

Областное специализированное государственное бюджетное учреждение
«Многопрофильный центр социальной помощи семье и детям «Семья»
Вейделевского района» Белгородской области

Принята на заседании
совета специалистов
Протокол № 1
от «16» августа 2024г.

Утверждаю:
Директор ОСГБУ «МЦСПСиД
«Семья» Вейделевского района»
Белгородской области
Яковлев В.Н. 
«16» августа 2024г.



Реабилитационная программа
«Мойдодыр»
(формирование культурно-гигиенических навыков
дошкольников)

Возраст воспитанников: 3-7 лет
Срок реализации программы: 1 год

Составители:
воспитатели младшей
реабилитационной группы
Гончаренко В.В.
Голосова Е.Д.
Долженко И.В.

Вейделевка, 2024

Содержание:

Пояснительная записка.....	3
Актуальность.....	3
Цель. Задачи.....	6
Педагогические приёмы.....	7
Планируемые результаты освоения программы.....	8
Способы и формы оценки результата.....	10
Перспективный план	12
Список литературы.....	16

Пояснительная записка

Культурно-гигиенические навыки - очень важная часть культуры поведения человека. Опрятность, содержание в чистоте лица, тела, причёски, одежды, обуви продиктованы не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Воспитание у дошкольников навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах.

Известно, что самые прочные привычки, как полезные, так и вредные, формируются в детстве. Вот почему так важно с самого раннего возраста воспитывать у ребенка полезные для здоровья навыки, закреплять их, чтобы они стали привычками. Культурно-гигиеническое воспитание - основа санитарной культуры, необходимое условие формирования у детей установки на здоровый образ жизни в будущем. Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. В конечном счете, от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых. 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.

Актуальность проблемы развития культурно - гигиенических навыков детей дошкольного возраста всегда будет стоять на одном из первых мест в проблеме воспитания дошкольников.

Формирование культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания являются одним из важнейших направлений социальной реабилитации детей.

Так как центральная нервная система ребенка дошкольного возраста в высшей степени пластична, а действия, связанные с принятием пищи, одеванием, умыванием, повторяются каждый день и неоднократно, то именно в этом возрасте работа по формированию КГН является наиболее значимой. Самым оптимальным возрастом для начала работы в этом направлении считается дошкольный возраст. В дальнейшем приобретенные навыки необходимо закреплять и расширять. Но, учитывая специфику реабилитационных учреждений, формирование КГН является актуальным и в старшем дошкольном и в младшем школьном возрасте.

В дошкольном возрасте дети начинают проявлять самостоятельность в самообслуживании. Интерес, внимание ребенка к бытовым действиям, впечатлительность нервной системы дают возможность взрослым быстро научить ребенка определенной последовательности операций, из которых складывается каждое действие, и приемам, которые помогают выполнять задание быстро, экономно. Если же это время упустить, неправильные действия автоматизируются, ребенок привыкает к неряшливости, небрежности.

Дети, поступающие в реабилитационное учреждение, зачастую имеют разный уровень или полное отсутствие сформированности КГН, поэтому особенно важно сделать работу в этом направлении интересной и коммуникативной.

В ходе систематической и целенаправленной работы происходят качественные и количественные изменения показателей уровня развития культурно-гигиенических навыков у воспитанников.

Таким образом, освоенные культурно-гигиенические умения превращаются в привычки - действия (навыков), выполнение которых становится потребностью. Необходимыми условиями развития является выполнение требований личной и общественной гигиены, проявляющихся в разных жизненных ситуациях. Постепенное возрастание сознательного

отношения к своему поведению и контролю над ним способствует полноценному развитию и становлению личности ребенка.

Данная программа рассчитана на работу с детьми от 3 до 7 лет, срок реализации - 1 год.

На реализацию программы отводится 1 час в неделю, всего 36 часов.

Цель: создание педагогических условий для формирования культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста (от 3 до 7 лет) в повседневной жизни.

