирующем этапе эксперимента

Ребёнок	Процессы применения навыков			Итоговый результат
	1- Опрятность	2 – Прием пищи	3 – Одевание / Раздевание	
1	2	3	4	5
Ребенок 1	Средний	Средний	Низкий	Средний
Ребенок 2	Средний	Средний	Средний	Средний
Ребенок 3	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
Ребенок 4	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
Ребенок 5	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
Ребенок 6	Средний	Низкий	Средний	Средний
Ребенок 7	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
Ребенок 8	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
Ребенок 9	Низкий	Низкий	Средний	Низкий
Ребенок 10	Средний	Высокий	Низкий	Средний

Анализ результатов показал, что на констатирующем этапе эксперимента уровень сформированности культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста был следующим: высокий уровень-1 ребенок (10 %); средний уровень – 4 детей (40%); низкий –5 дошкольников (50%).

Наглядно полученные результаты представлены в диаграмме на рисунке 1.

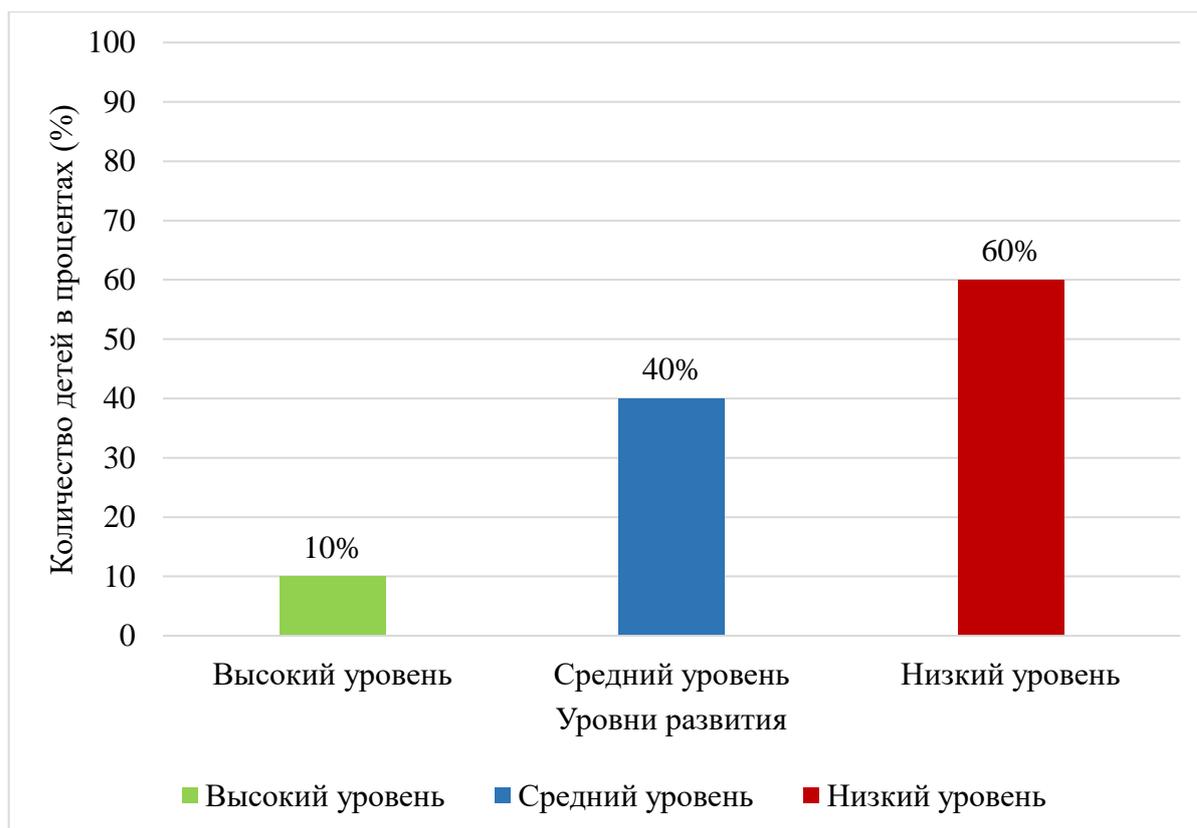


Рисунок 1 - Уровень сформированности культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников на констатирующем этапе эксперимента

Анализируя полученные результаты, мы отметили, что у большинства детей младшего дошкольного возраста обследуемой группы навыки культуры гигиены находятся в стадии становления – это дети, продемонстрировавшие средний уровень их сформированности, у остальных дошкольников навыки не сформированы – это дети с низким уровнем.

Анализируя условия, созданные для осуществления работы по формированию у детей культурно-гигиенических навыков, мы отметили, что педагоги данной группы, чаще всего, для осуществления деятельности в этом направлении применяют показ, пример и объяснение. Очень редко воспитатели использовали игровые приемы, не учитывая того, что содержание культурно-гигиенических навыков у детей в данный возрастной период осваивается, прежде всего, в дидактических играх и игровых ситуациях, поскольку игра является ведущим видом деятельности.

Таким образом, результаты констатирующего этапа привели нас к определению дальнейшей работы по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с ЗПР, уделив особое внимание применению дидактических игр.

2.2 Разработка картотеки дидактических игр по развитию культурно-гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста с задержкой психического развития

Для повышения уровня сформированности культурно-гигиенических навыков у детей с выявленным низким и средним уровнем применим дидактические игры. Мы предполагаем, что игровые упражнения и игры, будут способствовать успешному освоению культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания.

Цель формирующего этапа эксперимента: повышение уровня развития культурно - гигиенических навыков посредством дидактических игр у детей младшего дошкольного возраста с ЗПР.

Для осуществления данной цели потребовалось разработать картотеку дидактических игр. (Приложение 1). Так как культурно-гигиеническое воспитание, осуществляемое в дошкольном учреждении, не должно прерываться и в домашних условиях, были разработаны рекомендации для родителей по развитию культурно-гигиенических навыков в период выходных дней и в вечернее время. (Приложение 2).

Работа осуществлялась в утренние и вечерние отрезки времени как индивидуально, так и по подгруппам. Главное условие – регулярность работы, а также непрерывность воспитательного процесса. Только в этом случае сформированные у детей навыки становятся осознанными действиями, а затем и привычкой [23].

В разработанной нами картотеке представлены дидактические игры на формирование культурно-гигиенических навыков, для проверки и закрепления знаний о предметах гигиены и много другое. Все игры разделены на разделы:

- Игры, направленные на опрятность.
- Игры, направленные на закрепление знания детей о столовой посуде, обучение поведению за столом.
- Игры, направленные на обучение одеванию и раздеванию.

Для более успешного формирования и закрепления навыков личной гигиены проводились игры, сочетающие в себе словесный и наглядный методы, использовались потешки, присказки, которые очень нравятся детям.

