Муниципальное образование Кондинский район

Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

## Муниципальная казенная дошкольная образовательная организация

## детский сад "Рябинка"

***«Приобщение детей младшего возраста к гигиене и самообслуживанию»***

 Воспитатель: Елена Павловна Кузнецова

 I квалификационная категория

г. п. Куминский

 Одним из важных результатов работы педагогов детского сада можно считать работу по социальной адаптации детей в окружающий его мир. Для этого ребенок должен в первую очередь осознать себя как «личность», у которой есть свои потребности, умения, навыки и возможности их реализовать.

 Рассмотрим социально-бытовую адаптацию детей через освоение ими культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания. Включаясь в режим дня, выполняя бытовые процессы, ребенок осваивает серию культурно-гигиенических навыков: мыть руки, пользоваться ложкой, пользоваться полотенцем, причесываться, аккуратно есть, и пить, вытирать руки и рот салфеткой, использовать носовой платок, самостоятельно раздеваться и одеваться, застегивать и расстегивать пуговицы. Аккуратно складывать свою одежду, следить за чистотой своего тела. Эти навыки - одна из составляющих культуры поведения человека в быту.

Из каких действий состоят культурно-гигиенические навыки?

Для самочувствия ребенка в адаптационный период большое значение имеет то, в какой мере сформированы у него необходимые культурно-гигиенические навыки и привычки, навыки самообслуживания. Между тем не во всех семьях уделяется достаточное внимание формированию указанных привычек и навыков. Нередко дети 2-3-летнего возраста приходят в детский сад, не умея самостоятельно есть, не просятся на горшок, не умеют одеваться и раздеваться, пользоваться носовым платком и т.п.

 Поведение ребенка под влиянием сложившихся привычек носит индивидуальный характер. Если он не умеет, есть самостоятельно, то в детском саду отказывается от еды, ждет, чтобы его накормили. Если не знает, как мыть руки в новой обстановке, - плачет; не знает, где взять игрушку, - плачет; не привык спать без укачивания - плачет; привык, чтобы ему завязывали шарф спереди, а в садике ему завязали сзади, - плачет и т.д.

 Поэтому так важно знать привычки ребенка, считаться с ними.

Все привычки и навыки каждого вновь поступившего ребенка узнать сразу трудно. Да они не всегда и проявляются в новых условиях. Воспитателю необходимо помнить, что ребенок раннего возраста, даже имеющий необходимые навыки, не всегда может перенести их в новую обстановку, в новые условия жизни, ему необходима помощь.

 Одному ребенку для освоения какого-то нового действия в новых условиях требуется 1-2 дня, другому - неделя. Одному достаточно однократного показа действия, другому необходимо многократное повторение. Образование привычек затрудняется при отрицательном эмоциональном состоянии, которое овладевает ребенком при расставании с близкими.

 Вырабатывать у детей культурно-гигиенические навыки необходимо терпеливо, спокойно, лишь постепенно усложняя требования. Неправильные приемы воспитателя могут вызвать у ребенка отрицательное отношение ко всем режимным процессам, у него пропадет аппетит, станет беспокойным сон, может наступить частое мочеиспускание.

 Если детям просто сказать «Идите умываться!», они не будут выполнять эти указания, т.к. в семье привыкли к индивидуальному обращению и общих указаний не воспринимают. Если даже воспитатель обращается непосредственно к ребенку: «Саша, иди мой руки», он не всегда может выполнить указание, т.к. не знает, где и как это сделать. Взрослому необходимо сначала показать ребенку, где и как сделать что-либо, поупражнять его в действии в новых условиях, а затем уж давать соответствующие указания.

Чтобы дети стремились к самостоятельности им нужно создать для этого условия.

Раковина и кран по росту детей. Полотенце должно быть коротким, чтобы он легко мог снять и повесить сам на свою картинку. Умывание должно вызывать у малыша приятные эмоции: вода не очень холодная и не затекает в рукава,ведь так трудно удержать скользкое мыло, когда оно выскакивает из рук и не слушается. Все действия выполняются спокойно и с помощью потешек, стихотворений.