Задачи:

- ✓ способствовать осмыслению детьми необходимости соблюдения правил личной гигиены;
- ✓ познакомить с алгоритмом выполнения культурно-гигиенических навыков;
- ✓ приучать детей следить за своим внешним видом, продолжать формировать умение правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расчёской и носовым платком;
- ✓ формировать простейшие навыки поведения за столом: правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережёвывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом;
- ✓ создавать условия для развития умений у детей самостоятельно использовать полученные навыки в повседневной жизни;
- ✓ формировать потребность у детей в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

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 способы, используя специальные наборы материалов по гигиеническому воспитанию, 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 целесообразны и на занятиях по физической культуре, труду, ознакомлению с окружающим, с природой. Для этого используются некоторые дидактические и сюжетно - ролевые игры. Интересны детям и литературные сюжеты “Мойдодыр”, “Федорино горе” и др. На их основе можно разыгрывать маленькие сценки, распределив роли между детьми. Все сведения по гигиене прививаются детям в процессе разнообразных видов деятельности и отдыха, т.е. в каждом компоненте режима можно найти благоприятный момент для гигиенического воспитания.

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.).

Планируемые результаты освоения программы

3-4 года

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

4-5 лет

- сформирована привычка быстро и правильно умываться;
- пользоваться только индивидуальным полотенцем;
- совершенствуются навыки аккуратной еды: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно;
- правильно пользуются ложкой, вилкой, полощут рот после еды;
- закрепляется умение самостоятельно одеваться и раздеваться, правильно и аккуратно складывать в шкаф одежду, ставить на место обувь, ухаживать за ней, мыть, протирать, чистить;
- замечают и самостоятельно устраняют беспорядок в своем внешнем виде, вежливо говорят товарищу о неполадках в его костюме, обуви, помогают устранить их, бережно относятся к одежде.

5-6 лет

- правильно пользуются вилкой, ложкой;
- едят аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом;
- выходя из-за стола, тихо задвигают стул, благодарят взрослых;
- быстро одеваются и раздеваются;
- вешают одежду в определенном порядке и месте;
- следят за чистотой одежды, обуви;
- формируется потребность следить за своим внешним видом.

6-7 лет

- быстро и правильно умывается;
- насухо вытирается;
- пользуясь только индивидуальным полотенцем;
- чистит зубы;
- поласкает рот после еды;
- моет ноги перед сном;
- правильно пользуется носовым платком и расческой;
- следит за своим внешним видом;
- быстро раздевается и одевается;
- вешает одежду в определенном порядке;
- следит за чистотой одежды и обуви;
- правильно пользуется столовыми приборами (ложка, вилка);
- правильно держит приборы, действует ими легко и свободно.

Способы и формы оценки результата

Цель: обеспечить комплексный подход к оценке промежуточных и итоговых результатов освоения рабочей программы для изучения оценки динамики достижений детей.

Объект мониторинга - личностные качества детей, достижения детей.

Методы изучения результативности:

- ✓ Наблюдение за детьми.
- ✓ Беседы.
- ✓ Обобщение результатов в таблицы.

Навыки мытья рук и личной гигиены включают умение:

1. Мыть лицо, уши, руки;
2. Закатать рукава;
3. Смочить руки;
4. Взять мыло, намыливать до появления пены;
5. Смыть мыло;
6. Сухо вытереть руки, аккуратно сложить полотенце и повесить в свою ячейку;
7. Пользоваться расческой.

Навыки опрятной еды включают умение:

1. Правильное пользование столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой.
2. Не крошить хлеб.
3. Пережевывать пищу с закрытым ртом.
4. Не разговаривать с полным ртом.
5. Тихо выходить по окончании еды из-за стола.
6. Благодарить.
7. Пользоваться только своим прибором.

Навыки снятия и надевания одежды в определенном порядке

включают умение:

1. Расстегнуть пуговицы.
2. Снять платье (брюки).
3. Аккуратно повесить.
4. Снять рубашку и аккуратно её повесить на брюки.
5. Снять обувь.
6. Снять колготки, повесить на рубашку (платье).
7. Надеть в обратной последовательности.

