Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад №1 «Подснежник»

Г. Краснокаменск, Забайкальский край

**План по самообразованию.**

Гаврюшина Надежда Олеговна

Тема: «Воспитание культурно – гигиенических навыков и навыков  самообслуживания

у детей раннего возраста»

**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 вытираться 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 дошкольников3. 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.3. Оформление фотовыставки «Как я помогаю маме». |
| Декабрь | 1.Анкетирование: «Роль семьи в формировании навыков самообслуживания».2. Беседа: «Приучаем детей правильному поведению за столом».3. Консультация «Что из предметов должен иметь ребёнок дома для развития культурно – гигиенических навыков» |
| Январь | 1. Консультация «Особенности формирования культурно – гигиенических навыков у детей 2-3 лет»2. Индивидуальные беседы на тему «Как привить и воспитать у детей самостоятельность».3. 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.Оформление фотовыставки «Любим, любим, умываться по утрам и вечерам»3.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» 3. Памятка для родителей «Держим ложку правильно» |
| Апрель | 1.Консультация «Учимся трудиться»2.Просьба к родителям почитать детям**:** Г. Зайцев «Дружи с водой», А. Барто «Девочка чумазая».3. Памятка: «Условия необходимые для воспитания самостоятельности». |
| Май | 1.Консультация «Дорога к обеду ложка или…»2.Консультация «Освоение КГН посредством игры и игровых упражнений»3.Памятка: «Навыки опрятной еды»4.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 | Диагностика культурно-гигиенических навыков;Цель: выявить знания и умения детей; НОД «Наша группа».**Задачи:**– познакомить детей с групповой комнатой (раздевалка, групповая, умывальная); их предназначением;– побуждать детей бережно относиться к своей одежде;– познакомить со схемами алгоритмов действия в раздевалке, в умывальной комнате.Разучить «Три золотых правила мытья рук»:а) перед едойб) после туалетав) после прогулкиЦель: расширять и активизировать словарь: мыло, мыльная пена, намылили, смыли, мыльница, вода – чистая, теплая, холодная.Учить детей пользоваться горшком;Находить своё полотенце и уметь им пользоваться;Есть аккуратно, пользоваться ложкой;Учить детей складывать аккуратно одежду в шкафчик;Практическая деятельность «Учимся умываться». Цель: формировать умение мыть руки и лицо, пользоваться мылом и полотенцем; |
| Октябрь | 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 барашков»), хорошо смывать, насухо вытирать 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 "Делаем прическу"Цель: Развитие навыка держать в руке расческу и расчесывать волосы движениями сверху- вниз.Игровая ситуация «Лисичка садится обедать»Цель: развивать речь, активизировать диалоговую речь. Закреплять знания о посуде, прививать культуру поведения за столом. |
| Ноябрь | 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 вытирать руки полотенцем;Продолжать учить детей во время одевания на прогулку последовательно одеваться и после прогулки убирать свою одежду и обувь на место;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);  |
| Декабрь | Продолжать учить детей вешать полотенце на место;Учить детей правильно мыть лицо и высмаркивать нос во время умывания;Беседа «Берегите воду».Цель: Дать представление детям о том, что воду необходимо экономить, после умывания хорошо закрывать кран.Продолжать учить есть ложкой и не залезать в тарелку руками;Продолжать учить детей одеваться и раздеваться последовательно, не разбрасывать свою одежду;Воспитывать умение играть игрушками бережно, не разбрасывать их и убирать на место;Чтение сказки К. Чуковского «Мойдодыр». Цель: Воспитывать желание самостоятельно следить за чистотой своего тела, правильно совершать процессы умывания.Просмотр м/ф «Мойдодыр»; |
| Январь | Сюжетно – ролевая игра «Сделаем Кате новую прическу»;Экспериментирование «Вода теплая и холодная»Цель: формировать у детей представление, что вода бывает теплая и холодная;Чтение: потешки «Чистая водичка»;Чтение отрывка из стихотворения В. Маяковского «Что такое хорошо, что такое плохо»;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.Игровая ситуация «Кукла Катя умывается» Цель: формировать у детей навыки самообслуживания культурно-гигиенические навыки, понимать назначение выполняемых действий, поощрять стремление выполнять их правильно; |
| Февраль | Сюжетно – ролевая игра «Накормим куклу Катю обедом»;Продолжать учить последовательно, по алгоритму мыть руки и пользоваться краном и водой;Прививать у детей привычку мыть руки после туалета;Продолжать учить детей сидеть за столом прямо, не разговаривать, не крутиться, есть аккуратно;Прививать привычку самостоятельно пользоваться салфеткой;Учить пользоваться расчёской;Продолжать учить бережно, обращаться с игрушками, убирать их на место;Продолжать учить последовательно, одеваться и раздеваться во время тихого часа, аккуратно вешать одежду на стульчик;Сюжетно-ролевая игра «Семья»: – внесение игровой ситуации «Идём друг к другу в гости». Чтение сказки К. Чуковского «Федорино горе» Рассматривание иллюстраций к сказке.  |
| Март | Разучивание потешки «Зеркало любит чистые лица», Продолжать прививать привычку мыть руки с мылом;«Мое полотенце». Цель: Продолжать закреплять у детей понимание того, что вытираться можно только своим, индивидуальным полотенцем\Формировать умение садиться за стол спокойно;Учить правильно, нести стульчик;Продолжать учить пользоваться индивидуальной расчёской;Воспитывать бережное отношение к игрушкам, умению делиться ими; Дидактическая игра: «Посмотрим в зеркало, как аккуратно мы одеты» Цель: продолжать учить замечать непорядок в одежде и устранять его самостоятельно, с помощью взрослых или других детей. Воспитывать опрятность, бережное отношение к вещам.Дидактические игры «Научим куклу одеваться (раздеваться)»; «Одень куклу»; Рассматривание сюжетных картинок «Дети на прогулке» (в разные времена года).Сюжетная игра «День рождения».Цель: Закреплять навыки культурного поведения в гостях, за столом, активизировать речь, уметь поздравлять именинника, придумывать пожелания. Чтение: Н. Павлова «Чьи башмачки» |
| Апрель | НОД «Баю-баюшки-баю, куклу спать я уложу…»Цель:– 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).Экспериментирование «Вот какая пена».Цель: дать детям представление о мыле: оно белое, душистое; можно намыливать, смывать, образует мыльную пену. Предложить детям попускать мыльные пузыри.Сюжетно – ролевая игра «Салон красоты»Цель: продолжать знакомство с трудом парикмахера. Предложить детям сделать куклам красивые прически, завязать им бантики.Учить пережёвывать пищу с закрытым ртом;Продолжать прививать привычку сидеть за столом красиво, есть аккуратно, не торопясь;Прививать привычку убирать за собой игрушки;Обращать внимание на свой внешний вид;Закреплять навыки вежливой культуры за столом;Продолжать учить складывать одежду;Игровая ситуация «К нам пришла замарашка»Сюжетно-ролевые игры «Дом» и «Семья»: – внесение игровой ситуации «Кукла Катя хочет спать».Практическое упражнение «Носовой платок» Цель: формировать у детей культурно-гигиенические навыки, учить пользоваться носовым платком, вовремя обращаться за помощью к взрослым. |
| Май | Беседа «Чистота - та же красота»Цель: Закреплять у детей культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, развивать основы социального взаимодействия, воспитывать культуру дружеских отношений в детском коллективе.Чтение стихотворения Е. Благиной «Как у нашей Ирки».Цель: воспитывать желание быть опрятным, аккуратнымИгровая ситуация «Варвара - краса, длинная коса»Игровая ситуация «Купание куклы Маши»Дидактическое упражнение «Покажем кукле Кате, как мы накрываем на стол»Игровая ситуация: «Водичка, водичка…». Цель: закрепить уже имеющиеся у детей культурно-гигиенические навыки. Дидактическая игра «Оденем куклу на прогулку».Сюжетно - ролевые игры: «Дела семейные» – внесение игровой ситуации «Кукла Маша у нас в гостях» Упражнение «Самые аккуратные». Цель: воспитывать опрятность.  |