Показ любого игрового действия давался детям таким образом, чтобы были выделены отдельные операции – вначале наиболее существенные, затем дополнительные. Показ действия малышам обязательно сопровождался проговариванием («Теперь сложим ладошки и превратим их в лодочки»). Это помогало детям видеть наиболее существенные моменты, осмыслить действие в целом. Объяснение нового действия сначала давалось очень подробно, потом постепенно сужалось и сводилось к напоминанию правила, которое было обращено ко всем или отдельным детям. Особенно удачной являлась косвенная форма, когда мы заранее выражали уверенность в том, что дети правильно выполнят наши указания. Например, при проведении игры «Делаем прическу» воспитатель, проговаривала «Сейчас я посмотрю, как дети правильно расчешутся. Наверное, сверху вниз». Таким образом, мы не только детям указывали на их действия, но и

напоминали, как нужно правильно выполнить это указание. Мы старались добиваться от дошкольников точного и четкого выполнения действий, в правильной последовательности. В отдельных случаях, приходилось производить полный пассивный показ действий, чтобы ребенок усвоил необходимые действия.

Для игр были специально подобраны наборы материалов по гигиеническому воспитанию: разнообразные сюжетные картинки, символы [23]. В процессе игр сообщали детям разнообразные сведения: о значении гигиенических навыков для здоровья, о последовательности гигиенических процедур в режиме дня, формировал у детей представление о пользе чистых рук. В работе широко использовался прием поощрения. Главное было сделать так, чтобы выполнение требований взрослого стало нормой поведения, потребностью ребенка.

Включение в игру сказочного персонажа Мойдодыра способствовало тому, что дети могли давать моральную оценку действиям героев сказки. Несомненно, что сначала она ещё основана на переносе общего эмоционального отношения ребёнка к персонажу: нравится, значит, «хороший», не нравится, значит, «плохой». Но постепенно дети формулировали пояснения: плохой, потому что грязный, невымытый, его все боятся, с ним не хотят дружить, от них все убегают. Работа способствовала тому, что у детей начинали складываться моральные понятия "хорошо", "плохо" [23].

Организованная работа по формированию культурно-гигиенических навыков на наш взгляд оказала влияние на развитие нравственных чувств дошкольников. Дети испытывали удовольствие от того, что они сначала выполняли действия вместе со взрослым, а потом самостоятельно. Но еще большее удовольствие дети испытывали от правильно выполненных действий, что подтверждалось соответствующей оценкой взрослого. Стремление заслужить одобрение, похвалу являлось стимулом,

побуждающим малышей к правильному выполнению действий: "Я хороший, потому что всё делаю правильно!".

Так же было посвящено время играм на формирование навыков приема пищи за столом. В играх дети знакомились с назначением посуды, обучались выполнению предметно-игровых действий (расставлять чашки, блюда, раскладывать ложки, кормить куклу ложкой из глубокой тарелки, поить куклу компотом).

Дидактические игры с куклой вызывали особый интерес у детей. Эти игры помогали активизировать даже самых застенчивых и малоактивных детей, способствовали проявлению детского творчества. Проводились дидактические игры, связанные с развитием навыков в одевании и раздевании одежды. Дети закрепляли навыки в последовательном одевании и снятии одежды, подборе одежды соответственно погодным условиям и одевания её в нужной последовательности. В начале игр с детьми проводились беседы, которые способствовали правильному выполнению игровых действий. Отработка навыков проходила по принципу усложнения. Сначала демонстрировали действия на кукле, затем привлекали ребёнка и процесс осуществлялся совместно. Следующим этапом было – самостоятельно одеть куклу, не нарушая последовательности. И в качестве закрепления навыка ребёнку предлагалось одеть себя. Все дети, подражая друг другу, старались устранить неряшливость и ошибки в своей одежде и внешности: поправляли носочки, застёгивали пуговицы, стряхивали с одежды мусор.

Таким образом, мы предполагаем, что использование дидактических игр в образовательном процессе в сочетании с разнообразными формами работы, смогло повысить уровень сформированности культурно-гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста.

2.3 Анализ опытно-экспериментальной работы по развитию культурно-гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста с задержкой гигиенических навыков

Для объективной оценки изменений уровня культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с ЗПР, нами был проведен контрольный этап эксперимента.

Цель контрольного этапа эксперимента: выявить эффективность влияния дидактических игр на формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста. Основные методы исследования на данном этапе: наблюдение, беседа, качественный и количественный анализы результатов исследования, методы наглядного представления результатов исследования.

Результаты повторной диагностики уровня сформированности каждой из групп культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста представлены в таблицах № 8-11.

Таблица 8 – Сформированность навыков «Опрятность» у детей младшего дошкольного возраста с ЗПР на контрольном этапе эксперимента

Ребёнок	Навык Умывания	Навык Пользования полотенцем	Навык пользования носовым платком	Навык Расчесывание	Уровень сформированности «Опрятность»
1	2	3	4	5	6
Ребенок 1	Средний	Средний	Низкий	Высокий	Высокий
Ребенок 2	Низкий	Средний	Средний	Высокий	Средний
Ребенок 3	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий
Ребенок 4	Средний	Высокий	Средний	Средний	Средний
Ребенок 5	Средний	Средний	Низкий	Средний	Средний
Ребенок 6	Средний	Средний	Средний	Высокий	Средний
Ребенок 7	Средний	Средний	Средний	Низкий	Средний

Продолжение таблицы 8

1	2	3	4	5	6
Ребенок 8	Высокий	Средний	Средний	Средний	Средний
Ребенок 9	Низкий	Средний	Средний	Средний	Средний
Ребенок 10	Средний	Средний	Средний	Высокий	Средний

Таблица 9 - Сформированность навыков «Прием пищи» у детей младшего дошкольного возраста с ЗПР на контрольном этапе эксперимента

Ребёнок	Навык Пользование ложкой	Уровень сформированности «Прием пищи».
1	2	3
Ребенок 1	Высокий	Высокий
Ребенок 2	Высокий	Высокий
Ребенок 3	Высокий	Высокий
Ребенок 4	Средний	Средний
Ребенок 5	Низкий	Низкий
Ребенок 6	Средний	Средний
Ребенок 7	Низкий	Низкий
Ребенок 8	Средний	Средний
Ребенок 9	Низкий	Низкий
Ребенок 10	Высокий	Высокий

Таблица 10 - Сформированность навыков «Одевание и Раздевание» у детей младшего дошкольного возраста с ЗПР на контрольном этапе эксперимента

Ребёнок	Навык раздевания	Навык одевания футболки, джемпера, платья	Навык одевания колготок	Навык одевания носочков	Навык одевания обуви	Уровень сформированности «Одевание и раздевание»
1	2	3	4	5	6	7
Ребенок 1	Средний	Средний	Низкий	Низкий	Средний	Средний
Ребенок 2	Низкий	Средний	Средний	Низкий	Средний	Средний
Ребенок 3	Средний	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий
Ребенок 4	Низкий	Низкий	Низкий	Средний	Средний	Низкий
Ребенок 5	Низкий	Низкий	Низкий	Средний	Низкий	Низкий

