**РЕФЕРАТ**

**по дополнительной профессиональной**

**программе профессиональной переподготовки**

**«Педагогика и психология развития ребенка дошкольного возраста с ОВЗ»**

**на тему: «Развитие культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста с ОВЗ.**

**Выполнила :Токарева Елена Викторовна**

**Содержание**

Введение…………………………………………………………………………….3

1. Определение понятия «культурно-гигиенические навыки».

Необходимость их формирования………………………………………………..4

1. Роль культурно-гигиенических навыков и самообслуживания в социализации ребенка раннего возраста с ограниченными возможностями здоровья……………………………………………………………….….9
2. Методика и условия формирования культурно-гигиенических

навыков…………………………………………………………………………….22

Заключение………………………………………………………………………..27

Список литературы……………………………………………………………….28

**Введение**

Культурно-гигиенические навыки - важная составная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, прически, одежды, обуви, продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что в соблюдении этих правил проявляется уважение к окружающим, что любому человеку неприятно касаться грязной руки или смотреть на неопрятную одежду. Неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, небрежен в работе.

Воспитание культурно-гигиенических навыков имеет значение не только для успешности социализации детей, но и для их здоровья.

Основой полноценного физического развития ребенка младшего возраста является приобщение его к основам здорового образа жизни. В приобщении детей к здоровому образу жизни важное значение приобретает освоение дошкольниками основ культуры гигиены.

Однако, сталкиваясь с задачей воспитания культурно-гигиенических навыков у дошкольников, воспитатель не всегда может определить направления, последовательность своей работы, четко представить результат процесса воспитания, обозначить наиболее приемлемые формы и методы воздействия, поэтому я считаю рассматриваемую тему актуальной.

Цель моего исследования - изучение проблемы формирования культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста с ОВЗ.

1. **Определение понятия «культурно-гигиенические навыки». Необходимость их формирования**

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. С раннего возраста надо учить ребят мыть руки перед едой, есть из отдельной тарелки, ходить чистыми, стричь волосы, вытряхивать одежду, не пить сырой воды, вовремя есть, вовремя спать, быть больше на свежем воздухе и так далее».[16, с.58]

Все меры, которые разрабатывает дошкольная гигиена, способствуют нормальному физическому, гигиеническому развитию детей, укреплению их здоровья.

Здоровье – более широкое понятие, под которым понимают состояние полного физического, душевного и социального благополучия - именно такое определение выдвинула Всемирная организация здравоохранения.

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

А самое главное по режиму дня заметно, что время на гигиену и самообслуживание маленьким детям отводится больше, чем детям более старшего возраста, так как эти навыки у старших детей уже более сформированы. Из этого важно подчеркнуть, что возрастные особенности и индивидуальные способности детей играют важную роль в режиме дня.

Ребенок с момента рождения является социальным существом, ведь уход за ним направлен на введение его в мир взрослых, хотя родители и педагоги не всегда это осознают. Одеяло, соска, пеленка и прочие предметы – объекты, с помощью которых взрослый вводит малыша в социальный мир. С помощью этих предметов происходит удовлетворение потребностей: есть ложкой, ножом, вилкой, спать в кровати, накрываться одеялом и т.д. Способом удовлетворения потребности ребенок сам не владеет и без помощи взрослого его не откроет, не обучится ему самостоятельно.

С первых дней жизни при формировании культурно–гигиенических навыков идет не простое усвоение правил, норм поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации, очеловечивания малыша, «вхождения» его в мир взрослых. Психическое развитие – процесс неравномерный, его линии идут не одновременно, есть периоды наиболее быстрого развития тех или иных функций, психических качеств. Эти периоды называются сенситивными – наиболее благоприятными для развития. Для начального формирования культурно – гигиенических навыков сенситивный период приходится на раннее детство.

Ребенок начинает знакомиться с миром предметов, созданных человеком, он должен освоить предметные действия, среди которых можно выделить орудийные и соотносящие. Первые предполагают овладение предметом – орудием, с помощью которого человек воздействует на другой предмет (ножом режут хлеб, ложкой едят суп, иголкой шьют). С помощью соотносящих действий предметы приводятся в соответствующие пространственные положения: малыш закрывает и открывает коробочки, кладет мыло в мыльницу, вешает за петельку на крючок, застегивает пуговицы, зашнуровывает ботинки.

Режим дня, в формировании культурно–гигиенических навыков, имеет большое значение. Режим дня - это четкий распорядок жизни в течение суток. Включаясь в режим дня, выполняя бытовые процессы, ребенок осваивает серию культурно–гигиенических навыков. Эти навыки одна из составляющих культуры поведения в быту. Навык, ставший потребностью – это привычка. Навык умываться позволяет ребенку делать это ловко и быстро, а привычка умываться побуждает его делать это охотно и без принуждения. По мере усвоения культурно–гигиенические навыки обобщаются, отрываются от соответствующего им предмета и переносятся в игровую, воображаемую ситуацию, тем самым влияя на становление нового вида деятельности – игры. Дети с ограниченными возможностями здоровья нуждаются в социальной реабилитации, основная цель которой успешная социализация и интеграция в общество.

