

СЕМИНАР – ПРАКТИКУМ

«АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ» ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ У ДОШКОЛЬНИКОВ В РЕЖИМНЫХ МОМЕНТАХ.

Цель: Повышать педагогическую компетентность педагогов по проблеме приобщения детей к здоровому образу жизни через привитие навыков гигиены и самообслуживания.

Задачи семинара:

1. Формировать и закреплять профессиональные знания, умения и навыки педагогов в работе с детьми по сохранению и укреплению здоровья.
2. Определить формы работы с детьми в ДОУ по формированию культурно - гигиенических навыков и навыков самообслуживания.
3. Способствовать росту педагогического мастерства, создать благоприятную атмосферу для творческой работы всех участников.
4. Активизация мыслительной деятельности педагогов в процессе их работы с детьми.

План проведения:

1 часть. Актуальность проблемы.

2 часть. Практическая – коллективная деятельность.

Тема Использование народного фольклора во время гигиенических процедур.

Составление памятки для родителей

Участники семинара: педагоги всех возрастных групп.

1 часть Актуальность проблемы

Вступительное слово педагога. Уважаемые коллеги! Сегодня наша с вами встреча посвящена формированию культурно-гигиенических навыков у дошкольников в режимных моментах, а это значит – приобщению к здоровому образу жизни.

Что нужно делать, чтобы наши воспитанники были здоровыми, мы с вами сейчас и определим, для этого я предлагаю поиграть в игру “Неоконченное предложение», передавая яблоко друг другу, вам нужно будет закончить фразу.

- Ребёнок будет здоров, если будет ... каждый день делать гимнастику.

- Ребёнок будет здоров, если будет ... каждый день перед едой, мыть руки т. д.(одеваться по погоде, получать правильное питание, витамины).

- Итак, подведем итог, ребёнок будет здоров, если будет вести здоровый образ жизни.

Уважаемые коллеги! Свое выступление мне хотелось бы начать с высказывания известного советского педагога В. А. Сухомлинского: «Я не боюсь еще раз повторить: забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависят их духовная жизнь и мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». Общеизвестно, что здоровье человека закладывается в детстве.

Организм ребенка очень пластичен, он гораздо чувствительнее к воздействиям внешней среды, чем организм взрослого; и от того, каковы эти воздействия - благоприятные или нет, зависит, как сложится его здоровье.

Гигиеническое воспитание - это часть общего воспитания, а культурно - гигиенические навыки - это неотъемлемая часть культурного поведения. Приходить в детский сад с чистыми руками - это гигиеническое или общекультурное правило? Закрывать рот носовым платком при кашле? Не приходить в детский сад больным? Все эти правила и обосновывающие их знания должны войти в сознание детей путем внушения, систематического воспитания и это должны делать в первую очередь родители.

Наши отечественные педагоги (Ф.С. Левин-Щирин, В.Г. Нечаева, В.А. Горбачева и др.) и психологи (В.С. Мухина, Е.В. Субботский, С.Г. Якобсон и др.) доказали, что дети дошкольного возраста способны осознанно усваивать не только правила, но и нормы поведения и взаимоотношений. При этом, конечно, действует фактор специфики возраста, который ограничивает и объем правил и норм, и глубину их осознания [4; 56].

Воспитание культурно – гигиенических навыков направлено на укрепление здоровья ребёнка. Вместе с тем оно включает важную задачу – воспитание культуры поведения. Забота о здоровье детей, их физическом развитии начинается с воспитания у них любви к чистоте, опрятности, порядку.

Как вы считаете, что относится к основным условиям успешного формирования культурно – гигиенических навыков?

относятся:

- рационально организованная обстановка,
- четкий режим дня,
- руководство взрослых.

Под ***рационально организованной обстановкой*** понимается наличие чистого, достаточно просторного помещения с необходимым оборудованием, обеспечивающим проведение всех режимных элементов (умывание, питание, сон, занятия и игры).