Продолжение таблицы 10

Ребенок 6	Средний	Низкий	Средний	Высокий	Средний	Средний
Ребенок 7	Низкий	Средний	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
Ребенок 8	Низкий	Средний	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
Ребенок 9	Средний	Средний	Средний	Низкий	Низкий	Средний
Ребенок 10	Низкий	Средний	Средний	Низкий	Средний	Средний

Таблица 11 – Сформированность культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста с ЗПР на контрольном этапе эксперимента

Ребёнок	Процессы применения навыков			Итоговый результат
	1 - Опрятность	2 – Прием пищи	3 – Одевание / Раздевание	
Ребенок 1	Высокий	Высокий	Средний	Высокий
Ребенок 2	Средний	Высокий	Средний	Средний
Ребенок 3	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий
Ребенок 4	Средний	Средний	Низкий	Средний
Ребенок 5	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
Ребенок 6	Средний	Средний	Средний	Средний
Ребенок 7	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
Ребенок 8	Средний	Средний	Низкий	Средний
Ребенок 9	Средний	Низкий	Средний	Средний
Ребенок 10	Средний	Высокий	Средний	Средний

Анализ результатов показал, что на контрольном этапе экспериментального исследования уровень сформированности культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста был следующим: высокий уровень-2 ребенка (20 %); средний уровень – 6 детей (60%); низкий –2 дошкольников (20%).

Наглядно полученные результаты представлены в диаграмме на рисунке 2.

В процессе работы отмечены положительные изменения: дети стали опрятнее одеваться, следить за своим внешним видом, по назначению использовать носовой платок, без напоминания убирать за собой стул после приёма пищи, благодарить друг друга и взрослых. Малыши стали больше проявлять инициативы и самостоятельности в действиях по самообслуживанию.

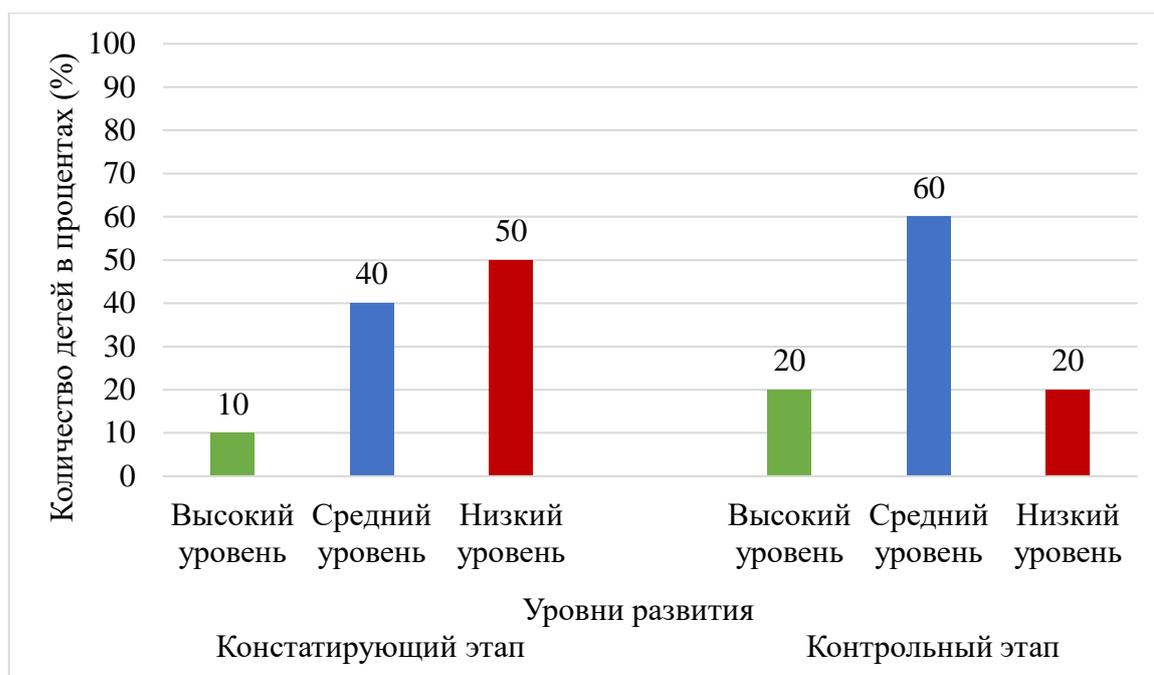


Рисунок 2 – Сравнительный анализ уровней сформированности культурно-гигиенических навыков у младших дошкольников с ЗПР на констатирующем и контрольном этапах эксперимента

Таким образом, сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов эксперимента подтвердили правильность выбранных форм и методов работы с детьми. Результаты практической части исследования, проведённого на базе дошкольного образовательного учреждения, показали наличие положительной динамики в изменении уровней сформированности культурно-гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста с ЗПР.

Выводы по второй главе

Для формирования культурно-гигиенических навыков наиболее подходящая форма – это дидактическая игра. Дидактические игры не случайно заняли прочное место среди методов обучения и воспитания, в процессе таких игр детей учат решать познавательные задачи, вначале под руководством воспитателя, а затем и в самостоятельной игре.

Включая дидактические игры в педагогический процесс, необходимо отбирать те, которые доступны детям. Дидактическая игра направлена на

развитие памяти, мышления, творческого воображения, развитие культурно-гигиенических навыков. Она вырабатывает усидчивость, простор для проявления самостоятельности. Дидактическая игра хороша еще и тем, что ребенок сразу видит конечный результат.

Кроме действий со стороны воспитателя особое значение имеет совместная работа с семьёй, ведь именно родители – первые и самые главные педагоги своих детей и именно они являются авторитетом для них. Мама и папа – образец для подражания, от того, как относятся к культурно – гигиеническим навыкам родители, зависит и отношение ребёнка к ним. Для этого педагогом может быть организованы беседы с каждой семьёй, различные опросы, анкетирование, проведение различных мероприятий, а также создание уголка для родителей. В успешном развитии культурно - гигиенических умений и навыков у детей выделяется игра. В играх детей младшего дошкольного возраста находят отражение разнообразные бытовые сюжеты и новые впечатления о жизни и труде людей, все это помогает формировать культурно-гигиенические навыки.

Игра помогает привлечь внимание детей к последовательности действий, способствует поддержанию самостоятельности в самообслуживании. Игры помогают малышу не только осознать необходимость, но и почувствовать желание самостоятельно умыться, одеться и т.д. игры вырабатывают позитивное отношение к соблюдению правил личной гигиены и самообслуживанию. Новые знания, умения и навыки, полученные и сформированные в игре, повышают самооценку ребенка.

Изучив теоретическую часть, проведя диагностическое наблюдение на констатирующем этапе мы поняли, что уровень развития культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста был низкий. Для повышения уровня развития навыков мы создали картотеку дидактических игр и рекомендаций для родителей, благодаря которым дети были заинтересованы в процессе обучения, тем самым повышая свой

уровень развития культурно-гигиенических навыков. И проведя наблюдение на контрольном этапе, уровень культурно-гигиенических навыков повысился, тем самым мы понимаем необходимость игровых приемов в развитии культурно-гигиенических навыков играют важную роль в работе с детьми раннего возраста.