Важнейшей проблемой стало обеспечение условий, способствующих социальной интеграции и оптимальному индивидуальному развитию детей.

Перед специалистами стоит задача сформировать у детей с ОВЗ навыки и умения необходимые им в быту. Навыки самообслуживания необходимо формировать у детей как можно раньше. Основными методами воспитания у детей умений являются индивидуальная работа и организованные игровые

ситуации. При формировании навыков социально-бытовой ориентации учитываются два фактора — возраст и особенности развития детей.

Коррекционная работа проводится в соответствии с принципами комплексности, поэтапности и индивидуального подхода. Этапы формирование навыков, предусматривают овладение простейшими, а затем более сложными действиями. Применяется метод поэтапного показа и

отработки всех элементов действия с каждым ребенком. Используется словесная инструкция и коррекция действий детей.

Воспитанники знакомятся с предметами ближайшего окружения, учатся выполнять с ними определенный алгоритм действий. Их отработка происходит в процессе режимных моментов. Индивидуальный подход предполагает принятие и понимание каждого ребенка, создание благоприятных для него условий.

Помощь достаточно разнообразна: устная – слова, которые наталкивают ребенка на требуемое действие; демонстрационная – показ самого действия, способствует подражанию его ребенка; физическая – действия, помогающие ребенку справиться с той частью деятельности, которая для него особенно сложна. Выбор помощи зависит от уровня владения навыком. Цель на данном этапе — мотивировать на достижение успеха, нивелировать негативные проявления импульсивности и гнева, помочь осознать адаптироваться к реальным условиям жизни. Наглядность в виде пиктограмм

способствует успешной организации коррекционной среды.

Формирование элементарных умений по самообслуживанию и культурно- гигиенических навыков включает в себя:

1 Формирование навыков еды: учим детей сидеть за столом, пользоваться ложкой, учить брать пищу понемногу, пользоваться салфеткой, есть аккуратно.

2 Формирование навыков умывания. При обучении используются совместные действия ребенка и взрослого, а также их чередование.

3 Формирование навыков одевания. Умение самостоятельно одеваться помогает ребенку чувствовать себя уверенно и независимо.

Предлагается определенная цепочка действий для овладения навыком.

Педагогам необходимо применять как прямую последовательность, когда ребенок выполняет первое действие из цепочки, а все остальное завершает взрослый, так и обратную последовательность, когда

взрослый производит все действия, а ребенок завершает процесс.

Количество самостоятельных шагов постепенно увеличивается, пока ребенок не освоит всю цепочку действий. Использование навыков, находящихся в зоне актуального развития, сопровождается обучением с учетом зоны ближайшего развития. Например: ребенку трудно застегивать рубашку на мелкие пуговицы, но это не значит, что еще рано формировать навык одевания. Можно использовать более крупные пуговицы, кнопки, липучки и другие виды застежек.

Параллельно с этим проводятся игры, помогающие малышу усвоить новый навык. Только после этого его можно включить в цепочку бытовых действий.

4 Умение пользоваться горшком, туалетом формируется не сразу.

Постепенно присоединяется умение пользоваться туалетной бумагой, спускать в туалете воду, надевать штанишки, мыть руки после туалета.

5 Навыки поддержания порядка в окружающей обстановке. Привлекаем детей к элементарному хозяйственно-бытовому труду. Дети с помощью воспитателей учатся убирать игрушки после игр.

6 Навыки культурного поведения и вежливых взаимоотношений. Мы учим детей здороваться и прощаться, употреблять слова, выражающие просьбу, благодарность; воспитываем заботливое отношение к людям и товарищеские взаимоотношения друг с другом.

Обязательным условием работы является положительный эмоциональный настрой взрослых, адресованный детям, готовность педагогов терпеливо и грамотно анализировать свою деятельность. Учитывая данную категорию детей, невозможно получить быстрый результат, но детей необходимо

стимулировать к собственной деятельности, эмоционально реагировать на ситуации успеха.

В игре дети отражают взаимоотношения, которые складываются в ходе бытовых процессов. Ребенок так относится к кукле, как родители к нему в соответствующих ситуациях. В игре дети имитируют бытовые действия (мытье рук, прием пищи), тем самым закрепляя действия с бытовыми предметами (ложкой, чашкой и пр.), а так же отражают правила, которые стоят за выполнением культурно – гигиенических навыков: одежду куклы надо аккуратно сложить, посуду на столе расставить красиво.

Культурно–гигиенические навыки связаны не только с игрой. Они лежат в основе первого доступного ребенку вида трудовой деятельности – труда по самообслуживанию. Самообслуживание характеризуется тем, что действия ребенка не имеют общественного мотива, они направлены на самого себя. «Освоение культурно–гигиенических навыков влияет не только на игровую и трудовую деятельность, но и на взаимоотношения ребенка с взрослыми и сверстниками.

