

ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Махмудова Ойбарчин Ахатовна,

Доцент кафедры «Дошкольного, начального и специального образования»

РЦПИКПРНО при ТГПУ имени Низами, Узбекистан, г. Ташкент

✉ oybarchinm@bk.ru

АННОТАЦИЯ

В статье раскрыт целостный подход по формированию культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста, правильный подбор методов обучения в соответствии с особенностями целей и содержания занятий и их эффективное применение. Целью работы является анализ формирования культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста. Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи исследования формирования культурно-гигиенических навыков детей дошкольного возраста: рассмотрение задач культурно-гигиенической основы гигиенического образования, определения режима дня детей в соответствии с возрастными особенностями, который обеспечит развитие культурно-гигиенических навыков, также необходимо разработать игры, как эффективный способа развития навыков у детей дошкольного возраста, условия для эффективного развития культурно-гигиенических навыков детей дошкольного возраста. Для достижения поставленной цели и решения поставленных задач были использованы следующие методы эмпирического исследования: наблюдение в процессе определения условий повышения эффективности культурно-гигиенических навыков детей дошкольного возраста; методы теоретического исследования: анализ и синтез для определения задач культурно-гигиенической основы гигиенического образования, определения режима дня детей в соответствии с возрастными особенностями. В работе рассмотрены задачи культурно-гигиенической основы гигиенического образования. Нами предложен режим дня детей, в соответствии с возрастными особенностями..

Для решения задач культурно-гигиенического образования нами были разработаны игры, направленные на развитие культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста. Нами было определено, что единственное условие, необходимое для успешного гигиенического воспитания — единство требований со стороны взрослых, где обязанность родителей — постоянно закреплять гигиенические навыки, воспитываемые у ребенка в образовательном учреждении.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: *личностное развитие, здраворассуждающий, санитарная культура, социализации.*

THE FORMATION OF CULTURAL AND HYGIENIC SKILLS IN CHILDREN OF PRESCHOOL AGE

Makhmudova O.A.,

Acting associate Professor of the Department «Preschool, elementary and special education»

SPECPRO at TSPU named after Nizami, Uzbekistan, Tashken

ABSTRACT

The article reveals a holistic approach to the formation of cultural and hygienic skills in preschool children, the correct selection of teaching methods in accordance with the characteristics of the goals and content of classes and their effective use. The aim of the work is to analyze the formation of cultural and hygienic skills in preschool children. To achieve this goal, it is necessary to solve the following tasks of the study of the formation of cultural and hygienic skills of preschool children: consideration of the tasks of cultural and hygienic basis of hygienic education, determining the mode of children's day in accordance with age characteristics, which will ensure the development of cultural and hygienic skills, it is also necessary to develop games as an effective way of developing skills in preschool children, the conditions for the effective development of cultural and hygienic skills of preschool children were considered. To achieve this goal and solve the tasks, the following methods of empirical research were used as an observation in the process of determining the conditions for improving the efficiency of cultural and hygienic skills of preschool children, methods of theoretical

research were also used as an analysis and synthesis to determine the tasks of the cultural and hygienic basis of hygienic education. The paper deals with the problems of cultural and hygienic basis of hygienic education. We have proposed a regime of children's day in accordance with the age characteristics of the element by element. To solve the problems of cultural and hygienic education, we have developed games aimed at the development of cultural and hygienic skills in preschool children. We have determined that the only condition necessary for a successful hygienic education is the unity of requirements on the part of adults, where the duty of parents is to constantly consolidate the hygienic skills brought up in a child's institution.

KEYWORDS: *personal development, skovoronskaya, sanitary culture, and socialization.*

На современном этапе развития народного образования в Республике Узбекистан особое значение придается необходимости всестороннего, гармоничного развития подрастающего поколения. Успешному решению поставленной задачи способствует организация дошкольного подразделения в системе народного образования — основной задачей, которого является обеспечение условий, способствующих полноценному психическому и личностному развитию каждого ребенка.