Режим дня обеспечивает ежедневное повторение гигиенических процедур в одно и то же время – это способствует постепенному формированию навыков и привычек культуры поведения.

Формирование их происходит в играх, труде, занятиях, в быту. Ежедневно повторяясь, режим дня приучает организм ребенка к определенному ритму, обеспечивает смену деятельности, тем самым предохраняя нервную систему детей от переутомления. Выполнение режима дня способствует формированию культурно – гигиенических навыков, воспитанию, организованности и дисциплинированности.

Формирование культурно - гигиенических навыков осуществляется под **руководством взрослых** - родителей, воспитателя. Поэтому должна быть обеспечена полная согласованность в требованиях дошкольного учреждения и семьи.

Как мы знаем, для хорошего результата важно знать методы и приемы формирования у детей дошкольного возраста культурно – гигиенических навыков.

Уважаемые коллеги!

Какие методы и приемы мы используем в нашей работе для формирования у детей культурно гигиенических навыков?

(личный пример взрослых, непосредственно образовательная деятельность, показ, объяснение, пояснение, поощрение, беседы, упражнения в действиях, дидактические игры, потешки, стихотворения, пословицы, поговорки, игровые приемы, викторины, развлечения, прием повторения действий (например, попросили перед мытьем: «Покажите, как вы засучили рукава» или после мытья посмотрели, насколько чисто и сухо вытерты руки.)

Какие условия необходимо создать для успешного формирования культурно-гигиенических навыков?

необходимы следующие условия:

- организация привлекательной и удобной для выполнения действий и заданий обстановки в детском саду и дома (мебель, оборудование, соответствующие росту детей, закрепленные места хранения вещей, доступные для пользования и т.д.);
- разделение осваиваемых действий, следующих в строго установленном порядке, на ряд операций, что способствует более быстрому созданию прочных динамических стереотипов;
- многократные упражнения детей в действиях с выделением способа и порядка их выполнения (особенно на начальном этапе обучения). При этом характер действий должен быть неизменным, формы - разные;
- индивидуальная работа с каждым ребенком, учет уровня его развития и темпов овладения культурно-гигиеническими навыками;
- организация ситуаций, обеспечивающих контроль над выполнением осваиваемых детьми в непривычной обстановке действий;
- безукоризненное выполнение взрослыми всех гигиенических и культурных требований.

Надо помнить, что:

- ✓ Обучая детей нужно учитывать их опыт. Нельзя, например, начинать учить ребёнка пользоваться вилкой, если он ещё не научился правильно есть ложкой.
- ✓ Очень важна последовательность в обучении. Так, действия, связанные с раздеванием, быстрее осваиваются детьми, чем действия с одеванием; ребёнку легче сначала научиться мыть руки, а потом лицо.
- ✓ Постепенное усложнение требований, переводит ребёнка на новую ступень самостоятельности, поддерживает его интерес к самообслуживанию, позволяет совершенствовать навыки.

Процесс воспитания и обучения в дошкольном учреждении предусматривает формирование у детей некоторых представлений о здоровье и здоровом образе жизни. Знание ребенком основ гигиены, правил безопасной жизнедеятельности, это и составляет фундамент «Азбуки здоровья», способствующий, в свою очередь, эффективности всех оздоровительных мероприятий, проводимых в дошкольном учреждении и семье.

Итак, что же такое здоровый образ жизни?

Это образ жизни, который обеспечивает формирование, сохранение и укрепление здоровья.

Гигиеническое воспитание в дошкольном учреждении является одним из разделов воспитательно-образовательной работы.

