**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №7 «КОЛОКОЛЬЧИК» Г.БРЯНСКА**

Проект "Друзья Мойдодыра"

(Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста посредством использования современных образовательных технологий)

Автор: Юдина Е.В.

воспитатель

Первая

квалификационная

категория

г. Брянск 2017г.

**Содержание**

1. Введение

2. Актуальность проекта

3. Цели, задачи, ожидаемые результаты и продукты

4. Аннотация проекта

5. Этапы реализации проекта программы

6. План мероприятий

7. Ресурсы

8. Риски и пути преодоления рисков

9. Итоговая диагностика уровня развития КГН у детей

10. Анализ взаимодействия с родителями

Выводы

Литература

Приложение

**1.Введение**

**«Воспитатель должен быть тем,**

**Кем он хочет сделать воспитанника»**

**( В. Даль).**

В настоящее время одной из наиболее важных проблем современного общества является состояние здоровья народонаселения.По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей РАМН, за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет лишь 10% среди детей, поступающих в школу.Перечисляя факты нездоровья подрастающего поколения, мы обычно забываем еще об одном, весьма существенном. Это неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, несформированность основных навыков сохранения здоровья. Дошкольный возраст – это важный период, когда формируется человеческая личность, закладываются прочные основы физического здоровья.Культурно–гигиенические навыки у детей воспитываются с самого раннего возраста, при их формировании 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.

**2. Актуальность создания проекта**

Первой задачей ФГОС является охрана и укрепление физического здоровья детей, поэтому в дошкольных учреждениях особое внимание уделяется воспитанию здорового ребенка. Одним из важных факторов развития здоровой личности является формирование у детей культурно–гигиенических навыков.Данные навыки являются важной составной частью культуры поведения. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, причѐски, одежды продиктовано не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Формирование у детей культурно-гигиенических навыков— одно из приоритетных задач дошкольного воспитания.

С этой целью была проведена диагностика уровня развития культурно — гигиенических навыков детей младшей группе «Цветик-семицветик» МБДОУ д/с №7 «Колокольчик» г. Брянска по следующим направлениям: личная гигиена, культура еды и самообслуживание.

Диагностика показала, что только 12% детей (3 человека) обладают высоким уровнем развития КГН. Они самостоятельно аккуратно и правильно пользуются мылом и полотенцем, расческой и носовым платком, столовыми приборами и салфеткой, одеваются и раздеваются в определенной последовательности; 32% детей (8 человек) правильно пользуются мылом, расческой и носовым платком, столовыми приборами и салфеткой, одеваются и раздеваются, но им часто требуется помощь и напоминание воспитателя; у 56% детей (14 человек) - недостаточно сформированы КГН. Так же было проведено анкетирование родителей на тему «Воспитание культурно-гигиенических навыков в семье». Проведенное анкетирование среди родителей показало, что 28 % (7человек) понимают важность формирования культурно-гигиенических навыков у своих детей, 72% (18 человек) недостаточно осознают важность данного вопроса и уделяют мало внимания формированию культурно-гигиенических навыков у своих детей.

Перед нами стала проблема поиска оптимальных путей совершенствования работы по формированию навыков личной гигиены, культуры еды и самообслуживания.

Использование инновационных педагогических технологий открывает новые возможности воспитания и обучения дошкольников, поэтому мы и выбрали технологию проектной деятельности.

Проект "Друзья Мойдодыра"разработана основании использования современных образовательных технологий.

**3.Цели, задачи, ожидаемые результаты и продукты**

**Стратегическая цель:** создание благоприятных условий для формирования культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей младшего дошкольного возраста посредством современных образовательных технологий.

**Тактические цели:**

1. Повышать профессиональную компетентность педагога путем создания методического обеспечения проекта;

2. Организоватьобразовательную работу с детьми по формированию культурно-гигиенических навыков в следующих направлениях:

* Формирование навыков личной гигиены;
* Формирование навыков культуры еды;
* Формирование навыков самообслуживания.

3. Повышатьзаинтересованность и компетентность родителей в формировании культурно- гигиенических навыков у детей.

4. Создать предметно-развивающую среду, способствующую формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.

**Задачи:**

Образовательные:

* Формировать у детей младшего дошкольного возраста умение:

- следить за своим внешним видом, правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место;

- самостоятельно одеваться и раздеваться в определенной последовательность, пользоваться при необходимости личной расческой и носовым платком;

- соблюдать культуру поведения детей за столом, культуру еды.

* Способствовать осмыслению детьми необходимости соблюдения правил личной гигиены.

Развивающие:

* Развивать эмоциональные качества, внимательность и наблюдательность, творческое воображение.

Воспитательные:

* Воспитывать у детей:

- желание выглядеть чистыми, опрятными;

- умение замечать непорядок в одежде и устранять его при небольшой помощи взрослых.

**Ожидаемые результаты**

* ***Дети будут уметь:***

- правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на свое место;

- правильно держать и пользоваться ложкой и вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережёвывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать во время еды;

- с помощью взрослого приводить себя в порядок, при необходимости пользоваться индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой,полотенцем, расчёской), с небольшой помощью воспитателя одеваться и раздеваться, аккуратно складывать одежду, следить за своим внешним видом.

* ***Методическое обеспечение.***

Будут разработаны:

- перспективное планирование по формированию культурно- гигиенических навыков в младшей группе;

- сценарий развлечения;

- картотеки дидактических игр по формированию культурно- гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.

* ***Взаимодействие с родителями:***

- повыситься компетентность родителей по формированию культурно- гигиенических навыков у детей и желание участвовать в совместных мероприятиях.

* ***Предметно-развивающая среда:***

- оформлены игры: дидактические, театрализованные, сюжетно-ролевые, тематические альбомы;

- создана презентация «Проект "Друзья Мойдодыра";

**Продукт**

* Перспективный план работы по формированию культурно–гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста;
* Конспект развлечения «В гостях у Мойдодыра»и схемы алгоритма одевания, мытья рук;
* Картотека дидактических игр по формированию культурно - гигиенических навыков;
* Создание атрибутов к сюжетно-ролевым играм «Парикмахерская», «Прачечная».
* Диагностический инструментарий определения уровня развития культурно-гигиенических навыков.
* Оформление презентации проекта «Друзья Мойдодыра».

**4.Аннотация проекта**

Тип проекта: игровой, творческий.

Продолжительность проекта: среднесрочный (с 1 по 30 сентября)

Участники проекта: воспитатель, дети младшей группы, родители.

*В основу данного проекта положены следующие идеи:*

1)охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

2)формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

3) формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности;

4)обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

*В соответствии с ФГОС проект опирается на следующие принципы:*

* принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
* построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми;
* решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
* сочетание принципа научной обоснованности и практической применимости;
* единство воспитательных, развивающих и обучающих целей, и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;
* принцип интеграции образовательных областей (физическая культура, здоровье, безопасность, социализация, труд, познание, коммуникация, чтение художественной литературы, художественное творчество, музыка) в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей.

Вопросами гигиены детей интересовались передовые учёные и врачи России. Ещё в 1919г была поставлена задача создания сети дошкольных учреждений (яслей, детских садов). Выполнение этой задачи потребовало научного обоснования многих гигиенических вопросов, связанных с воспитанием детей раннего и дошкольного возраста и в связи с этим выделения в гигиене детей раздела дошкольной гигиены. Немалый вклад в дошкольную гигиену внесли видные отечественные педиатры: Н.М. Щелованов, Е.А. Аркин и другие. Их труды помогают работникам дошкольного воспитания правильно с гигиенической точки зрения организовывать работу с детьми.Огромное значение режиму дня придавал выдающийся педагог А.С. Макаренко. Он считал, что режим – это средство воспитания, правильный режим должен отмечаться определённостью, точностью и не допускать исключений.