Важной правовой основой для подъема этой работы на качественно новый уровень являются: Указ Президента Республики Узбекистан от 7 февраля 2017 года № УП-4947 «О Стратегии действий по дальнейшему развитию Республики Узбекистан», Постановление Президента Республики Узбекистан от 29 декабря 2016 года за № ПП-2707 «О мерах дальнейшего совершенствования системы дошкольного образования в 2017-2021 гг.», от 9 сентября 2017 года за № ПП-3261 «О мерах коренного совершенствования системы дошкольного образования».

Система дошкольного образования в Республике Узбекистан, в частности нормативно-правовые Законы «Об образовании», «О Национальной программе по подготовке кадров», учебная программа

«Первый шаг» строится таким образом, чтобы подготовить физически здоровых детей для обучения в школе.

Нормативные документы оказывают огромное влияние на развитие системы и создание необходимых условий для качественной подготовки дошкольника и его развития в интеллектуальной, духовно-эстетической и физической сферах жизни.

Воплощение идеи о здоровом поколении требуют:

- сохранения национального генофонда;
- нравственного и физического воспитания;
- формирования представлений о свободе и независимости, силе и счастье;
- раскрытия таланта ребенка здраво мыслить и рассуждать.

Более чем половину числа жителей Узбекистана составляет молодежь — это не может не радовать. В связи с этим государство беспокоится о культуре, о качестве образования и духовности каждого гражданина, а также о будущем поколении.¹

Первый Президент Республики И. Каримов обращал внимание на развитие здорового поколения, о чём свидетельствуют его слова «Они должны, они просто обязаны быть лучше нас, умнее, мудрее нас и, конечно, счастливее нас. Наши дети — наша гордость. Это понятно каждому человеку. И если мы действительно хотим гордиться своими детьми и внуками, надо чтобы они овладели современными знаниями и опытом, продолжили дело своих великих предков, которыми так богата наша Родина».²

В Узбекистане, в условиях интенсивного построения справедливого, правового, демократического общества, предприняты важные

¹ Шарипова Д.Д., Шахмурова Г.А., Сайфиева С.С. Педагогические науки. 2016. № 1 (76). С. 18-21.

² Муртазаев Д. Б. Забота о здоровом поколении в деятельности первого Президента Узбекистана И. Каримова // Молодой ученый. — 2017. — № 16. — С. 377–380.

меры по обеспечению верховенства законов, касающихся интересов семьи, материнства и детства, совершенствования на основе идей независимости правовых основ охраны здоровья, повышения правовой культуры граждан.

Всем этим требованиям может отвечать только всесторонне гармонично развитая личность, отличающаяся высокой духовностью, моральной чистотой и крепким здоровьем. Как известно, здоровье индивидуума — состояние телесного, душевного и духовного благополучия, которое дает человеку возможность, полностью реализуя свой потенциал, наилучшим образом решать жизненные задачи в целях продолжения рода, достижения оптимальной трудоспособности, социальной активности и максимальной продолжительности жизни.³

Сегодня образовательное учреждение призвано заложить прочные основы высокой санитарной культуры подрастающего поколения, вооружить воспитуемых в дошкольных учреждениях гигиеническими знаниями и навыками, расширить их представление об охране и укреплении здоровья, закаливании организма путем правильного гигиенического поведения, физического воспитания, повышения ответственности за охрану своего здоровья и здоровья окружающих. В решении такой важной задачи как формирование санитарной культуры у дошкольников, важная роль принадлежит объединенным усилиям педагогов, воспитателей, медицинских работников, родителей и широкой общественности. Однако, организуют и проводят всю эту работу дошкольные образовательные учреждения.⁴

Применительно к дошкольным учреждениям, гигиеническое воспитание ставит своей целью обучение детей основным гигиеническим правилам и нормам, укрепление здоровья и привитие навыков здорового образа жизни.

Основопологающей целью гигиенического воспитания является создание мотивации к позитивному сохранению и устойчивому

³ Педагогический словарь. — М., 2008, 113 стр.

⁴ Шарипова Д.Д и др «Кичкинтойларни гигиеник тарбиялаш». — Т., 1997

укреплению здоровья; выработка морального здоровья дошкольника; предупреждение заболеваний.

