

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Светлячок» г. Николаевска Волгоградской области



**План по самообразованию воспитателя.
Во второй группе раннего возраста
На 2025 – 2026 учебный год**

Тема: «Воспитание культурно – гигиенических навыков и
навыков самообслуживания у детей раннего возраста»

Подготовила: Черевичко Н. А.

2025 -2026 гг.

ВВЕДЕНИЕ

Воспитание у детей навыков личной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах.

Актуальность данной темы в том, что 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. Воспитание культурно-гигиенических навыков имеет значение не только для успешности социализации детей, но и для их здоровья.

Культурно-гигиенические навыки в значительной степени формируются в дошкольном возрасте, так как первая система ребенка в высшей степени плаstична, а действия, связанные с принятием пищи, одеванием, умыванием, повторяются каждый день, систематически и неоднократно. В детском саду у детей воспитываются: навыки по соблюдению чистоты тела, культуры еды, поддержания порядка в окружающей обстановке, а также правильных взаимоотношений детей друг с другом и со взрослыми.

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.

Формирование привычек и навыков осуществляется под непосредственным педагогическим воздействием взрослых и всей окружающей обстановки. Прочность, гибкость навыков и привычек зависит от ряда факторов: условий, своевременности начала этой работы, эмоционального отношения ребенка к выполняемым действиям, систематичности упражнений детей в определенных действиях. Особое внимание в дошкольных учреждениях уделяется формированию нового навыка, привычки, когда у детей появляются новые обязанности, новые вещи, новый вид деятельности, которыми дети должны овладеть. При этом детей приучают выполнять не только то, что им приятно, но и то, что необходимо, преодолевая трудности разного характера.

Воспитание культурно-гигиенических навыков включает широкий круг задач, и для их успешного решения рекомендуется использовать целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей: прямое обучение, показ, упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр, систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила гигиены и постепенное повышение требований к ним. Нужно добиваться от дошкольников точного и четкого выполнения действий, из правильной последовательности.

В младшем возрасте необходимые навыки лучше всего усваиваются детьми в играх специально направленного содержания. Важно, чтобы эти игры были интересны, могли увлечь детей, активизировать их инициативу и творчество.

Проблемами воспитания культурно-гигиенических навыков детей занимались такие отечественные авторы, как Выготский Л.С., Забрамная С.Д., Шипицина Л.М.

Наши отечественные педагоги В.Г. Нечаева, В.А. Горабчева и др., психологи В.С. Мухина, С.Г. Якобсон и др. доказали, что дети дошкольного возраста способны осознанно усваивать не только правила, но и нормы поведения и взаимоотношений. При этом, конечно, действует фактор специфики возраста, который ограничивает и объем правил и норм, и глубину их осознания.

Известно, что усвоенные в детстве социальные формы поведения во многом определяют в дальнейшем социальную адаптацию ребенка.

Именно поэтому в дошкольных учреждениях осуществляется кропотливая повседневная работа по формированию культурно-гигиенических навыков и самообслуживанию.

АКТУАЛЬНОСТЬ И ВЫЯВЛЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ

Общеизвестно, что здоровье человека закладывается в детстве. Организм ребенка очень пластичен, он гораздо чувствительнее к воздействиям внешней среды, чем организм взрослого; и от того, каковы эти воздействия – благоприятные или нет, зависит, как сложится его здоровье.

В эти годы дети могут освоить все основные культурно-гигиенические навыки, научиться понимать их важность, легко, быстро и правильно выполнять. Образовательная область здоровье требует от нас формировать у детей привычки к здоровому образу жизни, которые всегда стоят на первом месте.

Работая с детьми второй группы раннего возраста, я заметила, что у большинства детей, вновь пришедших в детский сад из дома, отсутствуют элементарные навыки самообслуживания и личной гигиены: дети не умеют самостоятельно умываться, одеваться и раздеваться, объективно оценивать особенности своего организма.