Наблюдения показали, что в тех детских учреждениях, где режим дня выполняется в соответствии с гигиеническими требованиями и все виды деятельности проводятся на высоком педагогическом уровне показатели работоспособности и развития детей высоки.

**Пути решения проекта:**

* разработать систему реализации идей на основе реальной

практики и возможностей конкретного ДОУ;

* оценить риски реализации проекта.

Пути формирования КГН:

* Становление орудийных и соотносящих действий;
* Перенос КГН в игровую воображаемую ситуацию;
* Использование КГН в самостоятельной деятельности.

**Образовательные технологии, методы и приемы, используемые в реализации проекта**

* Технология исследовательской деятельности.
* Методы и приемы:

- постановка и решение вопросов проблемного характера;

- наблюдения,

-опыты.

* Информационно - коммуникативные технологии.
* Методы и приемы:

- подбор иллюстраций,

- создание презентаций,

- организация мультзала.

* Социоигровые технологии.
* Методы и приемы:

- дидактические игры,

- сюжетно-ролевые игры,

-игры - драматизации,

- игровые ситуации.

* Личностно - ориентированные технологии.
* Методы и приемы:

- развлечения,

- образно - ролевые игры;

- индивидуальная работа.

* Здоровье сберегающие технологии.
* Методы и приемы:

- утренняя гимнастика,

- закаливание (умывание, полоскание рта и т.д.)

- физкультминутки,

-подвижные игры.

**5.Этапы реализации проекта**

Реализация проекта рассчитана на 4 недели: с «1» по «30» сентября.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Этапы | Цель | Сроки |
| 1. | Подготовительно-проектировочный этап | * Разработать диагностический инструментарий; * Провести диагностику уровня развития культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста; * Составить перспективный план по формированию культурно - гигиенических навыков; * Разработать конспект развлечения "В гостях у Мойдодыра" и схемы алгоритмов одевания, мытья рук. * Составить картотеку дидактических игр; * Изучить методическую литературу; * Создать развивающую среду.   **Взаимодействие с родителями:**   * Анкетирование родителей; * Разработать консультации групповые и индивидуальные; * Подготовить развлечение для родителей и детей. | С 1 по 7сентября |
| 2. | Практический этап | **Работа с детьми:**   * Беседы о формировании культурно - гигиенических навыков; * Чтение художественной литературы в течение дня, рассматривание иллюстраций; * Экскурсии; * Опыты; * Игровые ситуации и   практические упражнения;   * Продуктивная деятельность; * Мультзал; * Игроваядеятельность.   **Взаимодействие с родителями:**  - Провести "Круглый стол" с родителями;  - Оформить информационные стенды, ширмы и папки - передвижки;  - Провести развлечение для родителей и детей. | С 8 по 26 сентября |
| 3. | Обобщающе - результативный этап | * Итоговая диагностикауровня развития культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста; * Итоговое анкетирование родителей; * Развлечение с родителями. | С 27 по 28 сентября |
| 4. | Презентация проекта | Презентация проекта " Друзья Мойдодыра" | 29сентября |

**6.План мероприятий.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | ОО | Тема мероприятий | Форма проведения |
| 1. | **«Физическое развитие»** | Формирование навыков личной гигиены   * Игра малой подвижности "Зайка серенький умывается"; * Пальчиковыеигры: " Моем руки", "Вытираем ручки"; * Подвижная игра "Пузырь";   Формирование навыков культура еды   * Пальчиковая гимнастика "Машина каша". | Совместная деятельность в режимных моментах |
| 2. | **«Социально-коммуникативное развитие»** | Формирование навыков личной гигиены   * Практические упражнения: "Моем руки чисто", "Мой платочек" (правильное пользование носовым платком), "Я сама расчесываюсь" (правильное пользование расческой); * Дидактические игры: "Помоем руки кукле Маше", "Сделаем кукле разные прически"; * Игра- драматизация по стихотворению А. Барто "Девочка чумазая"; * Сюжетно-ролевая игра "Причешем куклу".   Формирование навыков культура еды   * Практические упражнения: "Правильно пользуемся ложкой", "Хорошие манеры"(правильное пользование салфеткой); * Дидактическая игра "Научим Мишку правильно кушать"; * Игровая ситуация "Что мы умеем"; * Сюжетно- ролевая игра"Готовим обед";   Формирование навыков самообслуживания   * Дидактические игры "Оденем куклу на прогулку", "Покажем Маше, как нужно складывать свои вещи". | Самостоятельная и совместная деятельность в режимных моментах |
| 3. | **«Познавательное развитие»** | Формирование навыков личной гигиены   * Рассматривание схемы- алгоритма умывания, беседа по картине "Дети умываются"; * Опыт с мылом "Было грязное, стало чистое"; * Мультзал (просмотр фрагмента из мультфильма "Мойдодыр");   Формирование навыков культуры еды   * Беседы: "Почему нужно полоскать рот после еды", "Как и когда мы пользуемся салфеткой"; * Рассматривание картины "Дети обедают"; * Экскурсия на обед в старшую группу;   Формирование навыков самообслуживания   * Рассматривание схемы - алгоритма одевания и раздевания. | Совместная деятельность в режимных моментах  Самостоятельная деятельность в режимных моментах. |
| 4. | **«Речевое развитие»** | Формирование навыков личной гигиены   * Чтение: потешки "Чистая водичка", "Водичка водичка...", К. Чуковский "Мойдодыр", А. Барто "Девочка чумазая";   Формирование навыков культуры еды   * Чтение потешки "Уж я Танюшечке   пирог испеку";  Формирование навыков  самообслуживания   * Чтение И. Муравейка "Я сама". | Совместная деятельность в режимных моментах |
| 5. | **«Художественно-эстетическое развитие»** | Формирование навыков личной гигиены   * Рисование "Полосатое полотенце для Мойдодыра";   Формирование навыков культуры еды   * Лепка "Бублики для Мишки";   Формирование навыков самообслуживания   * Аппликация "Украсим носовой платок". | НОД  Самостоятельная деятельность детей  НОД |

**7. Ресурсное обеспечение проекта**

Кадровые ресурсы: воспитатели, музыкальный руководитель.

Материальные условия: помещения группы, раздевальные комнаты, умывальные комнаты.

Учебно- методические ресурсы: пособия, дидактический материал, картотека игр, алгоритмы действий.

Технические условия: магнитофон, компьютер.

Информационные ресурсы:интернет.

**Критерии оценивания проекта:**

1.Удовлетворённость родителей результатом работы ДОУ (созданными условиями, интересом ребёнка к образовательному процессу).

2.Соответствие условий обучения дошкольников нормам СанПиНа.

3.Информированность родителей об организации воспитательного и образовательного процесса дошкольника.

**8.Риски и пути преодоления рисков**

|  |  |
| --- | --- |
| **Возможные риски** | **Способы их преодоления** |
| * Не систематическое посещение детьми ДОУ. * Стремление родителей переложить ответственность за воспитание детей «на плечи детского сада». * Не полностью созданы условия в детском саду для воспитания культурно-гигиенических навыков. | * Индивидуальная работа с детьми. * Индивидуальная беседа, консультации, родительские собрания, наглядная информация. * Пополнение развивающей среды новыми дидактическими, сюжетно -ролевыми играми . |

**9. Итоговая диагностика уровня развития КГН для детей**

По завершению проекта, была проведена итоговая диагностика уровня развития культурно — гигиенических навыков. Обследовав детей группы "Цветик-семицветик"д/с №7 " Колокольчик" пришли к выводу, что высоким уровнем развития культурно -гигиенических навыков обладают 24% детей (6 человек), средним уровнем - 52 % (14 человек), низким - 24% детей (6 человек).

Сравнительный анализ уровня развития КГН в начале проекта и после его реализации показал положительную динамику по всем направлениям. Повышение уровня развития КГН у детей младшей группы "Цветик-семицветик"составило 36 % .