Перспективный план

месяц	неделя	Тема	Программное содержание
сентябрь	1	«Да здравствует мыло душистое» Д/И «Умоем куклу Катю»	Закрепить последовательность мытья рук. Закреплять знания о правильном мытье рук, лица, дать понятие о том, что у полотенца есть разное назначение: для рук, ног, тела.
	2	«Правила поведения за столом» Игровая ситуация «Мы готовимся к обеду»	Закреплять правила поведения за столом: есть аккуратно, пользоваться ложкой, салфеткой, что за столом сидят с прямой спиной, ножки стоят рядом со стульчиком. Знакомить с названиями столовой посуды, их формой, цветом; объяснять детям последовательность расстановки приборов для обеда.
	3	«Для чего нужна одежда?»	Обогащать знания детей об одежде, знакомить с понятием «вещи стопочкой», дать представление о том, что в шкафчиках тоже должен быть порядок.
	4	Д/И «Оденем куклу Катю на прогулку».	Закреплять последовательность одевания, расширять представления детей о необходимости тепло одеваться.
октябрь	1	Д/И «Какая вода».	Дать представления о свойствах воды. Расширять словарный запас: теплая, холодная, чистая, грязная, мыльная, прозрачная.
	2	«Тетушка Зубная щетка».	Цель: Познакомить детей с зубной щеткой, для чего она нужна?
	3	«Вилки-ложки». Д/И «Кормление кукол Кати и Вовы».	Закреплять умение детей пользоваться ложкой, познакомить с вилок, ее назначением, сравнить отличия использования ложки и вилки. Развивать устойчивое внимание, умение манипулировать столовыми приборами: ложкой.
	4	Загадки про одежду.	Закреплять названия одежды, ее частей (ворот, рукав, карман и т.п.)

		Ситуация «Кукла Катя упала и замарала платье».	Уметь находить решение проблемы, воспитывать умение сочувствовать человеку, попавшему в сложную ситуацию.
ноябрь	1	«Чистоплотные дети».	Воспитывать желание быть чистоплотными и аккуратными, активизировать речь, внимание, умение называть как можно больше предметов гигиены.
	2	Игра «Напоим куклу Аню чаем»	Воспитывать желание быть чистоплотными и аккуратными, активизировать речь, внимание, умение называть как можно больше предметов гигиены.
	3	«Волшебное слово – «спасибо».	Формировать культуру поведения за столом по средствам художественного слова.
	4	Д/И «Красивые салфетки для трех поросят».	Продолжать воспитывать умение пользоваться салфетками
декабрь	1	Д/И «Чем я моюсь». Разучивание потешки.	Уточнять представления детей о предметах для умывания: мочалка, зубная паста, мыло и т.д., уметь ориентироваться какое средство (предмет) нужен в разное время. Познакомить детей с новой потешкой, вызвать желание мыть руки.
	2	Д/И «Хрюша за столом»	Закреплять умение детей есть аккуратно, отделяя небольшие кусочки от блюда, пережевывать пищу закрытым ртом.
	3	Чтение сказки К. Чуковского «Муха Цокотуха»	Закрепить навыки поведения за столом, обратить внимание на поведение героев сказки.
	4	«Моя одежда». Д/И «Маша - неряша».	Продолжать закреплять умение в правильной последовательности раздеваться перед сном, аккуратно развешивать вещи на стульчик. Учить замечать непорядок в одежде, следить за своим внешним видом.
январь	1	Д/И «Умоем куклу». Стихотворение – шутка	Закреплять умение правильно мыть руки и лицо: намыливать, смывать, отжимать воду, насухо вытирать полотенцем. Познакомить детей с новым стихотворением, воспитывать желание