С первых дней поступления ребенка в группу я начала работать с родителями. Выяснилось, что 60% родителей не придают серьезного значения воспитанию самостоятельности у детей и, считая их слишком маленькими, стараются все сделать за них сами. Другие, понимая значение воспитания самостоятельности в развитии ребенка, все же проявляют нетерпение и делают за ребенка то, с чем он может справиться сам. Объясняют они это тем, что утром спешат на работу, а вечером устают, и медлительность детей их раздражает. Для того чтобы родители поняли важность воспитания самостоятельности я организовала ряд консультаций, индивидуальные беседы, во время которых объяснила родителям, что семья –

первое общество, где формируется характер ребенка, его нравственные качества, привычки, жизненно необходимые навыки.

Таким образом, проблема воспитания КГН стоит достаточно остро. Именно поэтому я решила углубленно работать над этой темой. В этом же направлении я решаю не менее важные задачи по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни и по сохранению и укреплению здоровья детей, физического, так и психического.

Цель: Формирование культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей раннего возраста.

Задачи:

1. Формировать привычку следить за своим внешним видом, умение правильно пользоваться мылом, мыть руки, лицо; насухо вытираясь после умывания, пользоваться расческой, носовым платком;

2. Формировать навыки поведения за столом: пользоваться правильно ложкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать за столом, не разговаривать с полным ртом;

3. Формировать начальные представления о ценности здоровья, что здоровье начинается с чистоты тела, что чистота-красота-здоровье – это неразделимые понятия;

4. Формировать потребность в соблюдение навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни;

5. Активно привлекать родителей к соблюдению и развитию навыков личной гигиены дома.

6. Обогатить предметно-развивающую среду группы.

Педагогические приёмы, обеспечивающие успешное решение поставленных задач:

- прямое обучение;
- показ;
- упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр;
- систематическое напоминание детям о необходимости соблюдения правил гигиены.

Для более успешного формирования и закрепления навыков гигиены на протяжении периода дошкольного детства целесообразно сочетать словесный и наглядный методы, используя специальные наборы материалов по гигиеническому воспитанию в детском саду, разнообразные сюжетные картинки, символы.

В процессе гигиенического воспитания и обучения детей педагог сообщает им разнообразные сведения: о значении гигиенических навыков для здоровья, о последовательности гигиенических процедур в режиме дня, формирует у детей представление о пользе физкультурных упражнений.

Гигиенические знания разумны и на занятиях по физической культуре, труду, ознакомлению с окружающим, с природой. Для этого используются некоторые дидактические и сюжетно-ролевые игры.

Для закрепления знаний и навыков личной гигиены желательно давать детям различные поручения. Навыки детей быстро становятся прочными, если они закрепляются постоянно в разных ситуациях. Главное, чтобы детям было интересно, и чтобы они могли видеть результаты своих действий, (кто-то стал значительно опрятнее и т.д.).

Обязательным условием формирования гигиенических навыков у детей, воспитания привычки к здоровому образу жизни является высокая санитарная культура персонала дошкольного учреждения. Где должны быть созданы необходимые условия для сохранения здоровья детей, полноценного физического и гигиенического развития.

Следующее условие, необходимое для успешного гигиенического воспитания – единство требований со стороны взрослых. Ребенок приобретает гигиенические навыки в общении с воспитателем, медицинским работником, няней и, конечно, в семье. Обязанность родителей – постоянно закреплять гигиенические навыки, воспитываемые у ребенка в детском саду.

Важно, чтобы взрослые подавали ребенку пример, сами всегда их соблюдали.

Перспективный план работы с родителями детей раннего возраста (2-3 года)

| Месяц | Проводимые мероприятия |
|----------|--|
| Сентябрь | 1. Анкетирование «Что умеет мой ребенок» 2. Родительское собрание «Возрастные особенности детей 2-3 лет» - ознакомление родителей с содержанием работы ДОУ по формированию навыков самообслуживания младших дошкольников 3. Памятка: «Порядок одевания и раздевания» |
| Октябрь | 1. Консультация «Режим дня»; «Как приучить ребенка к горшку?». 2. Просьба к родителям посмотреть вместе с детьми мультфильм «Мойдодыр» 3. Оформление альбома «Культурно гигиенические навыки в домашних условиях». |
| Ноябрь | 1. Консультация «Роль фольклора в формировании культурно – гигиенических навыков у детей раннего возраста» 2. Буклет «Я – САМ» - расширять знания родителей воспитанников по вопросу развития навыков самообслуживания у детей 2-3 лет. |
| Декабрь | 1. Анкетирование: «Роль семьи в формировании навыков самообслуживания». 2. Консультация «Что из предметов должен иметь ребёнок дома для развития культурно – гигиенических навыков» |