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

Культурно-гигиенические навыки совпадают еще с одной линией психического развития – развитием воли.

Малыш еще ничего не умеет делать. Поэтому всякое действие дается с большим трудом. И не всегда хочется доводить начатое дело до конца, особенно если ничего не получается. Если взрослые спешат прийти на помощь ребенку при малейшем затруднении, освободить его от необходимости прилагать усилия, то очень быстро у него сформируется пассивная позиция: «застегните», «завяжите», «оденьте».

С возрастом по мере овладения культурно – гигиеническими навыками малыш осознает правила поведения, которые их определяют. И такие правила начинают регулировать действия ребенка, управлять ими. То есть поведение ребенка становится произвольным. Он сдерживает свои непосредственные чувства и стремления, подчиняет свои действия ранее поставленной цели, может отказаться от желаемого, если этого требует общественное правило поведения.

Таким образом, освоение культурно – гигиенических навыков связано с этическим развитием дошкольника.»[17, с.18]

В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались. В начале детей приучают к выполнению элементарных правил: мыть руки перед едой, после пользования туалетом, игры, прогулки и т. Воспитание и обучение неразрывно связано с воспитанием культурного поведения. Все сведения по гигиене прививаются детям в повседневной жизни в процессе разнообразных видов деятельности и отдыха, т.е. в каждом компоненте режима можно найти благоприятный момент для гигиенического воспитания.

Дети с ограниченными возможностями здоровья нуждаются в социальной реабилитации, основная цель которой успешная социализация и интеграция в общество.

Важнейшей проблемой стало обеспечение условий, способствующих социальной интеграции и оптимальному индивидуальному развитию детей.

Перед специалистами стоит задача сформировать у детей с ОВЗ навыки и умения необходимые им в быту. Навыки самообслуживания необходимо формировать у детей как можно раньше. Основными методами воспитания у детей умений являются индивидуальная работа и организованные игровые

ситуации. При формировании навыков социально-бытовой ориентации учитываются два фактора — возраст и особенности развития детей.

Коррекционная работа проводится в соответствии с принципами комплексности, поэтапности и индивидуального подхода. Этапы формирование навыков, предусматривают овладение простейшими, а затем более сложными действиями. Применяется метод поэтапного показа и

отработки всех элементов действия с каждым ребенком. Используется словесная инструкция и коррекция действий детей.

Воспитанники знакомятся с предметами ближайшего окружения, учатся выполнять с ними

определенный алгоритм действий. Их отработка происходит в процессе режимных моментов. Индивидуальный подход предполагает принятие и понимание каждого ребенка, создание благоприятных для него условий.

Помощь достаточно разнообразна: устная – слова, которые наталкивают ребенка на требуемое действие; демонстрационная – показ самого действия, способствует подражанию его ребенка; физическая – действия, помогающие ребенку справиться с той частью деятельности, которая для него особенно сложна. Выбор помощи зависит от уровня владения навыком. Цель на данном этапе — мотивировать на достижение успеха, нивелировать негативные проявления импульсивности и гнева, помочь осознать адаптироваться к реальным условиям жизни. Наглядность в виде пиктограмм

способствует успешной организации коррекционной среды.

Формирование элементарных умений по самообслуживанию и культурно- гигиенических навыков включает в себя:

1 Формирование навыков еды: учим детей сидеть за столом, пользоваться ложкой, учить брать пищу понемногу, пользоваться салфеткой, есть аккуратно.

2 Формирование навыков умывания. При обучении используются совместные действия ребенка и взрослого, а также их чередование.

3 Формирование навыков одевания. Умение самостоятельно одеваться помогает ребенку чувствовать себя уверенно и независимо.

Предлагается определенная цепочка действий для овладения навыком.

Педагогам необходимо применять как прямую последовательность, когда ребенок выполняет первое действие из цепочки, а все остальное завершает взрослый, так и обратную последовательность, когда

взрослый производит все действия, а ребенок завершает процесс.

Количество самостоятельных шагов постепенно увеличивается, пока ребенок не освоит всю цепочку действий. Использование навыков, находящихся в зоне актуального развития, сопровождается обучением с учетом зоны ближайшего развития. Например: ребенку трудно застегивать рубашку на мелкие пуговицы, но это не значит, что еще рано формировать навык одевания. Можно использовать более крупные пуговицы, кнопки, липучки и другие виды застежек.

Параллельно с этим проводятся игры, помогающие малышу усвоить новый навык. Только после этого его можно включить в цепочку бытовых действий.

4 Умение пользоваться горшком, туалетом формируется не сразу.

Постепенно присоединяется умение пользоваться туалетной бумагой, спускать в туалете воду, надевать штанишки, мыть руки после туалета.

5 Навыки поддержания порядка в окружающей обстановке. Привлекаем детей к элементарному хозяйственно-бытовому труду. Дети с помощью воспитателей учатся убирать игрушки после игр.