Следует помнить, что важнейшее психологическое новообразование, возникающее на границе раннего и дошкольного детства - самостоятельность. Именно в раннем и младшем дошкольном возрасте ребенок способен научиться самостоятельно одеваться и раздеваться, умываться, есть, пользоваться туалетом. Осознание своей самостоятельности требует от ребенка самовыражения в деятельности, исключения излишней опеки со стороны взрослых. При этом роль труда малыша по самообслуживанию так велика, что его влияние на личность ребенка не может компенсироваться никаким другим видом деятельности. Алгоритм формирования потребности здорового образа жизни для ребенка таков: от удовольствия – к привычке, от привычки – к потребности. Своевременное освоение процессов самообслуживания дает ребенку возможность самоутвердиться, почувствовать себя самостоятельным и умелым. Постепенно формируемая привычка к чистоте, опрятности и аккуратности обеспечивает основы приобщения к гигиенической культуре, здоровому образу жизни. Поэтому важными задачами, стоящими перед педагогами младших групп, можно назвать следующие:

1. Помочь ребенку овладеть простейшими микропроцессами (надеть или снять носочки, колготки, маечку, шапочку и др. ; намылить руки, смыть мыло и грязь, вытереть руки и лицо полотенцем) из которых складываются целостные процессы самообслуживания (одевание, раздевание, умывание) .
2. Научить соблюдать гигиенические правила поведения за столом во время еды.
3. Сформировать отчетливые представления о предметах одежды и обуви, а также их назначения и способах использования, правилах обращения с

предметами для детского самообслуживания (мыло, полотенце, водопроводный кран, оборудование туалетной комнаты, столовые приборы и пр.).

4. Поддерживать и развивать чувство радости от чистой и красивой одежды, опрятного внешнего вида, самостоятельности в самообслуживании.

5. Поддерживать первые проявления сотрудничества со сверстниками, развивая сопереживание, эмоциональную отзывчивость, умение пользоваться общепринятыми способами оказания и принятия помощи (завязать шарф сзади, помочь стянуть куртку с плеч и пр.)

Для решения этих задач необходимы совместные усилия педагогического персонала детского учреждения, а также родителей. Для того, чтобы ребенок с желанием участвовал в гигиенических процедурах порекомендовать родителям использовать элементы устного народного творчества. (Педагог презентует).

Предлагает педагогам вспомнить потешки, которые они используют, например, во время умывания. (Педагоги называют потешки.)

2. Практическая часть.

Уважаемые коллеги! А сейчас хочу предложить вам отвечать на вопросы, применяя свой опыт:

1 вопрос к педагогам старшей, подготовительной группы:

Каковы условия воспитания положительного отношения к еде?

Ответ: Условия воспитания положительного отношения к еде

(в основе лежит индивидуальный подход и валеологическое просвещение):

Ø удобное расположение столов, эстетически приятная сервировка и подача блюд;

Ø благоприятный психологический климат, доброжелательное и внимательное отношение взрослых;

Ø разъяснение необходимости рационального питания, пропаганда здорового образа жизни;

Ø исключение агрессивных методов воздействия (угрозы, принуждение, наказание), нежелательно заставлять ребенка есть без аппетита;

Ø постепенное приучение ребенка к нужной норме в еде (тем детям, которые привыкли есть дома только одно блюдо (первое или второе), надо обязательно давать неполную норму);

Ø оказание помощи в кормлении, при этом предоставляя возможность проявлять самостоятельность (для детей, у которых нет навыка самостоятельного приема пищи);

Ø позволить детям запивать пищу компотом, киселём, соком или просто теплой водой –тогда они охотно едят (для детей, которые с трудом глотают пищу);

Ø во время приема пищи педагогу целесообразно находиться за столом вместе с детьми.

Огромное значение в работе с детьми имеет пример взрослого. Дети испытывают потребность в личном контакте со взрослыми, подражают им в действиях. Исходя из этого предъявляются высокие требования к культуре каждого сотрудника ДОУ.