| | |
|---------|--|
| Январь | 1. Индивидуальные беседы на тему «Как привить и воспитать у детей самостоятельность». 2. Изготовление родителями дидактических пособий «Волшебные застежки» - укрепить связи между детским садом и семьей |
| Февраль | 1. Консультация для родителей «Как приучить ребёнка убирать за собой игрушки» 2. Беседа: «Приучаем детей дома одеваться на улицу в правильном порядке». |
| Март | 1. Консультация «Как увлечь ребёнка ежедневной гигиеной зубов?» 2. Семинар-практикум для родителей группы раннего возраста «Развиваем самостоятельность детей» |
| Апрель | 1. Просьба к родителям почтить детям: Г. Зайцев «Дружи с водой», А. Барто «Девочка чумазая». 2. Памятка: «Условия необходимые для воспитания самостоятельности». |
| Май | 1. Консультация «Освоение КГН посредством игры и игровых упражнений» 2. Памятка: «Навыки опрятной еды» 3. Родительское собрание «Что мы уже умеем? Чему вы рады так за нас?» |

План работы по формированию культурно – гигиенических навыков с детьми.

| Месяц | Проводимые мероприятия |
|----------|---|
| Сентябрь | <p>Диагностика культурно-гигиенических навыков; Цель: выявить знания и умения детей; НОД «Наша группа».</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> – познакомить детей с групповой комнатой (раздевалка, групповая, умывальня); их предназначением; – побуждать детей бережно относиться к своей одежде; – познакомить со схемами алгоритмов действия в раздевалке, в умывальной комнате. <p>Разучить «Три золотых правила мытья рук»:</p> <ul style="list-style-type: none"> а) перед едой б) после туалета в) после прогулки <p>Цель: расширять и активизировать словарь: мыло, мыльная пена,</p> |

| | |
|---------|--|
| | <p>намылили, смыли, мыльница, вода – чистая, теплая, холодная. Учить детей пользоваться горшком; Находить своё полотенце и уметь им пользоваться; Есть аккуратно, пользоваться ложкой; Практическая деятельность «Учимся умываться». Цель: формировать умение мыть руки и лицо, пользоваться мылом и полотенцем;</p> |
| Октябрь | <p>НОД «Доброе утро, расчёска!» Цель: формирование навыков пользования расчёской и ухода за ней. Чтение А.Барто «Девочка чумазая»; Разучивание потешки «Руки надо чисто мыть...»; Игровое упражнение «Мыльные перчатки». Цель: Продолжать закреплять умение правильно намыливать ручки (до «мыльных баращков»), хорошо смыть, насухо вытирая ручки. Продолжать учить детей пользоваться индивидуальным полотенцем; Продолжать учить детей есть аккуратно, всегда ложкой, а не рукой; Учить замечать непорядок в одежде и устранять его при небольшой помощи взрослых; Игровая ситуация «Лисичка садится обедать» Цель: развивать речь, активизировать диалоговую речь. Закреплять знания о посуде, прививать культуру поведения за столом.</p> |
| Ноябрь | <p>НОД «Как мы кормим Хрюшу и Степашку» Цель: – формировать умение сервировать стол, умение действовать по алгоритму; – воспитывать культуру поведения за столом. Чтение: потешки «Водичка, водичка». Цель: Познакомить детей с потешкой, активизировать речь, воспитывать поведение в туалетной комнате (нельзя толкаться, брызгаться, намыливать глаза). Игровая ситуация «Купаться любят все...» Цель: вызвать у детей интерес к выполнению культурно-гигиенических навыков, побуждать к постоянному их соблюдению; Продолжать учить детей мыть руки последовательно следуя алгоритму умывания; Продолжать учить детей насухо вытираять руки полотенцем; Продолжать совершенствовать навыки культуры поведения за столом (есть аккуратно над тарелочкой, не крошить еду на стол, не крутиться во время еды и не разговаривать во время приёма пищи); Экспериментирование «Свойства воды». Цель: формировать у детей представления о свойствах воды (вода капает, разливается, льется);</p> |