6 Навыки культурного поведения и вежливых взаимоотношений. Мы учим детей здороваться и прощаться, употреблять слова, выражающие просьбу, благодарность; воспитываем заботливое отношение к людям и товарищеские взаимоотношения друг с другом.

Обязательным условием работы является положительный эмоциональный настрой взрослых, адресованный детям, готовность педагогов терпеливо и грамотно анализировать свою деятельность. Учитывая данную категорию детей, невозможно получить быстрый результат, но детей необходимо

стимулировать к собственной деятельности, эмоционально реагировать на ситуации успеха.

Для эффективного гигиенического воспитания дошкольников большое значение имеет и внешний вид окружающих и взрослых. Нужно постоянно помнить о том, что дети в этом возрасте очень наблюдательны и склонны к подражанию, поэтому воспитатель должен быть для них образцом. Дети с ограниченными возможностями здоровья нуждаются в социальной реабилитации, основная цель которой успешная социализация и интеграция в общество.

2 **Роль культурно-гигиенических навыков и самообслуживания в социализации ребенка раннего возраста с ограниченными возможностями здоровья**

Достаточно часто дети с ограниченными возможностями здоровья демонстрируют определенные затруднения, находясь в социуме. Природой этих затруднений являются, как правило, несформированность начальных общепринятых норм поведения, культурно-гигиенических умений, навыков самообслуживания. Представители этой части детской популяции отстают в физическом и/или психическом развитии от сверстников, позже включаются в социальные отношения. Инклюзивное образование призвано, научить детей с ограниченными возможностями здоровья как можно раньше приспосабливаться к условиям реальной жизни, быть активными, самостоятельными и самодостаточными членами общества.

В данном случае понятие «социализация» рассматривается как готовность особого ребенка занять такое место в социуме, которое не ограничивает его всестороннее развитие. Показателем социализации ребенка, в определенной мере, является ассортимент освоенных им социально значимых навыков.

«Навык» мы понимаем, как автоматизированные компоненты сознательного действия, сформированные и закрепленные в процессе тренировок.

В раннем возрасте (от 0 до 3 лет) ребенку следует усвоить самые простые правила поведения, овладеть элементами самообслуживания и культурно-гигиеническими умениями. Наличие именно этих компонентов развития свидетельствует о готовности ребенка к общежитию в широком смысле этого слова. На основе этих компонентов в дальнейшем выстраивается развитие более сложных качеств личности.

Наиболее подходящим моментов для формирования культурно-гигиенических навыков ребенка, в том числе с нарушениями психофизического развития, является возраст от 0 до 3 лет, поскольку:

- во-первых, именно на этом этапе развития центральная нервная система максимально пластична, следовательно, условно-рефлекторные связи, которые образуются в ходе ежедневно и многократно повторяющихся действий, связанных с принятием пищи, одеванием, гигиеническими процедурами, быстро становятся достаточно прочными и преобразуются динамические стереотипы, являющиеся физиологической основой любого навыка;

- во-вторых, именно в этом возрасте начинается становление орудийных и соотносящих действий ребенка, как основной линии психического развития, то есть еда ложкой, питье из чашки, использование салфеток, открывание – закрывание коробочек, перекладывание предметов из одной емкости в другую способствует овладению элементарными правилами самообслуживания.

Ребенок, не имеющий выраженных нарушений, без особых усилий осваивает имитацию: «Делай, как я!». Когда взрослые выполняют самые обычные свои действия: мытье и вытирание рук, причесывание, использование по назначению салфетки – и при этом произносят соответствующие реплики, то, ребенок, как правило, делает тоже самое и комментирует свои действия. Таким образом, он усваивает и присваивает общественный опыт, в частности культурно-гигиенические умения.

Если же у малыша есть, так называемые, «ограниченные возможности здоровья», то есть двигательные (сенсорные, ментальные) дефициты развития, то формирование простейших культурно-гигиенических умений требует особого подхода. Сама ребенок, как правило, не испытывает потребности повторять действия взрослого, не способен самостоятельно интегрировать и отразить в собственной деятельности полученную полисенсорную информацию. Он нуждается в специальных условиях обучения каждому элементарному умению. К специальным условиям в этом случае относятся расчленение каждого действия на отдельные операции и соответствующее комментирование, причем многократное и долгосрочное повторение этого. Первоначально действия выполняются «пассивно» руками ребенка, но в определенной последовательности, что способствует включению в процесс и мышечной памяти. В дальнейшем помощь становится дозированной, но комментирование продолжается до полной автоматизации умения, которое ребенок осваивает. Очень важно, чтобы требования всех взрослых, которые взаимодействуют с ребенком, были едиными! Необходимо разумно поощрять и сами действия ребенка, особенно самостоятельные попытки, и достижения. Только положительное отношение малыша к собственным действиям позволит «присвоить» и упрочить культурно-гигиенические умения, постепенно преобразуя их в соответствующие навыки.