2 вопрос к воспитателям младших групп:

-Назовите потешки, которые вы используете в работе с детьми в адаптационный период:

Я под краном руки мыла,
А лицо помыть забыла.
Увидал меня Трезор:
Зарычал: «Какой позор!»
 Водичка, водичка,
 Умой моё личико,
 Чтобы глазки блестели,
 Чтобы щечки краснели,
 Чтоб смеялся роток,
 Чтоб кусался зубок.
Мышка плохо лапки мыла:
Лишь водичкою смочила,
Мылом мылить не старалась -
И на лапках грязь осталась.
Полотенце - в черных пятнах!
Как же это неприятно!
Попадут микробы в рот -
Может заболеть живот.
Так что, дети, постарайтесь,
Чаще с мылом умывайтесь!
Надо теплою водой
Руки мыть перед едой!

За столом сидела Белка,
Перед ней была тарелка,
В ней из хлеба, масла, сала
Белка дом сооружала.
Так, друзья, не поступают
И с едою не играют.

Медвежонок хлеб жевал -
Крошки хлебные ронял.
Говорил с набитым ртом -
Что? Не мог понять никто.
После взялся за компот -
Стол облил и свой живот!
Все над ним хохочут звонко,
Застыдили медвежонка:
- Ты не знаешь? За столом
Надо есть с закрытым ртом,
Не спешить, не говорить,
Крошки на пол не сорить.
После встать из-за стола
В шубке чистой, как была.

3.Воспитателям средней группы:

-Назовите последовательность умывания.

(Вспомнить алгоритм последовательности умывания детей)

.Заключение

Культурно-гигиенические навыки это азбука здоровья - важная составляющая часть культуры поведения. Мы, педагоги и конечно, родители должны постоянно помнить, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течение всей его последующей жизни, так как параллельно влияем на многие

психические процессы в развитии ребёнка и формируем основы здорового образа жизни.

Именно в дошкольном детстве ребенок с удовольствием выполняет простейшие умения и навыки гигиенической культуры, с интересом изучает себя, радуется самостоятельным и совместным действиям и их результату (чистые руки, хорошее настроение, одежда сложена аккуратно). Испытывает удовлетворение от одобрительных оценок взрослого, стремясь самостоятельно повторить положительное действие. В этом возрасте ребенок способен правильно совершать процессы умывания, мытья рук, ухаживать за внешним видом, пользоваться носовым платком, помочь в организации процесса питания, правильно пользоваться столовыми приборами и салфеткой, аккуратно есть, стремясь к самостоятельным действиям.

Таким образом, воспитание культурно - гигиенических навыков направлено на укрепление здоровья ребёнка. Вместе с тем оно включает важную задачу - воспитание культуры поведения. Забота о здоровье детей, их физическом развитии начинается с воспитания у них любви к чистоте, опрятности, порядку. «Одна из важнейших задач детского сада, - писала Н. К. Крупская - привить ребятам навыки, укрепляющие их здоровье».

Список использованной литературы

1. Дергунская В. А., Кошкина А. А., Игры - эксперименты с дошкольниками: Учебно - методическое пособие - Москва, Центр педагогического образования, 2013 – 64 с.
2. Картушина М. Ю., Праздники здоровья для детей 3 - 4 лет: Сценарии для ДОУ - Москва, 2008. – 96 с.
3. Козлова С. А., Дошкольная педагогика: Учебник - Москва: Академия, 2006. – 416 с.
4. Павлова Л. Н., Организация жизни и культура воспитания детей в группах раннего возраста – Москва: Айрис-Пресс, 2006. – 226 с.
5. Смирнова Е. Т., Гигиенические основы воспитания в дошкольных учреждениях - Москва, 1973. - 278 с.
6. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой - Москва: Мозаика-Синтез, 2012. – 304 с.
7. Пожидаева О., Самообслуживание детей дошкольного возраста// Дошкольное воспитание. - 2013. - №7 - С. 72-75.

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №52

СЕМИНАР – ПРАКТИКУМ

«АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»

**ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРНО - ГИГИЕНИЧЕСКИХ
НАВЫКОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Воспитатель группы раннего возраста: Мелик - Джаханян Г. В.

г. Армавир.