**10. Анализ взаимодействия с родителями**

Было проведено итоговое анкетирование родителей на тему «Воспитание культурно-гигиенических навыков в семье». Опросив повторно родителей , пришли к выводу, что 80% (20 человек) понимают важность формирования культурно-гигиенических навыков у своих детей и уделяют этому достаточно внимания,20% (5 человек) недостаточно осознают важность данного вопроса.

Родители стали осознавать важность данного вопроса и заинтересовались в сотрудничестве с воспитателями по вопросу формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего школьного возраста.

**ВЫВОДЫ**

Результат проекта, проведенного на базе дошкольного образовательного учреждения, показал наличие положительной динамики в формировании культурно-гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста по всем направлениям.

Дети стали следить за своим внешним видом, по назначению использовать носовой платок и расческу,аккуратно и правильно пользоваться столовыми приборами и салфеткой, одеваться и раздеваться в определенной последовательности, что свидетельствует об эффективности использования проектного метода и современных образовательных технологий в формировании культурно- гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.

Проект может стать мощным импульсом к творческой инициативе дошкольных педагогических работников, занимающихся проблемой формирования культурно-гигиенических навыков.

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Богина, Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях : методическое пособие/Т. Л. Богина. -М. :Издательство «Мозаика-Синтез», 2014. - С. 94 -96
2. Доскин, В. А. Растем здоровыми:пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры /В. А. Доскин, Л. Г. Голубева-М: «Просвещение», 2014. С. 52-55.
3. Расту культурным -Полиграф-Проект Москва 2013. С. 12-24.
4. Крылова, Н. И. Здоровьесберегающее пространство в ДОУ. Проектирование, тренинги, занятия [Текст]: методическое пособие/Н. И. Крылова. -Волгоград: издательство «Учитель», 2013.164-169с.
5. Картушина, М. Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 3-4 лет [Текст]: методическое пособие / М. Ю. Картушина. - М. : ТЦ «Сфера», 2044. С. 30-33, 43-48с.
6. Михайленко И. Я., Короткова Н. А. Организация сюжетной игры в детском саду. Пособие для воспитателей Москва 2013г. С. 32-38.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

В начале проекта была проведена диагностика уровня развития культурно — гигиенических навыков во второй младшей группе «Цветик-семицветик» МБДОУ д/с №7 «Колокольчик» г. Брянска. Было обследовано 25 детей. В данной диагностике исследовались следующие навыки:

* Формирование навыков личной гигиены:

- Мыть лицо, руки;   
- Закатать рукава;  
- Брать мыло, намыливать до появления пены и смывать мыло;

- Сухо вытирать руки, аккуратно вешать полотенце в свою ячейку;

- Пользоваться расческой;  
- Пользоваться носовым платком.

* Формирование навыков культуры еды:

- Правильное пользование столовой и чайной ложками, салфеткой;

- Не крошить хлеб;  
- Пережевывать пищу с закрытым ртом;  
- Не разговаривать с полным ртом;  
- Тихо выходить по окончании еды из-за стола;  
- Благодарить.

* Формирование навыков самообслуживания:

- Расстегнуть пуговицы, замок;  
- Снять платье (рубашку, шорты);  
- Аккуратно повесить;  
- Снять обувь;  
- Надеть в обратной последовательности.

Каждое, выполненное задание оценивалось от 0 до 2 баллов. Для оценивания были разработаны следующие критерии:   
правильно выполненное действие ребенок получал - «2» балла;  
действие выполняется только с помощью взрослого – «1» балл;  
не умеет выполнять действие – «0» баллов.  
Исходя из максимального количества возможно набранных баллов были определены уровни сформированности культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста:  
Высокий уровень (32 –48 баллов): ребёнок самостоятельно моет лицо и руки, аккуратно вытирает руки полотенцем и самостоятельно вешает его в свою ячейку; при необходимости использует носовой платок, самостоятельно использует расческу; в процессе еды использует по назначению салфетку, чайную и столовую ложку; не крошит хлеб; пищу принимает молча с закрытым ртом, в процессе раздевания ребёнок самостоятельно расстегивает пуговицы (замок), снимает и вешает одежду на стул; самостоятельно снимает обувь.

Средний уровень (16-31 балл): ребёнок моет лицо и руки с незначительной помощью воспитателя, вытирает руки полотенцем не полностью, вешает полотенце в свою ячейку чаще всего с подсказки воспитателя; использует носовой платок по рекомендации воспитателя; в процессе еды самостоятельно салфетку не использует, чайную и столовую ложку не путает; не крошит хлеб; в процессе еды может разговаривать; в процессе раздевания ребёнок испытывает некоторые затруднения при расстегивании пуговиц (замка), снимает и вешает одежду на стул хаотично; самостоятельно снимает обувь.  
Низкий уровень (0 – 15 баллов): ребёнок моет лицо и руки при существенной помощи воспитателя, не умеет пользоваться полотенцем, вешает его в свою ячейку после замечания воспитателя; не использует носовой платок, не умеет пользоваться расческой; в процессе еды не пользуется салфеткой; может путать чайную и столовую ложку; ест не опрятно, крошит хлеб; пищу принимает с открытым ртом, разговаривает, в процессе раздевания ребёнок расстегивает пуговицы (замок), снимает и вешает одежду на стул, снимает обувь только с помощью воспитателя.

Первичная диагностика показала, что только 12% детей (3 человека) обладают высоким уровнем развития КГН. Они самостоятельно аккуратно и правильно пользуются мылом и полотенцем, расческой и носовым платком, столовыми приборами и салфеткой, одеваются и раздеваются в определенной последовательности; 32% детей (8 человек) правильно пользуются мылом, расческой и носовым платком, столовыми приборами и салфеткой, одеваются и раздеваются, но им часто требуется помощь и напоминание воспитателя; у 56% детей (14 человек) - недостаточно сформированы КГН.

По завершению проекта, была проведена повторная диагностика. Она выявила, что высоким уровнем обладают 24% детей (6 человек), средним - 56 % (14 человек), низким - 24% (6 человек).

Сравнительный анализ уровня развития КГН в начале проекта и после его реализации показал положительную динамику по всем направлениям. Повышение уровня развития КГН у детей второй младшей группы составляет 36 % .

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

**«Культурно-гигиенические навыки воспитания в семье»**

*Ответьте пожалуйста на данные вопросы.*  
1. Считаете ли, Вы себя компетентным в вопросах культурно-гигиенического воспитания?  
2. Как Вы считаете, Ваш ребенок обладает навыками аккуратной еды?  
3. Ваш ребенок умеет правильно пользоваться чайной и столовой ложкой,вилкой, салфеткой?  
4. Он пережевывает пищу с закрытым ртом, не разговаривает с полным ртом?  
5. Благодарит, выходя из-за стола?  
6. Как Вы думаете, сформировались у него (нее) навыки мытья рук и личной гигиены?  
7. Умеет ли Ваш ребенок, мыть руки закатав рукава, взяв мыло, намыливать до появления пены?  
8. Может смыть мыло, сухо вытереть руки, аккуратно сложить полотенце и повесить в свою ячейку?  
9. Умеет пользоваться расческой самостоятельно?  
10. Обладает ли Ваш ребенок навыками снимания и надевания одежды в определенном порядке(снимает ботинки, носки, колготки, майку и все вещи аккуратно складывает на стул)?  
11. Умеет поласкать рот после каждого приема пищи?  
Благодарим вас за сотрудничество!