 Для кормления стол и стул по росту ребенка. Предложить самостоятельно поставить стул к столу для приема пищи. Показать пример культуру поведения за столом. Не делать замечаний при какой – либо неудаче, неловком действии. Похвалить за самостоятельность и аккуратность.

Напоминайте ребенку, что за столом сидят прямо, не горбясь, не наклоняясь в одну сторону. Пищу берут ложкой понемногу. Возьмите его ручку в свою и выполняйте нужное движение. Пусть ребенок почувствует его «рисунок». При этом приговаривайте «Вот как Егорушка сам ест»…

 Все действия требует от ребенка больших усилий, физических и психических. Заметив признаки напряжения, усталости, помогите ему: докормите, домойте руки сами после приема пищи.

 Обратите внимание и на такое поведение ребенка: сначала он ест с аппетитом, ничего его не отвлекает, но вот он начал играть ложкой, стучать ею по тарелке, даже переворачивать тарелку, уже не так охотно открывает рот, когда вы ему подаете пищу. Как поступить? Не раздражайтесь и не ругайте его, это может привести к потере аппетита. Такое поведение малыша говорит о том, что он не голоден, как в начале. Уберите тарелку и спустите его на пол. Если ребенок немедленно начинает хныкать, чтобы еду не убирали, как будто хочет сказать: «Вы меня не поняли, я еще не наелся», дайте ему еще одну возможность. Если вы всегда будете убирать еду, как только ребенок потерял интерес к ней, он не будет играть раньше, чем насытится.

Очень тяжело встать рано утром, да ещё и самому одеться: надо помнить всю последовательность одевания, уметь застегнуть пуговицы: Мама это сделает лучше, да и быстрее. И если взрослые спешат прийти на помощь ребёнку при малейшем затруднении, освободить его от необходимости прилагать усилия, то очень быстро у него сформируется пассивная позиция: «Застегните», «Завяжите», «Оденьте».

К двум годам активность ребенка возрастает: он поднимает ручки, когда мы надеваем на него футболку, платье, просовывает руки в рукава пальто, которое мы держим, ноги - в колготки. Малыш может самостоятельно снимать некоторые предметы одежды (шапку, носки, коготки), но все еще неумело.

Однако можно заметить, как он проявляет упорство, чтобы наилучшим образом выполнить действие. Обязательно нужно подметить его успехи, похвалить самостоятельность. Не фиксируя внимание на его промах, неудачу. Тогда он обретет уверенность в себе, не будет бояться ошибок. Ребенок может уже сам одеться и раздеться. Но некоторые родители ошибочно думают, что ему, еще такому маленькому, это не так уж и нужно. Мама сама сделает все быстрее и лучше, а вот когда он подрастет, то все придет само. И получается, что когда ребенок заявляет «я сам», родители ему не позволяем сделать того, за что в 5-6 лет будет упрекать: «Ты уже большой, одевайся сам». Ребенок уже в ответ капризничает, требует, чтобы его одевали-раздевали, а самостоятельно делает все плохо, небрежно.

Для того чтобы получить качественный результат, сделать всё в правильной последовательности, красиво и аккуратно, ребенку нужно приложить волевые усилия.

 Мы замечаем, как малыш, застегивает пуговицу или снимает платье, высовывает язык, пыхтит или наоборот задерживает дыхание, «помогает» себе всем телом. Безусловно, ему нелегко, ведь его пальчики еще слабы и непослушны, а действия сложны и в то же время так интересны. И поэтому ему хочется с ними справиться самому.

 Главное не пропустить этот благоприятный период, когда ребенок хочет все делать самостоятельно, когда его привлекают действия с предметами и он испытывает удовольствие от самостоятельно выполненного действия! Наверстать упущенное впоследствии будет очень сложно.

 Но по-настоящему положительного результата нельзя получить, если вся работа проводится только педагогами в детском саду, поэтому здесь необходима помощь семьи. Только совместные усилия педагогов и родителей дают хороший результат, который в конечном итоге и дает возможность ребенку адаптироваться к окружающему его миру.