Обобщая написанное, можно сделать вывод, что дошкольный возраст – это время, когда ребёнок начинает познавать окружающий его мир, учится правилам и нормам, присущих данному обществу, поэтому для всестороннего развития ребёнка необходимо закладывать основы культурно-гигиенических навыков ещё с самого раннего возраста. Особое внимание следует уделять условиям и приёмам, которые непосредственно влияют на успешность формирования культурно-гигиенических навыков.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Развитие навыков самообслуживания в жизни ребенка с ЗПР является жизненной необходимостью. Необходимо вызвать у детей желание действовать определенным образом. Этому во многом могут способствовать условия детского сада: благоустроенное помещение, мебель, соответствующая возрасту детей. Но мало вызвать желание, надо научить ребенка действовать соответствующим образом.

Культурно – гигиенические навыки – важная составляющая часть культуры поведения. В процессе повседневной работы с воспитанниками необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом совершенствовались.

Изучив особенности формирования культурно - гигиенических навыков у детей младшего возраста с ЗПР и проведя практическую работу, мы пришли к заключению, что дидактические игры в формировании культурно-гигиенических навыков играют важную роль в работе с детьми младшего возраста. Дидактические игры вызывают у малышей положительные эмоции, обеспечивают более высокую восприимчивость ребенком выполнения того или иного действия. Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. Предложенные игровые методы и приемы будут эффективными, если работа будет вестись целенаправленно, регулярно, в системе.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Бархатова, М. И. Воспитание культуры поведения / М. И. Бархатова // Дошкольное воспитание. – 2009. – №11. – С. 46-49.
2. Белостоцкая, Е. М. Гигиенические основы воспитания детей / Е. М. Белостоцкая, Т. Ф. Виноградова – Москва : Просвещение, 1991. – С.187.
3. Богина, Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях: метод. Пособие / Т.Л. Богина. – Москва : Мозаика, 2005. – 112 с. – ISBN 5-86775-274-7.
4. Бондаренко, А. К. Дидактические игры в детском саду / А. К. Бондаренко. – Москва : Просвещение, 2011. – 160с. – ISBN 5-09-001629.
5. Выготский, Л. С. Детская психология / Л. С. Выготский. – Москва : ВЛАДОС, 2007. - 302 с.
6. Выготский, Л. С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка / Л.С. Выготский. – Москва : «Проспект», 2000. – ISBN 5-699-13731-9.
7. Голубева, Л. Г. Развитие и воспитание детей раннего возраста / Л. Г. Голубева, М. В. Лещенко, К. Л. Печора. – Москва : Академия, 2002. – С.17–30. – ISBN 5-7695-1010-2.
8. Дошкольная педагогика: развитие дошкольника в деятельности: методические рекомендации / авт.-сост. Н.В. Амасович. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2013. – 49 с.
9. Дьяченко, О. М. Психическое развитие дошкольников / О. М. Дьяченко. – Москва : Педагогика, 2014. – 127 с. – ISBN: 978-5-699-32899-4.
10. Зебзеева, В.А. Организация режимных процессов в ДОУ / В.А. Зебзеева. – Москва : Сфера, 2007. – 80 с. – ISBN 978-5-9949-1782-4 .
11. Зорина, А. А. Взаимодействие ДОО и семьи по формированию у детей младшего дошкольного возраста навыков самообслуживания / А. А. Зорина, Ю. С. Тюнников // Молодой ученый. — 2016. – №9. – С.13-15.

12. Козлова, С. А. Нравственное и трудовое воспитание дошкольников / С.А. Козлова – Москва : Просвещение, 2002. – 59 с. – ISBN 5-7695-0933-3.
13. Коленцева, Н. Г. Методика работы с дидактическими материалами в детском саду / Н. Г. Коленцева. – Тбилиси, 2011. – 278 с.
14. Кони́на, Е. Ю. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей: игровой комплект / Е. Ю. Кони́на – Москва: Айрис-пресс, 2007. – 12 с. – ISBN: 978-5- 8112-2521-7.
15. Кони́на, Е. Ю. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей / Е. Ю. Кони́на – Москва : Айрис-пресс, 2007. – 12 с. – ISBN: 978-5- 8112-2521-7.
16. Лебединский, В. В. Нарушения психического развития у детей: Учебное пособие / В.В. Лебединский. — Москва: Издательство Московского университета, 1985. – 148 с.
17. Лихачёва, А. А. Встреча с Мойдодыром / А.А. Лихачёва // Дошкольное воспитание. – 2004. – № 9. – С. 56-60 .
18. Лурия, А. Р. Речь и развитие психических процессов ребенка / А. Р. Лурия. – Москва: Прометей, 2005. – 92 с.
19. Макаренко, А. С. Книга для родителей / А. С. Макаренко. – Санкт-Петербург : Лениздат, 1981. – 300 с.
20. Макаренко, А. С. Педагогические сочинения / А. С. Макаренко. – Москва : Педагогика, 1984. – 400 с.
21. Марковская, И. Ф. Задержка психического развития. Клиническая и нейропсихологическая диагностика / И. Ф. Марковская. – Москва : Медицина, 1993. – 198 с.
22. Микляева, Н. В. Совместные занятия детей в инклюзивной группе: особенности организации / Н.В. Микляева. – Издательство: АРКТИ, 2017. – С. 58-74. – ISBN: 979-5-89415-619-3.

23. Моржина, Е. В. Формирование навыков самообслуживания на занятиях и дома / Е. В. Моржина. – Москва : Теревинф, 2006. – 157 с. – ISBN 978-5-4212-0080-2.
24. Новосёлова, С. Л. Дидактические игры и занятия с детьми / С. Л. Новосёлова. – Москва : Просвещение, 1985. – 156 с.
25. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. – Москва: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. – ISBN 978-5-86775-813-4.
26. Петерина, С. В. Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста / С. В. Петерина. – Москва : Просвещение, 2016. - 96 с.
27. Реан, А. А. Психология детства: учебник / А. А. Реан. – Санкт-Петербург : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2018. – 368 с. – ISBN 5-93878-229-5.
28. Стребелева, Е. А. Специальная дошкольная педагогика : учебное пособие. / Е. А. Стребелева. – Москва : Изд. центр «Академия», 2012. – 352 с. – ISBN 5-7695-0558-3.
29. Теленчи, В. Н. Гигиенические основы воспитания / В. Н. Теленчи. - Москва: Просвещение, 2013. – 140 с.
30. Урунтаева, Г.А. Дошкольная психология: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. Заведений / Г.А. Урунтаева. – Москва : Издательский центр «Академия», 2001. – 316 с. – ISBN 5-7695-0149-9.
31. Урунтаева, Г. А. Как приобщить малыша к гигиене и самообслуживанию / Г. А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина. – Москва: АСТ, 2013. – 128 с. – ISBN 5-09-006487-3.
32. Ушакова, О. С. Скажи по-другому: игры, упражнения, ситуации, сценарии / Под ред. О. С. Ушаково. – Москва : ТЦ Сфера, 2010. – 256 с.
33. Фролова, Н. В. Способы развития самостоятельности в дидактических играх / Н. В. Фролова. – Москва: ЭКСМО, 2009. – 376с.