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

**Перспективный план по формированию культурно-гигиенических навыков у детей второй младшей группы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тематика основных мероприятий** | **Методические задачи** |
| **1** | Упражнение «Мы правильно моем руки». Чтение потешки «Водичка-водичка». | Формировать у детей базовые культурно-гигиенические навыки, учить правильно мыть руки, тщательно вытирать каждый пальчик. |
| **2** | Беседа и упражнение  «В гостях у Мойдодыра» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, рассказать о важности поддержания чистоты одежды и тела, познакомить с понятием «опрятность».  Учить правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть лицо, руки, уши, насухо вытираться после умывания. |
| **3** | Упражнение «В гостях у расчестки» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, навыки самообслуживания.  Учить пользоваться индивидуальной расческой, контролировать свой внешний вид с помощью зеркала. |
| **4** | Упражнение «Полотенце пушистое» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, учить правильно пользоваться индивидуальным полотенцем, вешать его на место (в свою индивидуальную ячейку). |
| **5** | Беседа  «Знакомим Незнайку с правилами поведения за столом» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, продолжать знакомить с правилами поведения за столом, учить есть аккуратно, правильно пользоваться салфеткой. |
| **6** | Беседа  «Поведение за столом» | Формировать навыки самообслуживания и культурно-гигиенические навыки, учить детей есть самостоятельно, обращать внимание на то, что нужно правильно держать столовую ложку, наклоняться над тарелкой, стараться есть бесшумно, пережевывать пищу с закрытым ртом. |
| **7** | Презентация  «Чайная ложка» | Формировать навыки самообслуживания и культурно-гигиенические навыки, познакомить детей с таким столовым прибором как чайная ложка, учить пользоваться ею.  Обогащать словарный запас. |
| **8** | Мультзал: просмотр фрагмента мультипликационного фильма «Мойдодыр» | Предложить детям просмотреть фрагмент мультфильма, прослушать песенку Мойдодыра, способствовать формированию культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания. |
| **9** | Игровая презентация «Мама учит зайчонка правильно вести себя за столом» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, учить правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами. |
| **10** | Игровая ситуация «Уроки королевы Зубной Щетки». Упражнение «Послушная щетка» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, продолжать знакомить с приемами чистки зубов, учить правильно держать щетку. |
| **11** | Мультзал: просмотр мультфильма «Вини-Пух» в горстях у кролика». | Предложить детям посмотреть отрывок мультфильма.  Способствовать формированию навыков культурного поведения за столом. |
| **12** | Презентация «Кукла Катя умывается» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, учить аккуратно и правильно умываться.  Формировать понимание важности данной гигиенической процедуры, привычку по необходимости мыть руки и лицо. |
| **13** | Игровая ситуация «Как Машенька утром просыпается» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, учить правильно осуществлять ежедневные гигиенические процедуры (умываться, чистить зубы, причесываться), понимать их назначение и важность. |
| **14** | Игровая ситуация «Непослушный ёжик» | Рассказать о том, как избежать простудные заболевания, о правилах культурного поведения (использования носового платка, салфеток и т.д.), формировать соответствующие культурно-гигиенические навыки. |
| **15** | Игровая ситуация «Кукла Полина умывается» | Формировать у детей навыки самообслуживания культурно-гигиенические навыки, учить обозначать словом и понимать назначение выполняемых действий, поощрять стремление выполнять их правильно. |
| **16** | Театрализованная игра по стихотворению А. Барто «Девочка чумазая» | Учить детей выполнять действия по передаче сюжета произведения, работать над повышением выразительности речи, мимики, жестов. Воспитывать желание быть опрятными, чистыми. |
| **17** | Игровая ситуация «Мы пришли в гости» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, актуализировать знания о правилах поведения за столом, учить правильно пользоваться салфеткой. |
| **18** | Беседа «За столом» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, систематизировать знания о поведении за столом, учить применять свои знания на практике. |
| **19** | Упражнение «Мойдодыр» | Формировать у детей навыки самообслуживания и культурно-гигиенические навыки, уточнить название и назначение предметов туалета, их свойства.  Формировать осознанное стремление быть аккуратными. |
| **20** | Игровая ситуация «Кукла умывается». Чтение Я. Акима «Где живет вода?» | Формировать у детей навыки самообслуживание и культурно-гигиенические навыки.  Предложить детям рассказать и показать кукле, как нужно правильно и аккуратно мыть руки, лицо, пояснить, зачем нужно тщательно вытирать. |
| **21** | Игровая ситуация «Медвежонок умывается» | Формировать культурно-гигиенические навыки. Предложить детям посмотреть, как умывается игрушечный медвежонок, ответить на вопрос «Все ли он делает правильно?». |
| **22** | Презентация «Вилка» | Формировать у детей навыки самообслуживания и культурно-гигиенические навыки, учить пользоваться столовыми приборами во время еды.  Актуализировать знания о правилах поведения за столом. |
| **23** | Учимся аккуратно кушать хлеб | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, учить правильно вести себя за столом.  Показать способы обращения с хлебом: порционный кусочек хлеба откусывать маленькими кусочками. Воспитывать бережное отношение к хлебу. |
| **24** | Игровая ситуация «Медвежонок ужинает» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания. Учить есть аккуратно, правильно держать ложку, пользоваться салфеткой. |
| **25** | Игровая ситуация «Хрюша завтракает» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, учить культурно вести себя за столом, пользоваться салфеткой, правильно держать ложку, после еды класть ложку в тарелку и т. д. |
| **26** | Презентация «Послушная ложка» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, учить соблюдать правила поведения за столом.  Учить собирать остатки пищи ложкой, наклонять тарелку от себя. |
| **27** | Игровая ситуация «Доброе утро, Петушок» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки. Учить осуществлять ежедневные гигиенические процедуры: умыться, чистить зубы, причесываться. |
| **28** | Презентация «Учимся правильно пользоваться вилкой» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, учить пользоваться вилкой.  Обращать внимание на необходимость соблюдения знакомых детям правил поведения за столом. |
| **29** | Игровая ситуация «Научим Хрюшу умываться» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, учить правильно умываться, способствовать росту осознанности действий детей. |
| **30** | Игровое упражнение «Румяные щечки» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, учить следить за своим внешним видом, мыть руки с мылом, тщательно умывать лицо, мыть уши. |
| **31** | Практические упражнение «Носовой платок» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, учить пользоваться носовым платком, содержать его в чистоте, во время обращаться за помощью к взрослым. |
| **32** | Упражнение, беседа «Чистота, здоровье» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, акцентировать внимание детей на том, как нужно правильно намыливать руки, смывать мыло, вытирать руки.  С опорой на рисунки обсудить, когда необходимо мыть руки. |
| **33** | Практическое упражнение «Земляничное мыло» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, осознанное отношение к соблюдению правил личной гигиены. Формировать привычку мыть руки после посещения туалета, перед едой, а так же по мере загрязнения, учить правильно мыть и вытирать руки. |
| **34** | Практическое упражнение «Крепкие зубы» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, умение правильно чистить зубы. Продолжать знакомить детей с правилами ухода за зубами (необходимо регулярно чистить зубы, после каждого приема пищи полоскать рот, избегать чередования холодно и горячей пищи и т.д.), рассказать о важности их соблюдения. |
| **35** | Игровая ситуация «Филя ужинает» | Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, учить культурно вести себя за столом, способствовать осознанному, способствовать осознанному выполнению детьми правил этикета и безопасности. |
| **36** | Упражнение «Самые аккуратные». Чтение К. Чуковского «Мойдодыр» | Формировать у детей навыки самообслуживания, выявлять с помощью взрослого устранять недостатки в одежде, прическе. Воспитывать опрятность. |

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

**ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИГРЫ НА ГИГИЕНИЧЕСКИЕ НАВЫКИ**

**"Чистоплотные дети"**

Задачи игры. Проверить знания детей о предметах гигиены и их назначении.

Ход игры. Воспитательница говорит детям, что хочет убедиться в том, что они чистоплотные и аккуратные: пусть они скажут, что нужно для того, чтобы волосы, руки и лицо были чистыми (чем больше они смогут об этом рассказать, тем лучше). 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 2. 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).

**"Что нужно кукле!"**

Задачи игры. Упражнять культурно-гигиенические навыки.