На формирование навыков самообслуживания (еда, одевание и др.) ребенка, имеющего дефициты развития, влияют определенные параметры психофизического развития: устойчивость посадки, сила мышц плечевого пояса, которая влияет на точность движения рук, способность выполнять двуручные действия, зрительно-моторная координация, умение и желание имитировать движения взрослого. Перечисленные функции и качества формируются у малышей с нарушениями развития порой в ином порядке, чем у их здоровых сверстников. Поэтому обучение самообслуживанию должно учитывать зону актуального развития и реальные возможности ребенка, то есть быть личностно-ориентированным.

Сначала ребенок знакомится с ложкой при кормлении и учится действовать ей, а потом «кормит» куклу. Но, например, ребенок с моторными нарушениями будет испытывать затруднения при общепринятом захвате ложки: будет удерживать ее удобным для себя способом. Излишняя настойчивость взрослых по поводу захвата может спровоцировать негативную реакцию, и малыш надолго (или навсегда) откажется что-либо самостоятельно брать в руки. Следовательно, взрослый должен продумать, какие способы захвата можно предложить малышу, чтобы он справился с поставленной задачей наилучшим образом. Достигнутый результат воодушевляет ребенка, и он стремится расширить диапазон своих умений.

Умение, которое особый малыш выполняет регулярно и разных ситуациях, становится привычкой. Ребенок обретает определенную независимость и самостоятельность: пользуется туалетом, моет руки, принимает пищу, одевается и раздевается, пытается быть опрятным. Постепенно его репертуар самообслуживания расширяется, содержание усложняется. Это дает ребенку возможность почувствовать себя умелым, самоутвердиться.

Часто отодвигаются и растягиваются сроки освоения особым ребенком культурно-гигиенических навыков и самообслуживания, ограничивается их ассортимент. Игнорирование формирования обозначенных навыков препятствует истиной социализации малыша с ограниченными возможностями здоровья. Часто это происходит «благодаря» гиперопеке со стороны близких, разобщенности и противоречивости их действий. С одной стороны, родители (бабушки, дедушки, другие родственники) декларируют заинтересованность в социализации ребенка, а с другой – «не позволяют» ему самостоятельно выполнять многие вполне посильные действия. Родители полагают, что культурно-гигиеническими умениями и самообслуживанием ребенок овладеет, когда подрастет, пренебрегают игрой и отдают предпочтение развитию когнитивных и коммуникативных способностей. В результате такого подхода к воспитанию ребенок порой знает буквы, но не пользуется горшком, не ест ложкой, несамостоятелен. Как он будет чувствовать себя в обществе сверстников?

Да, любой малыш, а тем более с особенностями развития, практически ничего не умеет делать и всякое новое действие дается ему с трудом. Но именно так и происходит развитие. В раннем возрасте возможности нервной системы, поощрение интереса к бытовым действиям позволяют достаточно быстро сформировать у ребенка нужные привычки, научить его приемам, позволяющим выполнять определенные операции быстро и экономно. Самостоятельное удовлетворение первичных потребностей «заставляет» ребенка обследовать различные предметы и орудия: формируются и развиваются предметно-практические действия. Эти действия, в свою очередь, способствуют совершенствованию перцептивных умений, развитию тонкой моторики, собственно игровой деятельности. Общеизвестно, что именно игра является ведущим видом деятельности дошкольного возраста. Именно в игре ребенок исподволь закрепляет все освоенные умения.

Таким образом, овладение детьми раннего возраста культурно-гигиеническими умениями и элементами самообслуживания способствует образованию у них твердых нравственных привычек, помогает становлению взаимоотношений с ровесниками, воспитанию организованного поведения. Наличие этих качеств позволяет малышу быть достаточно самостоятельным, чувствовать себя полноценным членом общества, а это и есть социализация ребенка раннего возраста с ограниченными возможностями здоровья.

.

**3. Методика и условия формирования культурно-гигиенических навыков**

Культурно-гигиенические навыки – важнейшая часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, прически, одежды, обуви, продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что любому человеку неприятно касаться грязной руки или смотреть на неопрятную одежду. Неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, неприятен другим людям, с ним не хочется общаться.

Воспитание культурно-гигиенических навыков имеет значение в первую очередь для сохранения здоровья детей раннего возраста.

Основой полноценного физического развития ребенка раннего возраста является приобщение его к основам здорового образа жизни. В приобщении детей к здоровому образу жизни важное значение приобретает освоение малышами основ культуры гигиены.

Однако, сталкиваясь с задачей воспитания культурно-гигиенических навыков у детей с ограниченными возможностями здоровья, я не всегда могу определить направления, последовательность своей работы, четко представить результат процесса воспитания, обозначить наиболее приемлемые формы и методы воздействия, поэтому я считаю тему актуальной.

Цель моей работы - изучение проблемы формирования культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста с ОВЗ.

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, привить ребятам навыки, укрепляющие их здоровье. С раннего возраста надо учить ребят мыть руки перед едой, есть из отдельной тарелки, ходить чистыми, стричь волосы, вытряхивать одежду, не пить сырой воды, вовремя есть, вовремя спать, быть больше на свежем воздухе и так далее».