34. Шахманова, А. Ш. Проблема формирования у младших дошкольников положительного отношения к выполнению культурно-гигиенических навыков в практике работы дошкольных организаций / А. Ш. Шахманова, А.С. Гаспарян. – Москва: Молодой ученый. – 2019. – 386 с.

35. Яковенко, Т. О. Воспитании культурно-гигиенических навыков / Т. О. Яковенко // Дошкольное воспитание. – 2012. – № 8. С. 6–8.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Картотека дидактических игр

1. Дидактические игры на тему «Опрятность»

1. «Разложи картинки по порядку»

Цель: систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, развивать речь, внимание, память.

Материал: картинки с изображением моментов распорядка дня

Ход игры: воспитатель говорит о том, что волшебник Путаница перепутал картинки распорядка дня, и предлагает разложить картинки по порядку.

Воспитатель подводит итог высказываниям детей.

Каждое утро, чтобы быть здоровым, мы начинаем с зарядки.

Чтобы расти нам сильными, ловкими и смелыми, ежедневно поутру мы зарядку делаем.

Воспитатель предлагает каждому вспомнить своё любимое упражнение, показать и всем вместе выполнить его.

2. «Азбука здоровья»

Цель: систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, развивать речь, внимание, память.

Материал: иллюстрации

Ход игры: играют от 1 до ... человек. Воспитатель называет правило, а ребёнок находит карточку – иллюстрацию этого правила. Или воспитатель показывает карточку, ребёнок говорит, что нужно делать в данной ситуации.

3. «Изобрази или отгадай»

Цель: закреплять культурно-гигиенические навыки (умывание, чистка зубов, причёсывание, купание), формировать умения показывать эти движения при помощи мимики и жеста и отгадывать по показу.

Материал: Картинки

Ход игры: Воспитатель просит детей при помощи мимики и жестов показать, как они умываются (чистят зубы и т.д.), соблюдая последовательность выполнения данных навыков. Или воспитатель показывает при помощи мимики и жестов, что он делает, а дети отгадывают.

4. Подбери картинки

Цель: уточнить представления детей о предметах личной гигиены, формировать навыки здорового образа жизни.

Материал: картинки различных предметов, картинки с изображением предметов личной гигиены

Ход игры: воспитатель просит выбрать только картинки с изображением предметов, помогающих ухаживать за телом (лицом, зубами, волосами)

5. «Уберите лишнее»

Цель: Закрепить умение классифицировать предметы по определенным признакам.

Материал: Иллюстрации.

Ход игры: Дети рассматривают полученные картинки и убирают лишние предметы, которые не подходят к группе.

6. «Подбери пару»

Цель : соотносить предметы на картинках с действиями; закреплять навыки самообслуживания; развивать логическое мышление.

Материал: предметные картинки: расческа, мыло, шкаф для игрушек; сюжетные картинки: ботинки, одежда, игрушки.

Ход игры: дети внимательно рассматривают полученные картинки, сравнивают их и подбирают пары, объясняют свой выбор.

7. Алгоритмы

Цель: формирование у детей представлений о последовательности выполнения культурно-гигиенических процедур.

Материал: Картинки с последовательным мытьем рук, чистки зубов.

Ход игры: В кармашке лежат алгоритмы последовательности мытья рук, чистки зубов и так как ребенок, посмотрев на алгоритм, сообщает о последовательности, в которой он выполняет данные физические потребности.

Так же есть алгоритмы в форме цветка, там ребенок может перемещать рукой и называть последовательность, которая идет на картинках, все картинки сменяемые и достаточно удобные для детей. И помимо этих алгоритмов, был сделан один и самый главный алгоритм – мытье рук, сделан он в виде книжечки, которая прикреплена к магнитикам и ребенок можно её с легкостью открыть и закрыть.

8. «Что нужно кукле?»

Цель: Формировать в игровой форме культурно-гигиенические навыки младших дошкольников.

Материал: Картинки с изображением предметов, используемых при умывании, еде, одевании, мыло, зубная щетка, полотенце, зубная паста, гребень, щетка для рук, заколка, лента для волос, скатерть, ваза, поднос, кружка, ложка, тарелка, столовый прибор, носки, ботинки, шапочка, платье, блузка, юбка, перчатки, курточка.

Ход игры: Воспитательница знакомит детей с картинками, спрашивает их, для чего нужен каждый предмет, затем берем кукле для умывания. Игра продолжается. Воспитательница направляет игру так, чтобы чередовались все виды деятельности. Например, она говорит: «Наша кукла умылась и хотела бы причесаться, но чем? Наша кукла умылась, но еще не завтракала. Что мы ей дадим есть? Наша кукла собралась на прогулку, что она наденет?»

9. Пазл «Мойдодыр»

Цель: знакомство с предметами личной гигиены, навыкам умывания, мытья рук, развитие умения следить за чистотой своего тела.

Материал: Пазл, кармашки.

Ход игры: Ребенок может собрать пазл используя картинку, применяя метод наложения или же без подсказки самостоятельно, пазлы находятся в небольшом кармашке, дети достают по одному элементу и приклеивают их на картинку.

10. «Найди различия»

Цель: закрепление и систематизация знаний о культурно-гигиенических навыках.

Материал: Картинки

Описание: Воспитатель:

-Ребята, взгляните на эту картинку.

- Кто на ней изображен?

- А чем мальчик собирается заняться?

-Эти картинки очень похожи, но все-таки не одинаковые.

- Ваша задача найти различия.

-Что бы знать, сколько различий вы отгадали, я буду рисовать круги.

- Как только будет собранное количество достигнуто, так вы все и нашли.

11. «Найди тень»

Цель: уточнение представлений детей о гигиене, формирование навыков здорового образа жизни, правильного питания.

Описание: ребенок, с помощью фломастера ведет картинку к его тени, педагог по окончанию проверяет, как ребенок справился с заданием, после чего можно будет стереть фломастер и нарисовать снова.

12.«Предметы личной гигиены»

Цель: формирование и систематизация знаний детей о предметах гигиены и их назначении, последовательности их применения.

Описание: Воспитатель говорит детям, что хочет убедиться в том, что они чистоплотные и аккуратные: пусть они скажут, что нужно для того, чтобы волосы, руки и лицо были чистыми (чем больше они смогут об этом рассказать, тем лучше).

Затем воспитатель говорит: «Руки». Дети, которых она вызывает, отвечают: «Мыло, щетка, полотенце». После этого в кармашке ребенок может взять предметы личной гигиены которые он перечислили и последовательно разложить их рядом, либо же помочь мальчику разобраться какие предметы личной гигиены относятся к данному понятию, положив картинку в мойдодыра. Подобным же образом дети реагируют на слова «волосы» (гребень, щетка, ножницы, шампунь, мыло), «купание» (ванна, полотенце, душ, умывальник, губка, мыло и пр.).

