**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**
**«Центр развития ребенка – детский сад № 57» г. Находка**
**МБДОУ «ЦРР – детский сад № 57»**

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«ЦРР-детский сад № 57» г. Находка
_____Удовенко О.С.

**Положение**
**по формированию культурно-гигиенических навыков у воспитанников**
**МБДОУ «Центр развития ребенка - детский сад № 57»**

## 1. Общие положения

1.1 Настоящее положение разработано для муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка - детский сад № 57» г. Находка (далее МБДОУ).

## 2. Основы формирования культурно-гигиенических навыков.

2.1 Культурно-гигиенические навыки — это навыки, которые позволяют человеку обслужить самого себя.

Культурно-гигиенические навыки - важное средство физического воспитания; являются составной частью культуры поведения, с другой стороны, они связаны трудовым воспитанием.

2.2 Виды культурно-гигиенических навыков.

- навыки культурной еды;
- навыки самообслуживания;
- навыки поддержания порядка в окружáющей обстановке;
- навыки культурных взаимоотношений со сверстниками и со взрослыми;
- навыки поддерживания чистоты своего тела.

2.3 Формирование культурно-гигиенических навыков осуществляется под непосредственным педагогическим воздействием взрослых и всей окружающей обстановке. Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах.

При этом детей приучают выполнять не только то, что им приятно, но и то, что необходимо, преодолевая трудности разного характера.

2.4 В процессе образовательной (воспитательной) деятельности с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки, с возрастом постоянно совершенствовались.

Формируют навыки личной гигиены: умение детей быть всегда опрятными, замечать неполадки в своей одежде, самостоятельно или с помощью взрослых их устранять. Педагоги МБДОУ формируют привычку правильно сидеть за столом во время приема пищи, аккуратно есть, тщательно, бесшумно пережевывать пищу, уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой.

Детям, которые дежурят по столовой, нужно не только уметь правильно накрыть стол и ставить посуду, но и понимать, что, перед тем как приступить к выполнению своих обязанностей, необходимо тщательно помыть руки с мылом, привести себя в порядок, причесаться.

Культурно-гигиенические навыки и привычки имеют выраженную социальную направленность, так как дети учатся выполнять установленные в обществе правила, соответствующие нормам поведения.

На формирование навыков и привычек оказывают влияние и специально направленные действия взрослых, и вся окружающая обстановка. Поведение, манеры, в особенности близких людей, отражаются на содержании детских привычек.

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

2.5 Особое внимание следует уделять формированию нового навыка, привычки, связанных с изменением обстановки, вида деятельности, с появлением новых обязанностей. Для успешной работы в этот период очень важно вызвать у детей положительные эмоции.

2.6 Овладение культурно-гигиеническими навыками приводит к удовлетворению стремления к самостоятельности (что формирует положительное отношение к процессам воспитания).

2.7 Культурно-гигиенические навыки и привычки в значительной степени формируются в дошкольном возрасте, так как центральная нервная система ребенка в высшей степени пластична, а действия, связанные с принятием пищи, одеванием, умыванием, повторяются каждый день и неоднократно.

2.8 Важным фактором воспитания является коллектив сверстников, где дети наблюдают положительные примеры, могут производить сравнения, получить помощь при затруднениях.

## 3. Задачи по формированию культурно-гигиенических навыков.

В работе МБДОУ уделяется большое значение формированию у воспитанников культурно-гигиенических навыков. Содержание работы по формированию культурно-гигиенических навыков включает следующие задачи:

1. Формировать у воспитанников навык, под контролем воспитателя, а затем самостоятельно, мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем.
2. Формировать умение с помощью воспитателя приводить свой внешний вид в порядок.
3. Формировать навык пользования индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком).
4. Во время еды учить воспитанников правильно держать столовые приборы.
5. Обучать воспитанников порядку одевания и раздевания. При небольшой помощи воспитателя формировать умение снимать одежду, обувь (расстегивать пуговицы спереди, застежки на липучках); в определенном порядке аккуратно складывать снятую одежду; правильно надевать одежду и обувь.
6. Формировать навыки аккуратного приема пищи: не крошить хлеб, не проливать пищу, пережевывать пищу с закрытым ртом, пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, учить детей правильно пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой, учить полоскать рот после еды, сохранять правильную осанку за столом, выходя из-за стола, тихо задвигать стул, благодарить взрослых.
7. В процессе гигиенического воспитания и обучения необходимо сообщать воспитанникам разнообразные сведения: о значении гигиенических навыков для здоровья, о последовательности гигиенических процедур в режиме дня.