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

Ход игры. Воспитательница знакомит детей с картинками, спрашивает их, для чего нужен каждый предмет, затем перемешивает картинки и раздает их, берет куклу и говорит детям: "Наша куколка встала и хотела бы умыться, но чем? ” Дети приносят картинки, на которых нарисованы предметы, нужные кукле для умывания. Игра продолжается. Воспитательница направляет игру так, чтобы чередовались все виды деятельности. Например она говорит: "Наша кукла умылась и хотела бы причесаться, но чем? Наш; кукла умылась, но еще не завтракала. Что мы ей дадим есть? Наша кукла собралась на прогулку, что она наденет? ”

**"Что ты можешь о них сказать? "**

Задача игры. Познакомиться с предметами гигиены и их использованием. Оборудование:Гребень, щетка для ногтей, мыло, полотенце, умывальник, ножнички, вода в кружке, резиновые куколки.

Ход игры. Предметы гигиены лежат возле воспитательницы на столике и на стуле. Воспитательница называет по имени одного ребенка: "Петя, скажи, что ты видишь здесь? ” Ребенок называет отдельные предметы и показывает их. Если он что-либо пропустил, другие дети его дополняют до тех пор, пока все предметы не будут названы. Далее воспитательница задает другому вызванному ребенку следующий вопрос: "Яна, есть у вас дома мыло? ” Когда ребенок ответит утвердительно, воспитательница просит: Принеси мыло. Посмотри на него внимательно и понюхай его. Что мы c ним делаем? Для чего нам мыло? ” Если ребенок не рассказал о мыле чего-либо важного, воспитательница может вызвать следующего ребенка. (Когда мыло уже не нужно, она откладывает его в сторону.) Воспитательница может задать и наводящие вопросы: "Для чего мама купила мыло? ” (Она хочет стирать.) "Что сделает мама, когда полотенце станет грязным? ” (Выстирает его.) "Для чего маме гребень? Какие гребни у вас дома? ”. В заключение дети умывают и купают кукол, вытирают их и т.д.

**"Водичка, водичка!"**

Цель: воспитывать стремление к самостоятельности при выполнении навыков самообслуживания.

Оборудование: две куклы.

Ход игры: взрослый показывает детям двух кукол и говорит, что куклы хотят обедать, но у них грязные руки и лицо. Взрослый спрашивает: "Что надо сделать? — Надо вымыть куклам руки! Попросим водичку: Водичка, водичка, умой мое личико, чтобы глазоньки блестели, чтобы щечки краснели, чтоб кусался зубок, чтоб смеялся роток!" Показывает и рассказывает детям, как надо мыть куклам руки и лицо перед обедом. Далее предлагает детям вымыть свои руки и лицо, при этом взрослый повторяет потешку "Водичка, водичка!"

**"Чистые ручки"**

Цель: учить ребенка мыть руки.

Оборудование: заяц резиновый.

Ход занятия: взрослый обращается к ребенку: "Мы пришли с прогулки, нам нужно вымыть ручки. Зайчик будет смотреть, как мы моем ручки". Взрослый ставит игрушку на край умывальника и показывает ребенку движения руками под струей воды. В конце процедуры взрослый от имени зайчика хвалит ребенка.

**"Сделаем лодочки"**

Цель: учить ребенка последовательно выполнять действия при мытье рук, подражать действиям взрослого.

Ход занятия: взрослый обращает внимание ребенка на то, что при мытье рук надо соблюдать последовательность действий: засучить рукава взрослый произносит потешку: "Кто рукавчик не засучит, тот водички не получит!"; открыть кран; сложить ладони рук "лодочкой"; намылить «как рукавички» подставить руки под струю воды; закрыть кран; стряхнуть воду или отжать «замочком» вытереть руки полотенцем. Затем ребенку предлагают выполнить действия, подражая взрослому, который обращает внимание ребенка на положение рук.

**"Мыльные перчатки"**

Цель: учить ребенка намыливать руки с внешней и внутренней стороны. Оборудование: детское мыло, полотенце.

Ход занятия: взрослый подводит ребенка к умывальнику, стоит за его спиной, берет в руки мыло и показывает круговые движения рук при намыливании. Затем передает ребенку кусок мыла и просит его повторить движения намыливания. Движения нужно делать до тех пор, пока не образуется белая пена. Обращается внимание ребенка на белые ручки, взрослый говорит: "Вот, какие у нас перчатки — белые!" Далее взрослый помогает ребенку смыть пену под струей воды, при этом произносит одну из потешек: Например: Ладушки, ладушки, с мылом моем лапушки, Чистые ладошки, вот вам хлеб, да ложки! В кране булькает вода. Очень даже здорово! Моет рученьки сама Машенька Егорова (взрослый называет имя ребенка). Знаем, знаем да, да, да! Где тут прячется вода! В конце игры взрослый хвалит ребенка, обращает внимание на его чистые руки. В случае необходимости используются совместные действия взрослого и ребенка. **"Умывалочка"**

Цель: учить ребенка умываться.

Оборудование: зеркало, полотенце.

Ход занятия: взрослый приводит ребенка (после сна) в ванную комнату, просит посмотреть на себя в зеркало, обращает его внимание на глазки, ротик, щечки и т.д. Предлагает ребенку умываться вместе с ним, при этом показывает, как это нужно сделать. Взрослый произносит потешку: Выходи, водица, мы пришли умыться! Лейся на ладошку, по-нем-нож-ку... Нет, не понемножку — посмелей, Будем умываться веселей! В конце умывания взрослый учит малыша вытирать лицо насухо полотенцем, просит посмотреть на себя в зеркало, говорит: "Аи, какой чистый ребенок, посмотри на себя в зеркало!"

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

**«Пузырь»**

Цель. Научить детей становиться в круг, делать его то шире, то уже, приучать их согласовывать свои движения с произносимыми словами. Описание. Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют небольшой кружок, стоя близко друг к другу. Воспитатель произносит: Раздувайся, пузырь, Раздувайся, большой, Оставайся такой Да не лопайся. Играющие отходят назад и держатся за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет: "Лопнул пузырь!" Тогда они опускают руки и приседают на корточки, говоря при этом: "Хлоп!" Можно также предложить детям после слов "лопнул пузырь" двигаться к центру круга, по-прежнему держась за руки и произнося при этом звук "ш-ш-ш" — воздух выходит. Затем дети снова надувают пузырь — отходят назад, образуя большой круг.

**«Мыльные пузыри»**

Ход игры**:** Надуваем пузыри, (надувают) Разноцветные они. (поднимают руки вверх, машут из стороны в сторону) Лишь дотронешься рукой, (руки вытянуть вперёд) Сразу лопнет, ой! (дети хлопают в ладоши и приседают)

ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ

**«Моем руки»**: ритмично потирать ладошки, имитируя мытье рук. Ах, вода, вода, вода! Будем чистыми всегда!

**«Стираем водичку с рук»**: пальцы сжаты в кулачок, затем с силой выпрямить пальчики, как бы стряхивая водичку. Брызги – вправо, брызги – влево! Мокрым стало наше тело!

**«Вытираем руки»:** энергичные движения имитируют поочередное вытирание каждой руки полотенцем. Полотенчиком пушистым Вытираем ручки очень быстро.

**«Зайка серый умывается»** Зайка серый умывается, видно в гости собирается.вымыл ротик, вымыл носик, вымыл глазки, вымыл лобик, вымыл ручки, вымыл ножки, вымыл ухо, вытер сухо.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

**Развлечение «В гостях у Мойдодыра»**

Цель: учить соблюдать последовательность действий при мытье рук и самостоятельно мыть руки, используя схемы-алгоритмы; учить понимать смысл схематического изображения; учить наклеивать изображения круглой формы; способствовать развитию навыков продуктивной деятельности (аппликация), воспитывать желание быть чистым и аккуратным, вызывать желание демонстрировать положительный пример.