| | |
|---------|--|
| | |
| Декабрь | <p>Продолжать учить детей вешать полотенце на место;</p> <p>Учить детей правильно мыть лицо и высыпывать нос во время умывания;</p> <p>Беседа «Берегите воду».</p> <p>Цель: Дать представление детям о том, что воду необходимо экономить, после умывания хорошо закрывать кран.</p> <p>Продолжать учить есть ложкой и не залезать в тарелку руками;</p> <p>Продолжать учить детей одеваться и раздеваться последовательно, не разбрасывать свою одежду;</p> <p>Воспитывать умение играть игрушками бережно, не разбрасывать их и убирать на место;</p> <p>Чтение сказки К. Чуковского «Мойдодыр». Цель: Воспитывать желание самостоятельно следить за чистотой своего тела, правильно совершать процессы умывания.</p> <p>Просмотр м/ф «Мойдодыр»;</p> |
| Январь | <p>Сюжетно – ролевая игра «Сделаем Кате новую прическу»;</p> <p>Экспериментирование «Вода теплая и холодная»</p> <p>Цель: формировать у детей представление, что вода бывает теплая и холодная;</p> <p>Чтение: потешки «Чистая водичка»;</p> <p>Чтение стихотворения А. Барто «Девочка чумазая». Цель: Вызвать эмоциональный отклик на поведение девочки, активизировать речь детей, выяснить, в чем девочка была не права, и как нужно было.</p> <p>Игровая ситуация «Кукла Катя умывается» Цель: формировать у детей навыки самообслуживания культурно-игиенические навыки, понимать назначение выполняемых действий, поощрять стремление выполнять их правильно;</p> |
| Февраль | <p>Сюжетно – ролевая игра «Накормим куклу Катю обедом»;</p> <p>Продолжать учить последовательно, по алгоритму мыть руки и пользоваться краном и водой;</p> <p>Прививать у детей привычку мыть руки после туалета;</p> <p>Продолжать учить детей сидеть за столом прямо, не разговаривать, не крутиться, есть аккуратно;</p> <p>Прививать привычку самостоятельно пользоваться салфеткой;</p> <p>Учить пользоваться расчёской;</p> <p>Продолжать учить бережно, обращаться с игрушками, убирать их на место;</p> <p>Продолжать учить последовательно, одеваться и раздеваться во время тихого часа, аккуратно вешать одежду на стульчик;</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Семья»: – внесение игровой ситуации «Идём друг к другу в гости».</p> <p>Чтение сказки К. Чуковского «Федорино горе»</p> |