Я считаю, что все меры, которые разрабатывает дошкольная гигиена, способствуют нормальному физическому развитию детей, укреплению их здоровья.

Здоровье – более широкое понятие, под которым понимают состояние полного физического, душевного и социального благополучия - именно такое определение выдвинула Всемирная организация здравоохранения.

Формирование культурно–гигиенических навыков – процесс длительный особенно с нашими детьми с ограниченными возможностями здоровья, в связи с этим одни и те же задачи могут многократно повторяться. Воспитание навыков осуществляется приемами прямого воздействия, упражнения, т. е. путем научения, приучения, поэтому воспитание культурно – гигиенических навыков необходимо планировать в режиме дня. Наблюдения показали, что в тех Домах ребёнка, где режим дня выполняется в соответствии с гигиеническими требованиями и все виды деятельности проводятся на высоком педагогическом уровне показатели укрепления здоровья и развития детей высоки.

А самое главное по режиму дня заметно, что время на гигиену и самообслуживание маленьким детям отводится больше, чем детям более старшего возраста, так как эти навыки у старших детей уже более сформированы. Из этого важно подчеркнуть, что возрастные особенности и индивидуальный подход к детям играют важную роль в режиме дня.

Ребенок с момента рождения является социальным существом, ведь уход за ним направлен на введение его в мир взрослых. Одеяло, соска, пеленка и прочие предметы – объекты, с помощью которых взрослый вводит малыша в социальный мир. С помощью этих предметов происходит удовлетворение потребностей: есть ложкой, ножом, вилкой, спать в кровати, накрываться одеялом и т. д. Способом удовлетворения потребности ребенок сам не владеет и без нашей помощи его не откроет, не обучится ему самостоятельно.

С первых дней жизни при формировании культурно–гигиенических навыков идет не простое усвоение правил, норм поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации, очеловечивания малыша, «вхождения» его в мир взрослых. Психическое развитие – процесс неравномерный, его линии идут не одновременно, есть периоды наиболее быстрого развития тех или иных функций, психических качеств. Эти периоды называются сенситивными – наиболее благоприятными для развития. Для начального формирования культурно – гигиенических навыков сенситивный период приходится на раннее детство, в этом периоде мы как раз и работаем.

Режим дня - это четкий распорядок жизни в течение суток. Включаясь в режим дня, выполняя бытовые процессы, я помогая ребенку осваивает серию культурно–гигиенических навыков. Эти навыки одна из составляющих культуры поведения в быту. Навык, ставший потребностью – это привычка. Навык умываться позволяет ребенку делать это ловко и быстро, а привычка умываться побуждает его делать это охотно и без принуждения. По мере усвоения культурно–гигиенические навыки обобщаются, отрываются от соответствующего им предмета и переносятся в игровую, воображаемую ситуацию, тем самым влияя на становление нового вида деятельности – игры.

В игре дети отражают взаимоотношения, которые складываются в ходе бытовых процессов. Ребенок так относится к кукле, как родители к нему в соответствующих ситуациях. В игре дети имитируют бытовые действия (мытье рук, прием пищи), тем самым закрепляя действия с бытовыми предметами (ложкой, чашкой и пр.), а так же отражают правила, которые стоят за выполнением культурно – гигиенических навыков: одежду куклы надо аккуратно сложить, посуду на столе расставить красиво.

Культурно–гигиенические навыки связаны не только с игрой. Они лежат в основе первого доступного ребенку вида трудовой деятельности – труда по самообслуживанию. Самообслуживание характеризуется тем, что действия ребенка не имеют общественного мотива, они направлены на самого себя. «Освоение культурно–гигиенических навыков влияет не только на игровую и трудовую деятельность, но и на взаимоотношения ребенка с взрослыми и сверстниками. Освоение культурно – гигиенических навыков дает возможность сравнить себя с другими детьми: лучше или хуже я умею это делать? Так через сравнение себя с другими складываются предпосылки для формирования самооценки, осознания своих возможностей и умений, а так же предпосылки для самоконтроля. При выполнении бытовых процессов малыш наблюдает, сравнивает, анализирует, устанавливает причино – следственные связи. Он задумывается над тем, куда делось мыло, ведь сначала был большой кусок, а через некоторое время стал совсем маленький, почему вода смывает пену и грязь с рук, как с помощью вилки можно разделить котлету пополам, куда пропадает сахар в чае, почему высох мокрый платок и т. д.

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

Заключение

В результате работы над теоретической частью, я узнала, что ещё классики отечественной педагогики писали, что формирование культурно - гигиенических навыков - одно из важнейших направлений в работе с детьми. Современные педагогические исследования и опыт работы показал, что главное не упустить благоприятный период, когда навыки и привычки формируются быстро, т. е. сенситивный период, период раннего развития. Формирование культурно-гигиенических навыков у наших детей с ограниченными возможностями здоровья имеют свои особенности: более тщательного объяснения, моего показа совместного действия, более частого повторения.