Предварительная работа: чтение произведения К.И.Чуковского «Мойдодыр», рассматривание картинок, способствующих формированию у детей культурно-гигиенических навыков, знакомство со схемами-алгоритмами, выполнение аппликаций «Украсим платочек», «Украсим тарелочку».

Оборудование: «Мойдодыр,дидактическая кукла, чудесный мешочек, наполненный предметами личной гигиены: мыло, мочалка, полотенце, мольберт, схемы-алгоритмы, заготовка к аппликации в форме полотенца, вырезанные заготовки в форме разноцветных и различных по размеру кружков, клей, кисти, салфетки по количеству детей, клеенка на стол.

**Ход развлечения :**

В группу входит взрослый, в руках у него Грязнуля (кукла с грязными руками и лицом).

Взрослый. Посмотрите, ребята, к нам в группу пришел новый мальчик. Но какой, же он грязный! (обр. к Грязнуле):

Ах ты, гадкий, ах, ты, грязный,

Неумытый поросёнок!

Ты чернее трубочиста,

Полюбуйся на себя,

У тебя на шее вакса,

У тебя под носом клякса,

У тебя такие руки,

Что сбежали даже брюки.

Воспитатель. Ребята, мы можем принять его в группу? А почему? (ответы детей: потому что он очень грязный). Совершенно верно. Он такой грязный, что мы не можем его принять. К нам в детский сад ходят только чистые и аккуратные дети. Правда, ребята?

Воспитатель (обр. к Грязнуле) Ответь, пожалуйста, почему ты пришёл в детский сад с грязными руками? (делает вид, что Грязнуля что-то шепчет ему на ухо).Что? Ты не умеешь мыть руки?

Ребята, мне жалко этого мальчика, его никто не научил умываться. Как же мы сможем помочь Грязнуле?(ответы детей)

Подытоживает ответы детей: Давайте мы научим его мыть руки, и тогда грязнуля станет чистюлей. Согласны?

Ответы детей. Поможем. Да.

Воспитатель. Рано утром на рассвете

Умываются котята и мышата,

И жучки и паучки

Ребята, а вы вспомнили герой какой сказки говорил эти слова?

Дети: Мойдодыр.

…Вдруг из маминой из спальни,

Кривоногий и хромой

Выбегает умывальник

И качает головой.

Воспитатель выводит из игрового центра «Семья» Мойдодыра Дети его рассматривают, и воспитатель обращает внимание детей на чудесный мешочек, в котором находятся какие-то предметы.

Игра «Чудесный мешочек»

(Дети достают по очереди предметы личной гигиены: мыло, мочалку, полотенце, обследуют их на ощупь, на запах и называют).

Воспитатель по ходу игры задаёт вопросы о том, для чего нужны предметы, добиваясь полных ответов детей:

-Зачем нам нужно мыло?

- Зачем нужна мочалка?

-Для чего нужно полотенце?

(Ответы детей: Мыло нужно для того, чтобы была пена, чтобы мыть руки, чтобы руки были чистыми; мочалка нужна для того, чтобы стереть грязь;

Полотенце нужно для того, чтобы руки были сухими).

Воспитатель. Понял, Грязнуля, сколько предметов помогают людям быть чистыми. Но этих предметов мало. Для того, чтобы быть чистыми, нужно научиться ими пользоваться. Дети, давайте научим Грязнулю правильно мыть руки. Воспитатель с детьми подходят к мольберту, рассматривают схемы-алгоритмы мытья рук, расположенные в правильном порядке.

Воспитатель. Ребята посмотрите на картинки, что нужно сделать вначале? Что потом? (Ответы детей):

1.Закатать рукава

2.Открыть кран с водой

3.Взять в руки мыло

4.Намылить руки до густой пены

5.Смыть мыло чистой водой

6.Закрыть кран

7.Полотенцем вытереть воду с рук досуха

8.Застегнуть рукава).

Дети по очереди проделывают с Грязнулей необходимые манипуляции, расчесывают.

Воспитатель. Подождите, подождите. Кажется малыш мне что-то говорит. Оказывается его зовут Витей (имя мальчикака, которое не встречается в данной группе)

А теперь, ребята, все вместе с Витей помоем руки.

Физическая минутка «Душ»

Жарче дырчатая тучка (сжать-разжать кулачки)

Поливай водичкой ручки, (потирать кисти рук)

Плечики и локоточки, (потирать плечики и локоточки)

Пальчики и ноготочки, (потирать пальчики и ноготочки)

Мой затылочек, височки, (потирать затылок, височки)

Подбородочек и щечки. (потирать подбородок и щеки)

Трем мочалочкойколеночки, (потирать коленочки)

Щеточкой трем хорошенечко, (потирать коленочки)

Пяточки, ступни и пальчики, (потирать пяточки и пальчики)

Трем хорошенечко мальчика. (потирать все тело)

(Во время физ. минутки Грязнуля превращается в чистюлю)

Мойдодыр. Вот теперь тебя люблю я,

Вот теперь тебя хвалю я!

Наконец-то ты, Грязнуля,

Мойдодыру угодил!

Да здравствует мыло душистое,

И полотенце пушистое,

И зубной порошок,

И густой гребешок!

-Будьте всегда чистыми и аккуратными, а мне пора возвращаться в свою сказку. До свидания!

Воспитатель. Спасибо, Мойдодыр, за помощь. До свидания!

Художественно-продуктивная деятельность

Воспитатель подносит куклу к уху и кукла, плача, сообщает, что в кукольном доме нет полотенец.

Воспитатель. Не нужно плакать, мы подарим вам красивые полотенца. Правда, ребята?

Дети выполняют коллективную аппликацию «Украсим полотенце».

(сначала наклеивают маленький кружочек на большой, а затем большой круг на одно из двух полотенец, подбирая цвета)

Воспитатель (к кукле). Вот такие красивые полотенца дарят тебе наши дети. А теперь ответь, пожалуйста, ты запомнил, как нужно правильно мыть руки?

Грязнуля. Да.

ПРИЛОЖЕНИЕ 6

**Консультация для родителей на тему " Правила гигиены для малышей"**

Воспитание детей в **гигиенических условиях**, привитие им соответствующих навыков- залог сохранения и укрепления из здоровья.

Помещение. Если нет возможности предоставить **ребенку отдельную комнату**, надо выделить для него самый солнечный, самый удобный уголок квартиры. Стены комнаты, где находится малыш, лучше всего оклеить обоями светлых тонов. Пол в ней рекомендуется лучше крашеный, так как его легче содержать в чистоте. Мебель полированную в детских помещениях лучше избегать. Ежедневно делать влажную уборку. Чтобы в комнате было больше воздуха, а меньше пыли, все, лишнее из неё лучше убрать. Само собой разумеется, что в комнате, где находится дети, нельзя стирать, готовить пищу, курить.

Постель. Ребёнку необходима отдельная кровать. Она должна быть удобной. Не рекомендуется завешивать и заставлять кровать, а также пользоваться коляской как первой постелью **ребенка**, ибо вместе с ней вносится с улицы пыль и она пропускает мало воздуха. Детский матрац набивают таким материалом, который легко можно мыть и менять. Чтобы предохранить матрац от влаги. Его покрывают клеёнкой, а затем уже простыней. Под голову тонкую подушку *(после 3-х лет)*. Все без исключения дети должны спать на матраце, положенный на деревянный щит.

Одежда, красивая и опрятная, должна быть в то же время легкой, удобной, соответствовать возрасту.

Обувь. С началом ходьбы необходима крепкая опора. Подметки у ботинок должны быть тонкими, а - круглыми.