		В. Орлов «Чистюли»	соблюдать гигиену тела, доставить радость.
	2	Д/И «Подарок для Мишки – новая чашка».	Обогащать знания детей о назначении чашки, ее частей (дно, стенки, ручка).
	3	Дидактическая игра «Подберем куклам одежду» Д/И «Кукла Катя идет в гости».	Учить называть предметы одежды, дифференцировать одежду для мальчиков и девочек, последовательно одевать куклу. Создание у детей потребности быть опрятными, воспитывать желание одеваться со вкусом.
	4	«Кто опрятен, тот приятен».	Формировать у детей положительное отношение к соблюдению КГН и чистоты тела.
февраль	1	«Мое полотенце».	Продолжать закреплять у детей понимание того, что вытираться можно только своим, индивидуальным полотенцем.
	2	Д/И «Катино угощение».	Расширять представления детей о полезных продуктах (фрукты, овощи, натуральные соки), рассмотреть модели или картинки с изображением фруктов.
	3	Сказка «Три медведя».	Закреплять правила поведения за столом, уметь анализировать поведение главного героя (героини).
	4	Д/И «Топ, топ - сапожок». Сюжетная игра «Погладим Кате платье».	Закреплять у детей умение различать и называть разную обувь, ее предназначение (сапоги, туфли, валенки, ботинки и т.д.) Продолжать формировать у детей представление о необходимости ухаживать за одеждой, иметь опрятный внешний вид.
март	1	Беседа «Берегите воду».	Дать представление детям о том, что воду необходимо экономить, после умывания хорошо закрывать кран.
	2	Чтение стихотворения «Мальчик Петя».	Упражнять детей в умении анализировать поведение детей, можно ли так себя вести, почему?
	3	Д/И «Готовим обед для кукол».	Упражнять в умении различать продукты (мясо, рыба, овощи, фрукты),

		Сюжетная игра «День рождения».	закреплять навыки дифференциации по назначению столовой посуды. Закреплять навыки культурного поведения в гостях, за столом, активизировать речь, уметь поздравлять именинника, придумывать пожелания.
	4	«Мой шкафчик».	Закреплять умение складывать свои вещи аккуратно, соблюдать порядок расположения одежды в шкафу: обувь внизу, верхняя одежда на крючке, колготки, кофты, шапочки на полочках.
апрель	1	«Умывание холодной водой».	Расширять представления детей о пользе умывания холодной водой, как о процессе закаливания, чем это полезно.
	2	Сюжетная игра «Маленькие хозяйшечки».	Закреплять названия продуктов, умение сервировать стол, воспитывать культуру поведения в игре.
	3	Профессия «Повар».	Обогащать знания детей о профессиях, воспитывать уважение к труду взрослых.
	4	Ситуативная игра «Хрюша попал в лужу». «Постираем носовые платочки».	Обратить внимание детей на культуру поведения на улице весной, воспитывать аккуратность. Закреплять представления о необходимости ухода за личными вещами, прививать трудолюбие, аккуратность.
май	1	Просмотр мультфильма «Мойдодыр».	Закрепить желание детей соблюдать правила личной гигиены, прививать любовь к водным процедурам.
	2	Беседа «Твое любимое блюдо».	Воспитывать умение выражать свои вкусовые предпочтения, активизировать речь, память.
	3	Беседа «Моя любимая одежда».	Упражнять детей в умении рассказывать о себе, своих предпочтениях в одежде; вспомнить времена года, кто как был одет.
	4.	«Путешествие в страну Здоровья» (итоговое занятие)	Формировать у детей представление о здоровом образе жизни; закреплять знания о культурно - гигиенических навыках; воспитывать привычки заботиться о чистоте своего тела.

Список литературы

1. Волчкова В.Н., Степанова Н.В. Развитие и воспитание детей младшего дошкольного возраста: Практическое пособие для воспитателей детских садов. - Воронеж: ТЦ «Учитель», 2001.
2. Меремьянина О.Р. Вместе с куклой я расту: методическое пособие. - Барнаул: АКИПКРО, 2008.
3. От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.
4. Программа воспитания и обучения в детском саду / Под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. - 6-е изд., испр. и доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.