| | |
|--------|--|
| | Рассматривание иллюстраций к сказке. |
| Март | <p>Разучивание потешки «Зеркало любит чистые лица», Продолжать прививать привычку мыть руки с мылом; «Мое полотенце».</p> <p>Цель: Продолжать закреплять у детей понимание того, что вытираться можно только своим, индивидуальным полотенцем\</p> <p>Формировать умение садиться за стол спокойно;</p> <p>Учить правильно, нести стульчик;</p> <p>Продолжать учить пользоваться индивидуальной расчёской;</p> <p>Воспитывать бережное отношение к игрушкам, умению делиться ими;</p> <p>Дидактическая игра: «Посмотрим в зеркало, как аккуратно мы одеты»</p> <p>Цель: продолжать учить замечать непорядок в одежде и устранять его самостоятельно, с помощью взрослых или других детей. Воспитывать опрятность, бережное отношение к вещам.</p> <p>Дидактические игры «Научим куклу одеваться (раздеваться)»; «Одень куклу»;</p> <p>Рассматривание сюжетных картинок «Дети на прогулке» (в разные времена года).</p> <p>Чтение: Н. Павлова «Чьи башмачки»</p> |
| Апрель | <p>НОД «Баю-баюшки-баю, куклу спать я уложу...»</p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> – развивать умения свободно пользоваться предметами постельного белья, применять их по назначению, называть правильно; – формировать потребность в соблюдении правил личной гигиены перед сном (умывание, аккуратно складывать одежду). <p>Экспериментирование «Вот какая пенка».</p> <p>Цель: дать детям представление о мыле: оно белое, душистое; можно намыливать, смывать, образует мыльную пену. Предложить детям попускать мыльные пузыри.</p> <p>Сюжетно – ролевая игра «Салон красоты»</p> <p>Цель: продолжать знакомство с трудом парикмахера. Предложить детям сделать куклам красивые прически, завязать им бантики.</p> <p>Учить пережёвывать пищу с закрытым ртом;</p> <p>Продолжать прививать привычку сидеть за столом красиво, есть аккуратно, не торопясь;</p> <p>Прививать привычку убирать за собой игрушки;</p> <p>Обращать внимание на свой внешний вид;</p> <p>Закреплять навыки вежливой культуры за столом;</p> <p>Практическое упражнение «Носовой платок» Цель: формировать у детей культурно-гигиенические навыки, учить пользоваться носовым платком, вовремя обращаться за помощью к взрослым.</p> |
| Май | <p>Беседа «Чистота - та же красота»</p> <p>Цель: Закреплять у детей культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, развивать основы социального взаимодействия,</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>воспитывать культуру дружеских отношений в детском коллективе.</p> <p>Чтение стихотворения Е. Благиной «Как у нашей Ирки».</p> <p>Игровая ситуация «Купание куклы Маши»</p> <p>Дидактическое упражнение «Покажем кукле Кате, как мы накрываем на стол»</p> <p>Игровая ситуация: «Водичка, водичка...». Цель: закрепить уже имеющиеся у детей культурно-гигиенические навыки.</p> <p>Дидактическая игра «Оденем куклу на прогулку».</p> <p>Сюжетно - ролевые игры: «Дела семейные» – внесение игровой ситуации «Кукла Маша у нас в гостях»</p> <p>Упражнение «Самые аккуратные». Цель: воспитывать опрятность.</p> |
|--|--|

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Дети

у детей к 3 годам должны быть сформированы культурно-гигиенические навыки согласно его возрасту:

- ребёнок способен самостоятельно выполнять доступные возрасту гигиенические процедуры в детском саду и дома;
- самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания;
- имеет элементарные представления о необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни в детском саду и дома;
- умеет замечать непорядок в одежде и устранять его при небольшой помощи взрослых;
- ребёнок с желанием и интересом принимает участие в играх, направленных на формирование культурно-гигиенических навыков.

Родители

- родители готовы и способны активно взаимодействовать с педагогами ДОУ по вопросам воспитания культурно-гигиенических навыков;
- принимают активное, живое участие в жизни группы;
- проявляют личную заинтересованность в согласовании требований к воспитательному процессу;
- высказывают рекомендации, идеи по обеспечению эффективности воспитательного процесса;
- проявляют живой интерес к результатам достижений ребенка в освоении культурно-гигиенических навыков;
- осознают особенности организации образовательного процесса и их влияние на развитие компетенций ребёнка, его личностных качеств.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Гурина И. В. Первые шаги от 0 до 3 лет. Засыпаем, кушаем, маму с папой слушаем. – СПб., 2007
2. Лихачёва А.А. Встреча с Мойдодыром. //Дошкольное воспитание №9 – 2014. с.56
- 3.Меремьянинова О.Р. Вместе с куклой я расту: методическое пособие. – Барнаул: АКИПКРО, 2008.
- 4.Ольга Павловна Вологодская «Воспитание самостоятельности у детей. Мама, можно я сам?!»: Центрполиграф; Москва; 2009
5. Печора К.Л., Пантиюхина Г.В., Голубева Л.Г. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. / К.Л. Печора, Г.В. Пантиюхина, Л.Г. Голубева, М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2002.

Интернет – ресурсы.