Умывание- важный культурно-**гигиеническийнавык**. Приучать детей умываться, мыть руки перед едой, после посещения туалета или возращения домой с улицы, утром и вечером – перед сном надо с раннего возраста. Если умывание не приносит им неприятных ощущений, они быстро привыкнут к воде. Мягкое и небольшое полотенце вешают низко, чтобы **ребенок сам мог его достать**. Во время умывания исключаются какие бы то ни было игры. Очень важно следить за чистотой носа **ребенка.** В кармане его куртки, платьица или рубашки всегда должен лежать чистый носовой платок. Заметив, что малыш грязен или в его одежде появилась неопрятность, надо обратить на это внимание и дать возможность самому устранить недостаток. Самостоятельно пользоваться носовым платком и вытирать рот после иды салфеткой можно учить уже на втором году жизни. С полутора лет детей приучают полоскать рот и чистить зубы. Рот полощут утром, вечером и после каждого приема пищи. Некоторые **родители считают**, что молочные зубы можно не чистить. Это неверно- они требуют такого же ухода, как и постоянные.

Ногти у маленького **ребенка растут быстро**, и их нужно стричь, иначе они будут ломаться, загибаться и причинять малышу боль. Делают это осторожно, подстригая их не очень близко к коже.

Выработка правильной осанки- один из важных методов **гигиенического воспитания ребенка**. Мебель малыша по своим размерам и характеру должна соответствовать его возрасту и росту. Хорошая осанка залог здоровья.

ПРИЛОЖЕНИЕ 7

**Ширма для родителей**

**«Организация питания ребенка дома и в детском саду»**

**Организация питания в ДОУ**

Одним из важных факторов здоровья ребенка является организация рационального питания и отражение ее в воспитательно-образовательном процессе.

  Правильное питание – это основа длительной и плодотворной жизни, залог здоровья, бодрости, гарантия от появления различных недугов. Поэтому в плане работы детского сада вопрос о правильном питании занимает одно из важнейших мест.  В детском саду питание организовано в групповых комнатах. Весь цикл приготовления блюд происходит на пищеблоке. Пищеблок на 100% укомплектован кадрами. Помещение пищеблока размещается на первом этаже, имеет отдельный выход.

  Транспортирование пищевых продуктов осуществляется специальным автотранспортом поставщиков.

 Имеется десятидневное перспективное меню. При составлении меню используется разработанная картотека блюд, что обеспечивает сбалансированность питания по белкам, жирам, углеводам. Готовая пища выдается только после снятия пробы медработником и соответствующей записи в журнале результатов оценки готовых блюд. Организация питания постоянно находится под контролем администрации.

  В детском саду организовано 4-х разовое питание. В меню каждый день включена суточная норма молока, сливочного и растительного масла сахара,хлеба, мяса. Продукты, богатые белком (рыба, мясо), включаются в меню первой половины дня. Во второй половине дня детям предлагаются молочные и овощные блюда. Для приготовления вторых блюд кроме говядины используются также субпродукты (печень в виде суфле, котлет, биточков, гуляша). Ежедневно в меню включены овощи, как в свежем, так и вареном и тушеном виде. Дети регулярно получают на полдник кисломолочные продукты.

  Одна из главных задач, решаемых в ДОУ, – это обеспечение конституционного права каждого ребенка на охрану его жизни и здоровья.

Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды. Кроме того правильно организованное питание формирует у детей культурно-гигиенические навыки, полезные привычки, так называемое рациональное пищевое поведение, закладывает основы культуры питания.

  В рацион питания ДОУ включены все основные группы продуктов – мясо, рыба, молоко и молочные продукты, яйца, пищевые жиры, овощи и фрукты, сахар, кондитерские изделия, хлеб, крупа и др., а также полуфабрикаты промышленного производства для питания детей.

  Рацион питания детей по качественному и количественному составу в зависимости от возраста детей и формируется отдельно для групп детей в возрасте от 1,5 до 3-х лет и от 4 до 6 лет.

**Основные принципы организации питания в ДОУ следующие:**

 - Соответствие энергетической ценности рациона энергозатратам ребенка.

- Сбалансированность в рационе всех заменимых и незаменимых пищевых веществ.

- Максимальное разнообразие продуктов и блюд, обеспечивающих сбалансированность рациона.

- Правильная технологическая и кулинарная обработка продуктов, направленная на сохранность их исходной пищевой ценности, а также высокие вкусовые качества блюд.

- Оптимальный режим питания, обстановка, формирующая у детей навыки культуры приема пищи.

  Контроль за фактическим питанием и санитарно-гигиеническим состоянием пищеблока осуществляется медицинскими работниками ДОУ.

  Общее санитарно-гигиеническое состояние дошкольного учреж­дения соответствует требованиям Госсанэпиднадзора: питьевой, световой и воздушный режимы соответствуют нормам.

 Пищеблок детского сада оснащен всем необходимым техническим оборудованием. Работники пищеблока аттестованы и своевременно проходят санитарно-гигиеническое обучение.

**Поговорим о питании дошкольников. Советы родителям**

Чтобы расти и интенсивно развиваться, детям необходимо постоянно восполнять запасы энергии. Нехватка любых пищевых веществ может вызвать задержку роста, физического и умственного развития, а также нарушение формирования костного скелета и зубов. В особенности это касается детей дошкольного возраста. Почему вопросы питания дошкольников являются такими важными? Потому что, к сожалению, большинство заболеваний сегодня начинают формироваться именно в этом возрасте. Это хронические заболевания желудочно-кишечного тракта, такие как хронические гастродуодениты, холецистохолангиты и даже язвенная болезнь. Более того: именно нарушения в питании детей являются одной из основных причин и других хронических заболеваний у детей.

**Чем кормить детей дома?**

Большинство дошкольников посещают детский сад, где получают три раза в день необходимое по возрасту питание. Домашний рацион питания такого “организованного” ребенка должен дополнять, а не заменять рацион детского сада. С этой целью в каждой группе воспитатели вывешивают ежедневное меню, чтобы родители могли с ним ознакомиться. Поэтому, забирая ребенка домой, не забудьте прочитать его и постарайтесь дать малышу дома именно те продукты и блюда, которые он недополучил днем. В выходные и праздничные дни старайтесь придерживаться меню детского сада, используя рекомендации медицинского работника детского учреждения. Утром перед отправлением ребенка в детский сад не кормите его, так как он потом будет плохо завтракать в группе. Ну а если вам приходится отводить его очень рано, напоите кефиром или дайте яблоко. А как же происходит в большинстве семей? Мама утром торопится на работу и начинает насильно кормить ребенка. Малыш нервничает, из-за этого у него не выделяются пищеварительные ферменты, спазмируется желчный пузырь и не выходит желчь для переваривания пищи. Мама считает, что у него плохой аппетит, но ведь нельзя его отпустить из дома голодным! И насильственное кормление продолжается!

**Несколько слов об аппетите**

Если у ребенка плохой аппетит, недопустимо развлекать его во время еды, разрешать смотреть телевизор или обещать вознаграждение за то, что он все съест. Подобные поощрения нарушают пищеварительный процесс, а аппетит не улучшают вовсе. Есть истина, которую должна знать каждая мама: не так важно, сколько съест ребенок, намного важнее – сколько он сможет усвоить! Еда, съеденная без аппетита, вряд ли принесет пользу организму. Для улучшения аппетита ребенка надо не перекармливать, следует больше гулять и двигаться, спать в проветренном помещении, в общем, максимально придерживаться требований здорового образа жизни. Ребенок должен принимать пищу в спокойном состоянии, избегайте ссор и неприятных разговоров за столом — это тоже ухудшает процесс пищеварения и снижает аппетит. Не давайте малышу еды больше, чем он сможет съесть. Лучше потом положите чуточку добавки. И вообще: стоит ли так бояться голода? Лучше съесть с аппетитом кусок хлеба, тщательно его пережевывая, чем под материнский крик – ранний завтрак, который вряд ли переварится. Если прием пищи становится мучением для матери и ребенка, то у ребенка может возникнуть отвращение к еде. Еда должна быть для ребенка удовольствием. Не добивайтесь аппетита принуждением! Ведь это первый шаг к желудочно-кишечной патологии.