Вариант. Воспитатель задает вопрос: «Что нам нужно, когда мы утром встаем?». Дети знают, что должны назвать предметы гигиены, которые используются утром (зубная щетка, паста, мыло, полотенце).

13. «Ладони»

Цель: Совершенствовать культурно-гигиенические навыки

Материал: Картинки правой и левой рук, фломастер.

Ход игры: Воспитатель предлагает детям посмотреть на картинки правой и левой рук. На них нарисованы микробы и полезные вещи. Нужно взять фломастер и стереть микробы, после этого рассказать, что осталось и почему важно.

2. Дидактические игры на тему «Прием пищи»

14. «Кто больше назовет блюд»

Цель: развивать быстроту реакции на вопрос, внимание; воспитывать выдержку, терпеливость.

Материал: Картинки блюд, медальоны с изображением овощей и фруктов.

Ход игры: Педагог называет овощ или фрукт и просит вспомнить блюдо, которое из него можно приготовить. Тот, кому брошен мяч, должен назвать блюдо, не повторяясь. Ошибившийся или ничего не сказавший ребенок пропускает кон. Педагог может задать какое-то блюдо, а дети должны вспомнить его составляющие и договориться, какой составляющей будет каждый из них. Ведущий выкрикивает, что он хочет положить в

кастрюлю, а узнавший себя впрыгивает в круг. Следующий впрыгивает и берет за руку предыдущего. Пока все компоненты не окажутся в круге, игра продолжается. Можно использовать шапочки-маски, медальоны с изображением овощей и фруктов.

15. «Вредная и полезная еда»

Цель: формирование представлений и закрепление знаний детей о вреде и пользе продуктов питания, формирование основ здорового образа жизни.

Материал: Карточки с изображением продуктов, кармашки.

Описание: На кармашках изображены зубы, здоровые и нет, ребенок из другого кармашка достает карточку с изображением продуктов и определяет к какой категории он отнесет данный продукт, открывая кармашек он складывает их туда, педагог проверяет правильность выполненного задания.

16. «Накроем стол для кукол».

Цель. Учить детей сервировать стол, называть предметы, необходимые для справки. Знакомить с правилами этикета (встреча гостей, прием подарков, приглашение к столу, поведение за столом). Воспитывать гуманные чувства и дружеские взаимоотношения.

Материал: Схемы, Кукла

Ход игры: Воспитатель входит в группу с нарядной куклой. Дети рассматривают ее, называют предметы одежды. Педагог говорит, что сегодня у куклы день рождения, к ней придут гости – ее подружки. Нужно помочь кукле накрыть праздничный стол (используется кукольная мебель и посуда).

Воспитатель проигрывает с детьми этапы деятельности (помыть руки, постелить скатерть, поставить в центр стола вазочку с цветами, салфетницу и хлебницу, приготовить чашки с блюдцами к чаю или тарелки, а рядом разложить столовые приборы—ложки, вилки, ножи). Затем обыгрывается

эпизод встречи гостей, кукол рассаживают на места. Далее детям нужно расставить блюда по схеме.

17. «Зубы и еда»

Цель: рассказать детям, что полезно, а что вредно для зубов.

Материал: Зубы, продукты

Ход игры: Воспитатель говорит: «Посмотрите, есть два зуба, разложите карточки, на один зуб полезные продукты, на другой вредные продукты. Обоснуйте свой ответ».

18. «Кафе»

Цель: научить детей основным цветам - красный, желтый, зеленый, синий, а также научить группировать предметы по цвету, развивать зрительное восприятие и внимание, а также мелкую моторику рук. Совершенствовать умения накладывать мелкие предметы на контур. Все оборудование сделано своими руками - вырезанные из (красного, желтого, зеленого и синего) фетра пирожное и украшения к ним.

Материал: Картинки, блюда, украшения.

Ход игры: Мы показываем детям блюда четырех основных цветов (красного, желтого, зеленого и синего) и объясняем, что на блюде нужно положить пирожное такого же цвета (у красного блюда - красное пирожное, у желтого блюда - желтое и т д). Затем предлагаем детям украсить пирожное элементами соответствующих цветов. Сначала мы показываем, как это нужно делать. Затем задание выполняют дети сами.

Также, можно усложнить задание – украсить пирожное разными цветами. Например, положить на пирожное синего цвета украшение других цветов (желтого, красного, зеленого цветов).

19. "Что чем едят"

Цель: дать детям представление о том, каким способом употребляются различные блюда.

Материал: карточки с изображением различных продуктов и блюд.

Ход игры: воспитатель поднимает карточки, просит обозначить что изображено. После беседы задается вопрос «что чем едят?». Дети поднимают карточку со столовым прибором и говорят, почему выбрали именно его.

20. «Этикет – школа изящных манер».

Цель : научит ребёнка правилам поведения за столом; рассказывать, какие блюда и продукты едят при помощи столовых приборов; учить обращаться со столовыми приборами.

Материал: предметные картинки.

Умение вести себя за столом, правильно обращаться со столовыми приборами характеризует уровень воспитанности и культуры поведения человека. Вот правила, которые нужно запомнить.

Ложкой едят все супы и бульоны, каши, а так же десерты (варенье, мороженое, торт, компоты). Вилку используют, когда едят салаты, овощные гарниры, яичницу, макароны, пельмени, изделия из мяса. Вилка и нож нужны, когда вы едите продукты и блюда, которые трудно отделить при помощи вилки: сложные бутерброды, сыры, колбасы, блины, блюда из рыбы и мяса. Руками можно брать маленькие бутерброды, пирожки, булочки, виноград, вишню, печенье, конфеты.

21. «Красивые салфеточки для трех поросят»

Цель: Продолжать обучать детей навыкам пользования салфеткой, учиться складывать их.

Материал: Три поросенка, салфетки,схемы.

Ход игры: Воспитатель: Посмотрите кто это? Ребята, они совсем не умеют пользоваться салфетками. Посмотрите какие они грязны. Научим их? Дети последовательно со словами воспитателя показывают как нужно пользоваться салфетками. Так же перед ребятами есть схемы, их нужно сложить по схемам.

22. «Столик, накройся!».

Цель: Закрепить навыки сервировки детского стола.

Материалы: плоскостные фигуры, иллюстрации

Ход игры: участники вытягивают листочки с изображением блюд на разные этапы питания (завтрак, обед, полдник, ужин) и при помощи плоскостных фигур накрывают.

3. Дидактические игры на тему «Одевание, раздевание».

23. «Чистый – грязный»

Цель: формирование у детей представления о грязных и чистых вещах, уметь распределять их по структурным понятиям.

Материал: Карточки с изображением одежды.

Описание: Ребенку необходимо распределить карточки с изображением одежды по своим местам. Если одежда чистая, мы кладем её в шкаф, если грязная – стиральная машина. Так же можно чистую одежду развешать на веревку, тем самым формируется мелкая моторика (пальчиковый праксис).