## 3. Содержание культурно-гигиенических навыков детей дошкольного возраста.

*Группа раннего развития* (от 2 до 3 лет). Важной задачей в работе является воспитание культурно-гигиенических навыков - опрятности, аккуратности в быту, навыков культуры еды, как неотъемлемой части культуры поведения. Чтобы облегчить ребенку освоение новых навыков, необходимо делать этот процесс доступным, интересным и увлекательным.

Продолжать учить детей под контролем взрослого, а затем самостоятельно мыть руки после загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем.

Учить с помощью взрослого приводить себя в порядок. Формировать навык пользования индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расчёской, горшком).

В процессе приема пищи побуждать детей к самостоятельности, учить держать ложку в правой руке.

В процессе одевания и раздевания напоминать детям их порядок. При небольшой помощи взрослого учить снимать одежду, обувь (расстёгивать пуговицы спереди, застёжки на липучках); в определённом порядке аккуратно складывать снятую одежду; правильно надевать одежду и обувь.

*Младшая группа* (от 3 до 4 лет). Приучать детей следить за своим внешним видом. Напоминать им, как правильно пользоваться мылом. Продолжать учить аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расчёской и носовым платком.

Формировать элементарные навыки поведения во время еды: правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережёвывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом.

*Средняя группа* (от 4 до 5 лет). Продолжать воспитывать у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом.

Следить, чтобы не были утрачены навыки самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом.

Закреплять умение пользоваться расчёской, носовым платком. Учить детей при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком.

Совершенствовать навыки аккуратного приёма пищи: пищу брать понемногу, хорошо пережёвывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка, нож), салфеткой, полоскать рот после еды.

*Старшая группа* (от 5 до 6 лет). Воспитывать привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, причёски. Воспитывать привычку самостоятельно чистить зубы, следить за чистотой ногтей, при кашле и чихании закрыть рот и нос носовым платком, отворачиваться в сторону.

Научить аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своём шкафу (раскладывать одежду в определённые места), опрятно убирать постель.

Продолжать совершенствовать культуру еды: правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ложкой); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом.

*Подготовительная к школе группа* (от 6 до 7 лет). Воспитывать привычку аккуратно умываться, насухо вытираться, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистить зубы, полоскать рот утром и после еды, мыть ноги перед сном, правильно пользоваться носовым платком, следить за своим внешним видом, пользоваться расчёской, быстро раздевать и одеваться, вешать одежду в определённом порядке и месте, следить за чистотой одежды и обуви.

## 4. Условия, методы, и приемы формирования культурно-гигиенических навыков.

К числу основных условий успешного формирования культурно - гигиенических навыков относятся:

- рационально организованная предметно-пространственная среда,
- режим дня;
- руководство взрослых.

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

Для формирования культурно-гигиенических навыков нужно также выработать общие критерии в оценке отдельных действий, четко определить место расположения вещей, игрушек, порядок их уборки и хранения. Для малышей особое значение имеет постоянство условий, знание назначения и места каждой нужной ему в течение дня вещи. Например, в умывальной комнате

должно быть достаточное количество раковин необходимого размера, на каждой из которых лежит мыло; раковины и полотенца размещаются с учетом роста детей; на вешалке над каждым полотенцем картинка. Это повышает интерес детей к умыванию.

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, педагогов, помощников воспитателя. Поэтому должна быть обеспечена полная согласованность в требованиях дошкольного учреждения и семьи.

Методы и приемы формирования у детей дошкольного возраста культурно - гигиенических навыков: личный пример взрослых, образовательная деятельность, показ, объяснение, пояснение, поощрение, беседы, упражнения в действиях, дидактические игры, художественное слово, пословицы, поговорки, игра, 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.)

Критерии опрятной еды включают следующие навыки: правильное пользование столовыми приборами, салфеткой; не крошить хлеб; пережевывать пищу с закрытым ртом; не разговаривать с полным ртом; благодарить; уметь вести беседу за столом, пользоваться только своими столовыми приборами.

Мытья рук и личной гигиены включают умение: мыть лицо, руки, закатывать рукава; смачивать руки; брать мыло, намыливать до появления пены; смывать мыло; вытирать насухо руки, аккуратно вешать полотенце в свою ячейку; пользоваться расческой.

Раздевание и одевание в определенном порядке включают следующие навыки: расстегивать пуговицы; снимать одежду; аккуратно убирать одежду; снимать обувь; все надевать в обратной последовательности.

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.