**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад № 21 г. Амурска**

**Амурского муниципального района**

**Хабаровского края**

**Выступление из опыта работы**

**по теме: «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей**

**раннего возраста в рамках реализации**

**проекта «Чистота - залог здоровья»**

**в рамках РМО по теме: «Использование культурных практик, направленных на формирование**

**привычки к ЗОЖ дошкольников через реализацию единого**

**валеологического проекта детского сада**

**«Хочу быть здоровым»**

**Подготовила:**

**Актанко О.Н.**

**воспитатель**

**г.Амурск**

**2025г**

Добрый день, уважаемые коллеги!

Чистота-залог здоровья ‒ это точно знаем мы,

Потому и гигиене деток обучать должны!

Основная цель проекта: «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста».

Культурно-гигиенические навыки ‒ важная составляющая культуры поведения. Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья.

От знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье окружающих.

Таким образом, актуальность проекта продиктована:

‒ необходимостью формирования культурно-гигиенических навыков, соответствующих возрасту детей;

‒ необходимостью развития интереса к здоровому образу жизни.

В раннем возрасте неообходимо формировать культурно-гигиенические навыки. В дальнейшем приобретенные навыки необходимо закреплять и расширять.

В связи с тем, что действия, связанные с принятием пищи, одеванием, умыванием повторяются каждый день, я стараюсь использовать это в своей работе для того, чтобы сформировать привычку быть аккуратным, чистоплотным.

Во время приема пищи я приучаю правильно держать ложку, садиться на весь стул, держать спинку прямо, не крошить хлеб, аккуратно пить , пользоваться салфеткой после еды.

Одевание – это важная часть режимных моментов. Мы приучаем детей самостоятельно раздеваться и одеваться. Сначала мы приучили детей снимать одежду в определенном порядке и аккуратно складывать на стул. Затем приучали надевать носочки, шорты. Если одежда одета неправильно, учим выворачивать ее. Учим надевать одежду самостоятельно.

Но это вызывает затруднение у некоторых детей. В основном у тех, кого одевают и раздевают родители. Всем детям мы оказываем необходимую помощь.

Во время умывания дети закатывают рукава по мере необходимости, намыливают руки, делают мыльные перчатки, затем тщательно смывают пену водой, отряхивают руки.

Обязательным условием для формирования культурно-гигиенических навыков в нашей группе является соблюдение воспитанниками режима дня.

Режимные моменты способствуют воспитанию у детей культурно-гигиенических навыков, привычек, дисциплинируют их, помогают быть активными, самостоятельными. В дальнейшем приобретенные навыки будем закреплять и расширять.

В своей работе я уделяю внимание воспитанию культурно-гигиенических навыков детей раннего возраста:

-приучаю к соблюдению чистоты тела,

-культуры еды,

-поддержания порядка в окружающей обстановке

-культурных взаимоотношений детей друг с другом и со взрослыми.

В каждой обучающей деятельности использую художественное слово:

-песенки,

-потешки,

-рассматривание картин и иллюстраций в книгах,

-зачитываю отрывки из произведений «Мойдодыр», «Что такое хорошо и что такое плохо».

Использую наглядность, игрушки-гости.

Обязательно поощряю детей, использую к каждому индивидуальный подход.

Я приучаю детей к взаимопомощи, поручаю им несложные задания.

Заметила, что дети стали внимательнее относиться к внешнему виду своих товарищей. Могут даже помочь, если видят, что ребенок в этом нуждается.

Используя способность детей подражать, я неоднократно показываю, как выполнять новое действие, сопровождаю показ пояснениями.

С детьми провожу дидактические игры «Научим куклу Катю умываться», «Накроем стол для гостей», «Умывание куклы»…

Для того,  чтобы научить детей убирать игрушки на место, мы вместе с детьми убираем игрушки: машинки - в «гараж», кукол - в уголок, книги, кубики и т.д. – на специально отведённых для них полочки в шкафах.

Затем, привлекая к уборке игрушек, обыгрываем упражнения «Покажем куклам, какой у нас порядок», «Где живут машинки?» и т.д.

Год назад дети могли бросить игрушку, порвать или помять книгу, сейчас они понимают, что так делать нельзя: игрушки могут обидеться.

На мою просьбу навести порядок, дети начинают убирать игрушки, игры на свои места, наводят порядок.

В группе 23 ребенка, все с разными характерами и сильным желанием настоять на своем.

Я стараюсь помочь детям построить дружеские отношения.

Для установления доброжелательных отношений между детьми и нами, взрослыми, также использую разнообразные дидактические игры и упражнения, такие, как «Зайка ушиб лапку, пожалей его», «Как утешить куклу». «Покажем утёнку, как нужно попросить о чём-нибудь», «Научим игрушки здороваться друг с другом» – в этих играх обучаем малышей пользоваться словесными формами приветствия, прощания, учим вежливо обращаться с просьбой.

Я приучаю ребят спокойно разговаривать, сочувствовать другому, обращаться друг к другу по имени.

«Покажем щенку, как нужно попросить о чём-нибудь», «Научим кукол здороваться друг с другом» – в этих играх обучаем малышей пользоваться словесными формами приветствия, прощания, учим вежливо обращаться с просьбой.

При одевании есть некоторые трудности, но мы над этим работаем. Многие дети умеют снимать одежду.

И тут нам необходима помощь родителей.

Взаимодействие с семьей - важное условие для формирования культурно- гигиенических навыков детей.

В результате взаимодействия с родителями выяснилось, что многие родители, экономя свое время, предпочитают одеть, обуть, убрать игрушки за детей.

Совместно мы пришли к выводу, что надо дать детям возможность проявить самостоятельность и повод гордиться своими достижениями.

Для того, чтобы родители могли прививать навыки в семье в единстве с детским садом, я подготовила для них консультации по формированию культурно-гигиенических навыков: «Поможем ребенку вместе», «Методы педагогического воздействия».

Также хотелось сказать, что в реализации проекта очень помогают бережливые технологии.

В частности, применение визуализации, направленной на удобство и сбережение времени: алгоритм одевания и раздевания, алгоритм умывания.

Для сокращения времени при подготовке к играм, все сюжетно- ролевые игры мы храним в одинаковых коробках с использованием картинок- маркеров. Все коробки находятся в непосредственной близости от детей. После игры дети с удовольствием убирают атрибуты на место.

Результаты работы

К концу года уровень культурно-гигиенических навыков у воспитанников группы повысился: дети стали аккуратно принимать пищу, меньше разговаривают во время еды; при умывании стараются не мочить одежду, тщательно намыливают руки, пользуются только своим полотенцем.

Перспективы дальнейшей работы мы видим  в следующем:

- продолжать совершенствовать развивающую предметно-пространственную среду группы.

- организовать активные формы работы  с семьями воспитанников по вопросам формирования культурно-гигиенических навыков.