**Почему важно не спешить во время еды?**

Переваривание пищи начинается во рту, где со слюной выделяется фермент амилаза, который уже в полости рта начинает расщеплять углеводы. Чем медленнее и спокойнее идет процесс обработки пищи во рту, тем лучше она будет переварена в желудке. Кроме того, слюна смачивает пищевой комок, и он легче проходит через пищевод. Таким образом, главное – научить ребенка жевать. Хуже всего, когда ребенок торопится и глотает куски. Эти куски плохо перевариваются, и организм почти ничего не усваивает. И тогда непереваренная пища проходит в двенадцатиперстную кишку, тонкую и толстую кишки – и травмирует их.

**Почему надо избегать перекармливания?**

Аппетит снижается и у перекормленных детей. Их бесконечно пичкают всякими вкусными яствами. Они не знают чувства голода, а следовательно, не знают положительных эмоций при его утолении. Оказывается, чувство голода, конечно, не хроническое и утоляемое, даже полезно.

ПРИЛОЖЕНИЕ 8

**Папка-передвижка для родителей**

**«Самообслуживание и его значимость для ребенка»**

**Самообслуживание** – это основа освоения **ребёнком** культурно-гигиенических навыков: навыков приёма пищи, раздевания и одевания, умывания и мытья рук.

Стремление к **самостоятельности** – одно из ценных свойств психики **ребёнка** – проявляется очень рано. Важно не оставлять это стремление без внимания, развивать его, поддерживать и стимулировать попытки **ребёнка** выполнить то или иное действие **самостоятельно**

В желании *«Я сам!»* выражается стремление к активному осмысливанию мира, к **самоутверждению**. Если постоянно глушить это желание, то дети растут пассивными, не готовыми к каким – либо трудностям. Они всегда ждут, когда за них всё сделают взрослые.

**Ребёнок** постоянно нуждается в одобрении, совете. Это помогает формированию уверенности в своих силах. Недопустимо делать предметом насмешек и иронии неумелые его действия.

Зашнуровать ботинок, застегнуть *«непослушную»* пуговицу – для него труд, требующий старания, настойчивости в достижении цели.

Ранний возраст является сложным для **ребёнка и очень насыщенным**. У маленького человечка появляется стремление к **самостоятельности**. И если его в этот момент не поддержать, не дать или не закрепить определённые навыки **самообслуживания**, то впоследствии **ребёнок** не приобретёт такие качества как трудолюбие и аккуратность, бережное отношение к вещам.

**Самообслуживание** играет определённую роль в развитии **ребёнка**. Именно с раннего возраста начинают формироваться такие черты характера как воля, уверенность в себе, желание добиться успеха, стремление к цели, активность и упорство в её достижении. А происходит это именно с привития навыков **самообслуживания**.

Оно формируется под воздействием воспитания при определённом уровне развития у **ребёнка** общей и мелкой моторики, зрения, слуха, мышления, внимания. Если у детей будут сформированы навыки **самообслуживания**, то **ребёнок** легче адаптируется к жизни в современном обществе. Формирование у детей раннего возраста навыков, необходимых в жизни, связано с деятельностью, в **значительной** мере направленной на удовлетворение повседневных личных потребностей.

**Самообслуживание** связано с простымиоперациямичто облегчает выполнение действий по умыванию, одеванию, приёму пищи.

Умение одевать *(снимать)* различные предметы одежды в определённой последовательности при небольшой помощи взрослых.

групповой (создаются объективные условия необходимости реализации данного навыка: поведение **ребёнка** подчиняется общему для всей группы детей правилу; при этом работает механизм подражания).

Если дети выполняют элементарные трудовые обязанности по **самообслуживанию**, они чувствуют себя равноправными членами детского общества и семейного коллектива. Именно через **самообслуживание** дети впервые устанавливают отношение с окружающими людьми, осознают свои обязанности по отношению к ним.

**Самообслуживание** является основным видом труда маленького **ребёнка**. Приучение детей самим одеваться, умываться, есть формирует у них **самостоятельность**, меньшую зависимость от взрослого, уверенность в своих силах, желание и умение преодолевать препятствия.

Организация, **самообслуживания** в детском саду и его воспитательные результаты зависят от правильного педагогического руководства.

Именно воспитатель организует **самообслуживание так**, чтобы в нём принимали участие все дети, чтобы постепенно усложнялись трудовые задачи, совершенствовалось по мере роста ребят содержание **самообслуживания**, чтобы этот вид труда был действительно одним из средств воспитания дошкольников. Учитывая реальные возможности детей, необходимо систематически и последовательно учить их всему, упражнять в практической деятельности до тех пор, пока каждый **ребёнок** сможет обслуживать себя сам.

Решающиеся **значение** имеет активное поведение **ребёнка**, его практическое участие в выполнении данного действия.

Особое **значение в организации самообслуживания** имеет соблюдение в жизни детей твёрдо установленного режима.

Чёткий, размеренный распорядок жизни – это одна из тех культурных привычек, которую нужно воспитывать с **самого раннего возраста**.

Подробный показ и объяснение, как выполнять трудовые задания по **самообслуживанию**, в сочетании с непосредственным участием детей в работе научит их точно следовать необходимому способу действий, исполнительности.

Очень важно при обучении одевания, умывания, сохранять неизменным, один и тот же способ одну и ту же последовательность действий.

Это даёт возможность предъявить всем детям одинаковое требование при выполнении аналогичной задачи по **самообслуживанию** и в то же время обеспечивает быстроту формирования прочного навыка.

Для того, чтобы дети научились правильно и хорошо умываться, одеваться, есть, нужно, прежде всего, чтобы дети хорошо поняли, как это следует делать. Затем нужно постоянно упражнять их в этой работе. Через некоторое время образуется необходимый навык, прочное умение.

Метод общего напоминания используется тогда, когда налицо закреплённые навыки выполнения какой-либо задачи по **самообслуживанию**.

Это требует от воспитателя тщательного контроля за деятельностью детей, каждым изменением в ней. Сигналом необходимости перехода к более общим напоминаниям может послужить снижение интереса детей к процессам умывания, одевания.

Выполнение детьми этих заданий без дополнительных разъяснений позволяет проявить активность, **самостоятельность**. Важно не только упражнять детей в **самообслуживании**, но и проверять, как они выполняют эту работу. А также следить, чтобы с **самого** раннего возраста дети в детском саду работали не только для удовлетворения своих личных потребностей в чистоте и порядке, но и охотно помогали друг другу.

Повышает интерес у детей к **самостоятельной** деятельности использование игрушек, организация игр с ними *(куклу одеть, раздеть, уложить спать, накормить)*.

Чтобы вызвать у детей желание умываться и сделать для них этот процесс лёгким и приятным, можно использовать песенки, стихи, потешки.

Таким образом, большое влияние на формирование навыков **самообслуживания и самостоятельности** оказывает вся система воспитательно-образовательной работы с детьми.

В целях ознакомления детей с требованиями по **самообслуживанию используют занятия**, рассматривание сюжетных картинок, чтение художественных произведений, потешки.

Также в успешном формировании навыков **самообслуживания большое значение имеют условия**. И здесь важно всё: удобная одежда и обувь. **Самое** главное проявлять терпение и не делать за **ребёнка** то с чем он может справиться сам.

Одной из особенностей детей раннего возраста является лёгкое образование стереотипов, поэтому его легче научить сейчас, чем потом переучивать.

Постепенное приучение детей к **самостоятельности в процессе самообслуживания**практически выражается в том, что сначала работу, которая для **ребёнка** представляет известную трудность, он делает вместе со взрослым, вникая в объяснение. Потом он начинает сам выполнять отдельные действия. И наконец, выполняет работу полностью, хотя и под контролем взрослых.

**Самообслуживание** позволяет закреплять у детей интерес к этому виду деятельности, желание всё делать самим, инициативность, деловитость.