24. «Каждая ножка - в свой домик»

Цель: учить ребенка самостоятельно надевать колготки, видеть части одежды и правильно действовать в соответствии с целью (брать колготки за резинку, ориентируясь на метку - кусочек ярко окрашенной ткани или вышивку; отыскивать отверстия для каждой ноги; просовывать поочередно ноги в отверстия; надевать колготки с носка, предварительно собрав их в «гармошку», чтобы пятка оказалась на месте; подтягивать колготки так, чтобы резинка оказалась на поясе).

Материал: Колготки

Ход игры: Воспитатель предлагает ребенку достать из шкафчика колготки, сесть на скамеечку, приложить колготки к себе и найти метку: «Сделай так, чтобы буквы были впереди. Нашел? Молодец. Теперь надевай: каждую ножку - в свой домик, а чтобы пятка сразу попала на свое место, давай сделаем с тобой «гармошку». Оказывает помощь в случае затруднения, используя прием совместного выполнения действий с ребенком, чтобы он получил необходимое мышечное ощущение.

«Спрятал правую ножку в домик? А теперь сделай «гармошку» для левой ножки. Каждую ножку - в свой... (побуждает ребенка к завершению фразы) домик. Проверь: обе ножки в своих домиках? Теперь прячь свои ножки в домики, подтягивай колготки до коленочек. Хорошо, а теперь вставай и берись за резиночку. Подтягивай колготки вверх. Проверь: оказалась резинка на поясе? Ай да Максим! Ай да молодец, сам колготки надел!»

25. «Мы теперь умеем сами на прогулку одеваться»

Цель: закрепление последовательности и способов рационального выполнения действий одевания. Обучение элементарному самоконтролю по предметно - схематической модели последовательности одевания на прогулку. Формирование гуманных способов поведения в совместной со сверстниками деятельности (умение предложить помощь, поблагодарить).

Материал: Карточки с изображением последовательности

Ход игры:

Воспитатель показывает карточки с изображением определенных действий направленные на последовательность действий одевания. Обсуждает с детьми каждую из карточек. Далее просит распределить карточки последовательно действиям.

26. «Во что одета кукла Аня»

Цель: учить называть предметы одежды; учить снимать и надевать названный предмет одежды после показа.

Оборудование: кукла, одежда, карточки с изображением времен года

Ход игры:

Воспитатель приносит куклу в группу, и просит помочь ей одеться по погоде. Для этого он использует карточки с изображением времени года. Далее одевает куклу в соответствии с картинкой. Обсуждают, почему именно так одели куклу, и что именно нужно из одежды для данного времени года.

27. «Найди пару»

Цель: учить различать парную обувь и одежду, подбирать правильно к левому варианту обуви, одежды – правый.

Оборудование: вырезанные из картона обувь: сапоги, туфли, перчатки, носки, варежки, кукла Маша.

Ход игры: Воспитатель вводит детей в игровую ситуацию: «Маша – растеряша разбросала свою одежду и обувь по разным углам. Она не может ничего найти сама. Один носок нашла, а другой найти не может, один сапог нашла, а другой не знаете т. д.». Детям предлагается помочь Маше – растеряше найти пару предметов одежды и обуви. Педагог предъявляет правый вариант пары (носок, сапог и т. д.) и предлагает выбрать левый. При этом дается инструкция: «Найди пару».

28. «Волшебный шнурок»

Цель: способствовать формированию представлений у детей об одежде и ее элементах (шнурки, пуговицы, завязки и т.д.).

Оборудование: игра-книжка «Волшебный шнурок» и шнурки разного цвета (желтый, красный, зеленый).

Описание: педагог вместе с ребенком рассматривает сюжетную картинку, просит назвать, что изображено на рисунке, если там дети то кто изображен. Предлагает ребенку «дорисовать» шнурком (по выбору) недостающие штрихи (элементы) в картинке: варежка, кеды, кофта и т.д. Если у ребенка не получается выполнить действие самостоятельно, педагог совместно с ним воспроизводит эти действия.

29. «День-ночь»

Цель: развивает логическое мышление и наблюдательность, систематизирует представления о действиях, относящихся к культурно-гигиеническим навыкам, необходимые в разных режимных моментах. Побуждает дошкольников различать части суток: ДЕНЬ(утро), НОЧЬ(вечер), по приметам и действиям временного отрезка.

Описание: Детям необходимо определить картинку, которая относится к утру (день) и к ночи (вечер), берется не большое количество картинок, чтобы была видна разница, в дальнейшем картинки добавляются, и ребенок уже пытается распределить их.

30. «Стиральные машинки»

Цель: развивать умение различать и называть основные цвета (красный, жёлтый, зелёный, синий), развивать мелкую моторику, сенсорное восприятие. Способствует формированию и активизации словарного запаса детей, помогает группировать предметы по цвету, развивает зрительное восприятие, внимание, мелкую моторику рук.

Материал: Игрушечные стиральные машины, одежда 4х основных цветов (красный, синий, жёлтый, зелёный).

Ход игры: Предлагаем детям рассмотреть стиральные машинки и одежду и назвать их цвета. Например, «Какого цвета эта машинка? Правильно синяя. Давайте постираем одежду. Для этого нужно разложить одежду по цветам. Какого цвета стиральную машинку ты взяла, Маша? Правильно, синюю, поэтому мы будем стирать синюю одежду. Давай найдем синее платье, синюю кофту, синие шорты и т.д.»

После выполнения задания мы с детьми рассматриваем машинки. В жёлтой машинке одежда жёлтого цвета, в красной - красного, в синей - синего, а в зелёной – зелёного цвета.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Рекомендации для родителей по развитию культурно-гигиенических навыков в период выходных дней и в вечернее время.

Одним из важнейших условий для поддержания здоровья младших дошкольников является наличие у них культурно – гигиенических навыков, так как соблюдение правил личной гигиены предохраняет от инфекционных заболеваний.

Период раннего детства является наиболее благоприятным для формирования культурно-гигиенических навыков. В дальнейшем на их основе строится развитие других функций и качеств, усвоение правил и норм поведения.

Уважаемые родители, не забывайте, что ключ к успеху в укреплении и сохранении здоровья вашего ребенка – в разумном физическом, интеллектуально-личностном развитии. В современном мире, когда вокруг маленького человека столько соблазнов, только родители способны и должны оградить его от вредных привычек, неправильного питания, пассивного, малоподвижного образа жизни и других опасных факторов, сокращающих человеческую жизнь.

Рекомендации на тему «Опрятность».

1. Малыши всегда ориентируются на поведение взрослых, поэтому своим примером показывайте, как правильно выполнять те или иные гигиенические процедуры.

2. Каждый раз напоминайте ребенку, почему необходимо мыть руки. Рассказывайте про микробов — мелких и невидимых глазу организмов, которые, попав в рот, нос, глаз, могут вызвать заболевания, боли в животе, рвоту, повышение температуры и прочее.

3. Создайте условия для осуществления ритуала мытья рук. Для этого около раковины должен стоять устойчивый стульчик или скамейка, чтобы

малыш чувствовал себя комфортно и его ручки не были подняты вверх во время мытья рук.

4. Научите ребенка самостоятельно включать воду, но контролируйте этот процесс, чтобы малыш случайно не обжегся горячей водой, так как это может настроить на негативное отношение к водным процедурам.