**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.

1. **План самообразования на 2024 – 2025 учебный год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Направления профессионального саморазвития | Цель | Формы работы |
| **1** | **2** | **3** |
| Самообразование и самовоспитание | - расширение кругозора;- рост профессиональной культуры;- развитие личностных качеств, способствующих высоким результатам профессиональной деятельности и устранению недостатков;-формирование информационной компетентности, направленной на самостоятельный поиск знаний. | -изучение периодической печати, знакомство со средствами массовой информации по теме самообразования |
| Методическая работа и курсовая подготовка | - повышение педагогической и психологической компетенции;- развитие творческого потенциала в профессиональной деятельности;- поиск новых подходов к организации образовательной деятельности. | -изучение современных образовательных технологий;-участие в работе методического объединения ДОУ. |
| Обогащение и распространение передового педагогического опыта | -обобщение педагогического опыта; | - презентация для воспитателей «Воспитание культурно- гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей 2 – 3 лет»-размещение статьи, буклетов, инфографики по теме на сайте педагога. |
| Работа с родителями | - обогащение родителей новыми способами общения с детьми;- повышение педагогической культуры родителей;- привлечение родителей к формированию у ребенка ценностей здорового образа жизни | Анкетирование «Что умеет мой ребенок» Памятка: «Порядок одевания и раздевания»Консультация «Режим дня»; «Как приучить ребенка к горшку?».Просьба к родителям посмотреть вместе с детьми мультфильм «Мойдодыр» Оформление альбома «Культурно гигиенические навыки в домашних условиях».Консультация «Роль фольклора в формировании культурно – гигиеническихнавыков у детей раннего возраста»Буклет «Я – САМ» - расширять знания родителей воспитанников по вопросу развития навыков самообслуживания у детей 2-3 лет»Анкетирование: «Роль семьи в формировании навыков самообслуживания». Беседа: «Приучаем детей правильному поведению за столом». Консультация «Что из предметов должен иметь ребёнок дома для развития культурно – гигиенических навыков» |
|  |  |  |

**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.Меремьянина 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., Пантюхина Г.В., Голубева Л.Г. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. / К.Л. Печора, Г.В. Пантюхина, Л.Г. Голубева, М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2002.

**Интернет – ресурсы**.