Наши дети чаще всего учатся культурно-гигиеническим навыкам в процессе игр или же с помощью художественного слова.

Изучая опыт работы по формированию культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста, мне стало известно, что в этом помогают разные игровые приёмы и методы. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, причёски и т. д. продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. А человеческие отношения маленький ребёнок воплощает, прежде всего, в игре. Поэтому в своей работе я отдаю предпочтение разным игровым приёмам и методам.

Культурно-гигиенические навыки - важная составляющая часть культуры поведения. Поэтому я постоянно помню, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течение всей его последующей жизни. Я убедилась, что формируя у детей дошкольного возраста культурно - гигиенические навыки, мы параллельно влияем на многие психические процессы в развитии ребёнка, при этом педагог должен набраться большого терпения и понимания.

Таким образом, чтобы были выделены отдельные операции - сначала наиболее существенные, а затем дополнительные. Операции идут в строгом порядке с небольшим интервалом (не более 5-10 секунд), в противном случае не вырабатывается динамический стереотип. Показ действия малышам обязательно сопровождается проговариванием (« Теперь возьмём полотенце и вытрем каждый пальчик»). Затем взрослый действует вместе с малышом, выполняя сопряженные действия. Например, берет его руки в свои, намыливает и подставляет под струю воды. Так у ребенка складывается сенсомоторный образ действия, а также образ составляющих действие операций и условий, в которых оно протекает. Постепенно взрослый предоставляет малышу большую самостоятельность, контролируя выполнение операций и результат, а затем только результат. При формировании навыков ребенок учится удерживать цель деятельности, не отвлекаться. Также следует обращать внимание детей на рациональность тех или иных способов действия. Например, полотенце после употребления нужно сначала расправить, а потом вешать - так оно лучше просыхает, не падает на пол. Желательно, чтобы показ действий и попытки детей выполнить их самостоятельно взрослые сопровождали не только объяснениями, но и вопросами, направляющими внимание ребёнка на необходимость действовать определённым образом. Это поможет ему быстрее усвоить способ выполнения, уяснить, почему нужно поступать именно так.

В воспитании культурно-гигиенических навыков важно единство требований сотрудников детского учреждения и родителей. Малыш не сразу и с большим трудом приобретает необходимые навыки, ему потребуется помощь взрослых. Прежде всего, следует создать в семье необходимые условия: приспособить к росту ребёнка вешалку для одежды, выделить индивидуальную полку или место на полке для хранения предметов туалета (носовых платков, лент, носков), постоянное и удобное место для полотенца и т.д.

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.

«Методические приёмы, которые использует педагог, необходимо менять, а условия должны быть постоянными»,- считают Р.С. Буре и А.Ф. Островская. «Будем умываться», - говорит в начале года воспитатель и показывает всё: и Как завёртывать рукава, и как намыливать руки, и как вымыть их, а затем вытереть. Все дети действуют под наблюдением и контролем взрослого. Но дети становятся старше, и воспитатель постепенно предоставляет им всё больше самостоятельности. Он переходит от прямых указаний к напоминанию, от показа к совету, от примера к методам позволяющим развивать у детей осознанное отношение к правилам,- убеждению, разъяснению смысла правил. Только тогда, когда педагог учитывает постоянно возрастающий опыт детей, совершенствование их навыков, умение всё более самостоятельно выполнять установленные правила, только тогда у них формируются устойчивые привычки, не разрушающиеся при переходе в новые условия. Если этого не учитывать, то у детей вырабатывается, лишь умение подчиняться требованию взрослого.»[4, с.35]

Обычно качество и правильная последовательность действий находится вне внимания взрослого. При этом часто считается неважным следить за тем, перешел ли навык в привычку. Подобная ситуация приводит к тому, что даже у семилетних детей встречается необходимость выполнять культурно – гигиенические навыки исходя только из требований взрослого. Это может привести к потере, казалось бы, уже сформированного навыка. Поэтому в дошкольном возрасте надо проводить повторное обучение навыкам на иной, чем в детстве, основе. Ребенку надо помочь осознать приемы и условия выполнения культурно–гигиенических навыков, а так же их необходимость. Опираясь на расширение и усложнение его практического опыта. А для этого необходима специально организованная деятельность малыша под руководством взрослого, тогда детям становится понятна целесообразность требований воспитателя (руки мыть чисто, не лить воду на пол и т. д.). Поэтому бывает целесообразно перейти от прямых указаний к косвенным, например, вместо напоминания «дети идите мыть руки» сказать: «Начинаем готовиться к обеду» и т. п.