5. Превратите умывание и мытье рук из рутинной процедуры в игру. Можно, к примеру, устраивать соревнования, у кого будет больше пены. При желании ваш малыш может не только промыть свои игрушки, но и «искупать» самую любимую из них. А если перед умывальником находится зеркало, то кроха может любоваться собой во время мытья рук или корчить смешные рожицы.

6. Читайте стихи или пойте песенки, они помогут отмерить время, необходимое на намыливание (не менее 20-30 секунд). Примеры: «Что бы было, что бы было, если не было бы мыла? Если не было бы мыла, Таня грязной бы ходила! И на ней бы, как на грядке, рыли землю поросятки!»; «Водичка, водичка, умой мое личико, чтобы глазки блестели, чтобы щечки краснели, чтоб смеялся роток, чтоб кусался зубок!» и так далее.

7. Не торопите ребенка. Пусть малыш поймет, что можно получать удовольствие от необходимых процедур. В противном же случае, ребенок не научится правильно мыть руки и будет считать эти важные процедуры «каторгой» или «тяжелой повинностью», а впоследствии будет попросту игнорировать их.

8. Не ругайте ребёнка за мокрую одежду, воду на полу возле умывальника, полотенце, оставленное на полу и так далее. Со временем, благодаря вашим напоминаниям, малыш научится делать все более аккуратно.

9. Помните, что во влажной среде бактерии размножаются лучше. Поэтому, если кожу намочить, но не намылить достаточно хорошо, то микроорганизмов станет только больше. Всегда контролируйте процесс мытья рук, пока ваш малыш недостаточно овладел этими навыками.

10. Большое влияние на формирование навыков оказывают соответствующие иллюстрации, художественные произведения, фольклор. Художественное слово позволяет ребенку глубже понять окружающий мир.

Рекомендации на тему «Прием пищи».

Одним из первых навыков является навык аккуратного приема пищи.

1. Запаситесь терпением. Ручки у малыша еще не окрепли. Поначалу ему будет очень сложно удержать ложку, и он будет промахиваться ей мимо рта.

2. Тренируйтесь в разных местах. Отличный способ научить ребенка чему-то — превратить процесс в развивающую игру. Предлагайте детям кормить пластмассовых зайчиков песком с помощью лопатки, когда он играет на детской площадке. Так у него улучшится координация движений, что пригодится потом на настоящей кухне;

3. Не оставляйте малыша наедине с полной тарелкой — он может подавиться или раскапризничаться из-за того, что у него не получается поесть.

4. Соблюдайте расписание. Кормите ребенка строго в одно и то же время каждый день, постоянно закрепляя полученные навыки.

5. Избегайте принуждения. В процессе обучения ребенок иногда будет капризничать и отказываться есть самостоятельно. Если это произошло, покормите его сами, а обучение отложите до следующего приема пищи.

6. Обедайте всей семьей. Малышу будет проще освоить ложку, если он будет видеть, как ей орудуют другие люди. Он невольно начнет им подражать.

7. Придумывайте игры, чтобы подогреть интерес ребёнка к обучению. Можно купить ему тарелку с забавной картинкой на дне и предложить съесть кашу, чтобы увидеть сюрприз;

8. Хвалите ребенка даже за незначительные успехи. Чтобы снова порадовать маму, он будет стараться изо всех сил;

9. Не ругайте малыша за то, что он испачкался едой, даже если он баловался. Это временные трудности, ведь скоро он научится есть как взрослые. Агрессия напугает ребенка, и у него пропадет вся мотивация на обучение;

10. Не включайте телевизор во время еды. Мультфильмы и любые передачи отвлекают малыша, а ведь ему нужна концентрация, чтобы научиться пользоваться ложкой;

11. Привлекайте ребенка к участию в приготовлении еды; предложите ребенку поставить стул к столу, принести и поставить•салфетку, принести тарелку, ложку и т.д.

Рекомендации на тему «Одевание/Раздевание».

1. Если ему удалось снять шапочку, ботинки, а уж тем более кофту или штанишки, - обязательно похвалите его. И тогда ему обязательно захочется самому их надеть.

2. Терпение. В начале этого пути от взрослых потребуется много терпения, ведь ребенок будет одеваться медленно и не всегда правильно. Зачастую легче и быстрее самой одеть ребенка, чем наблюдать его неумелые попытки справиться с одеждой самостоятельно. Однако делать этого не стоит, чтобы ребенок не ожидал от вас помощи, а учился надеяться на себя и свои умения.

3. Нельзя подавлять инициативу ребенка. Если он пытается одеться самостоятельно – не мешайте ему.

4. Никогда не критикуйте и не смейтесь, если малыш оделся не так, как надо. Если это не очень бросается в глаза, то не переделывайте его «работу», пусть идёт так. Ведь он оделся сам, а это очень важно.

5. Планируйте свое время. Очень часто родители просто не выдерживают медленного темпа одевания малыша и, чувствуя, что они уже опаздывают, начинают в спешке сами одевать ребенка, не давая ему одеться самостоятельно. В этом случае имеет смысл начать сборы немного заранее.

6. Если ребенок не хочет одеваться самостоятельно, то попробуйте немного помочь ему, например, одевая ему носочки или штанишки только наполовину и предлагая ребенку закончить одевание самому.

7. Предлагайте ребенку самостоятельно снимать или надеть ту одежду, которую действительно легко снять или одеть. Со временем даже детская зимняя одежда перестанет быть проблемой для малыша, и он сможет легко с ней справляться.

8. Можно играть с ребёнком, устраивая соревнования: кто быстрее наденет носки или футболку. Позаботьтесь о том, чтобы у ребёнка были подходящие игрушки, которые помогут ему быстрее освоить искусство самостоятельного одевания. Прежде всего, это, конечно, куклы с их кукольной одеждой. Кроме того, очень полезны различные развивающие пособия - игры-шнуровки и все, что можно застегивать и расстегивать (тканевые панно, тряпичные книжки, мягкие игрушки с карманами и клапанами, на которые нашиты пуговицы, молнии, липучки, завязки). Играя в эти игры, ребенок развивает мелкую моторику рук и ему будет легче справиться со своей одеждой.

9. Дети с удовольствием подражают примеру взрослых. Разложите его одежду рядом со своими вещами и начинайте одеваться вместе или по очереди, вещь за вещью. На первых порах малышу потребуется помощь.

10. Если ребенок оделся самостоятельно, не критикуйте его и, по возможности, не переодевайте (даже если все вещи надеты задом наперед и наизнанку). Наоборот, обязательно похвалите малыша. А ребенку постарше ставьте метки на одежду и обувь, чтобы ошибок было меньше.

11. Когда вы сами одеваете ребенка, постарайтесь привлечь его внимание к процессу. Проговаривайте все свои действия, просите поддержать какую-то вещь или самостоятельно выполнить простое действие.

Дети очень быстро учатся и всегда стремятся показать, что они уже взрослые. Поэтому при правильном подходе родителей обучение самостоятельному одеванию не вызывает каких-либо проблем.