Культурно-гигиенические навыки нуждаются в постоянном закреплении. Изменения системы воспитательной работы, отсутствие внимания к формированию и использованию навыков может привести к их быстрой утрате. Практика показывает, что вопросы воспитания культурно - гигиенических навыков не всегда отражаются в календарных планах воспитателей, тогда как они очень важны и нуждаются в конкретизации при планировании. Однако для их реализации требуется достаточно длительное время. В труде по самообслуживанию ребёнка учат доводить начатое до конца, выполнять работу качественно. Например, учат не только снимать одежду, но и выворачивать каждую вещь на лицевую сторону, аккуратно складывать, вешать её. Во всех группах используется приём поощрения. Важно вовремя похвалить ребёнка, но нужно этим не злоупотреблять, чтобы он не ждал похвалы постоянно. Выполнение требований взрослых должно стать нормой поведения, потребностью ребёнка.

Одним из ведущих приёмов во всех возрастных группах является повторение действий, упражнение, без этого навык не может быть сформирован. На первых порах формирования навыка следует проверить, как выполнены отдельные действия или задание в целом, например, попросить перед мытьём: «Покажите, как вы засучили рукава» или после мытья посмотреть, насколько чисто и сухо вытерты руки. Хорошей формой упражнения в освоении культурно-гигиенических навыков являются дидактические игры.

Особая роль в воспитании культурно – гигиенических навыков принадлежит игровым приемам. Используя их, воспитатель закрепляет у детей навыки, которые вырабатываются в повседневной жизни.

Особое внимание следует уделить игровому методу, потому что игра является ведущим видом деятельности ребенка дошкольного возраста, посредством игры ребенок лучше запоминает и устанавливает причинно – следственные связи. Игра позволяет ребёнку глубже понять окружающий мир.

**Заключение**

В результате работы над теоретической частью, я узнала, что ещё классики отечественной педагогики (Н.К. Крупская, А.С. Макаренко, К.Д. Ушинский) писали, что формирование культурно - гигиенических навыков - одно из важнейших направлений в работе с детьми. Современные педагогические исследования и опыт работы показал, что главное не упустить благоприятный период, когда навыки и привычки формируются быстро, т.е. сенситивный период. Работа по формированию культурно - гигиенических навыков должна вестись в непосредственном контакте с семьёй.

Изучение первоисточников, позволило углубить знания о значении культурно-гигиенических навыков в воспитании ребёнка дошкольного возраста.

Чаще всего дети учатся культурно-гигиеническим навыкам в процессе игр или же с помощью художественного слова.

Изучая опыт работы по формированию культурно-гигиенических навыков у детей раннего дошкольного возраста с ОВЗ мне стало известно, что в этом помогают разные игровые приёмы и методы. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, причёски и т. д. продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. А человеческие отношения маленький ребёнок воплощает, прежде всего, в игре. Поэтому в своей опытной работе мы отдадим предпочтение разным игровым приёмам и методам. Проанализировав опыт работы в журналах “Ребенок в детском саду” и “Дошкольное воспитание” я пришла к выводу, что его по данной теме не достаточно.

Культурно-гигиенические навыки - важная составляющая часть культуры поведения. Педагоги и родители должны постоянно помнить, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течении всей его последующей жизни. Я убедилась, что формируя у детей раннего возраста культурно - гигиенические навыки, мы параллельно влияем на многие психические процессы в развитии ребёнка, при этом педагог должен набраться большого терпения и понимания.

**Список литературы**

1. Белостоцкая Е.М., Виноградова Т. Ф. и др. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7. – М.:Просвещение,1991.
2. Бондаренко А.К. Дидактиеские игры в детском саду. – М.: Просвещение,1991.
3. Бондаренко А.К. Дидактические игры в д/с: Пособие для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение,1985.
4. Буре Р.С., Островская А.Ф. Воспиталель и дети. – М.: Просвещение, 2006.
5. Богуславская З.М., Смирнова Е.О. Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста. – М.: 1991.
6. Воспитателю о работе с семьёй / Под ред. Н.Ф. Виноградовой. – М.: Просвещение, 1989.
7. Голицина Н.С Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении. – Скрипторий 2003, 2007.
8. Гурина И. В. Первые шаги от 0 до 3 лет. Засыпаем, кушаем, маму с папой слушаем. – СПб., 2007.
9. Дуброва В.П., Милашевич Е.П. Педагогическая практика в детском саду. – М.: издат. центр «Академия», 1998.
10. Детство\Под ред. В.И. Логиновой и др. – СПБ.:Акцидент, 2008.
11. Запорожец А.В. Психология и педагогика игры дошкольника. М.,1966.
12. Зебзеева В.А. Организация режимных процессов в ДОУ. – М.: Сфера, 2007.
13. Игра дошкольника / Под ред. С.А. Новосёловой. – М.: Просвещение, 1989.
14. История дошкольной педагогики в России: Хрестоматия. С.В. Лыков, Л.М. Волобуева; Под ред. С.Ф. Егорова. – М.: Издательский центр «Академия», 1990.
15. Комарова Т.С., Куцакова Л.В., Павлова Л.Ю. Трудовое воспитание в детском саду. – М .: 2005/
16. Крупская Н.К. О дошкольном воспитании. – М.: Просвещение, 1973.
17. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Как приобщить малыша к гигиене и самообслуживанию. – М.: Просвещение, 1997.