Такое воспитание, которое ориентирует на соблюдение гигиены детей и подростков, можно назвать научной дисциплиной. А его практическая часть, основанная на здравоохранении, призывает объяснять и реализовывать мероприятия по профилактике, цель которых — укрепление здоровья ребенка. Эта дисциплина путем изучения, анализа окружающей среды способна предугадать ее влияние на организм. Гигиенические показатели, санитарно-гигиенические и санитарно-противоэпидемические требования и стандарты созданы на основе научных данных. Также научные данные доказывают эффективность лечебно-профилактических и оздоровительных мероприятий, цель которых — предотвратить болезни, развить внутренние возможности, повысить трудоспособность и развитость детей дошкольного возраста.

Незаконченность развития, податливость, высокая предрасположенность к воздействию различных обстоятельств — все это характеризует организм ребенка и подростка. Именно в начале жизненного пути человека формируется его здоровье.⁵

Гигиеническое воспитание детей в ДОУ опирающееся на санитарно-эпидемиологические правила и нормативы учитывающие возрастные особенности ставит перед собой следующие задачи:

1. Формирование осмысления детьми необходимости соблюдения правил гигиены и применение навыков самообслуживания.
2. Создание условий для самостоятельного использования детьми умений и навыков в дошкольном учреждении и семье.
3. Формирование потребности у детей в соблюдении навыков гигиены и самообслуживания в повседневной жизни.
4. Создание учебно-воспитательной среды в дошкольном учреждении и семье.

⁵ Гигиена детей и подростков: Учебник / Под ред. Г. Н. Сердюковской. — М.: Медицина, 1989.— 320 с.

Вокруг детей с самого раннего детства необходимо создавать такую учебно–воспитательную среду, которая была бы насыщена атрибутами, символикой, терминологией, знаниями, ритуалами и обычаями, правилами, игрушками, художественной литературой, разнообразными предметами гигиены и самообслуживания.

Обязательно и необходимо использовать с младшего дошкольного возраста народный фольклор — потешки, прибаутки, т. к. в каждом человеке изначально заложена генетическая память предков, которая способствует усвоению простейших гигиенических навыков.

Гигиена — не мука, гигиена — не скука, а важная наука.

Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья.

Вода все очищает.

Чистота — залог здоровья.

Крепок телом — богат и делом.

Болезнь с грязью дружат.

Мойте руки перед едой — будете здоровы!

Мыло серое, а моет бело.

Чистая вода для хвори беда.

Если хочешь быть здоров, закаляйся!

Где вода, там и жизнь.

Создание учебно-воспитательной среды ориентировано на: изучение строения собственного тела, ознакомление с предметами личной гигиены, формирование умения называть, выделять их из других предметов обихода; изучение правил ухода за собственным телом; обучение правильно пользоваться этими предметами и знать условия их хранения; изучение алгоритма мытья рук и умывания; изучение алгоритма ухода за полостью рта; изучение правил ухода за волосами (рис. 1).

Игра в дошкольном возрасте является ведущим видом деятельности, посредством игры ребенок лучше запоминает и устанавливает причинно-следственные связи, во время игры формируется пассивный и активный словарь, что способствует усвоению навыков самообслуживания и гигиены, а также социализации.



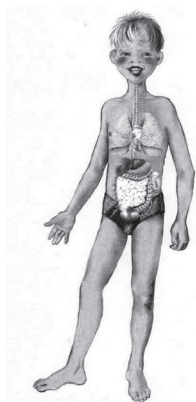
Внешнее строение



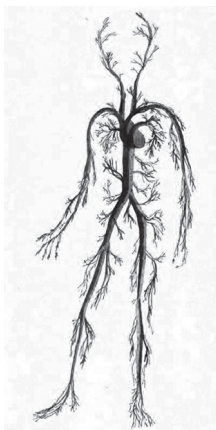
Скелет



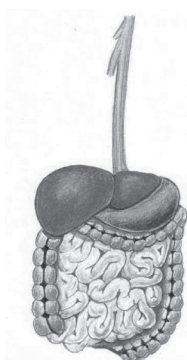
Мышечная система



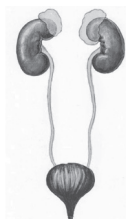
Внутреннее строение



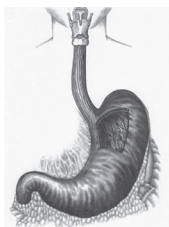
Кровеносная система



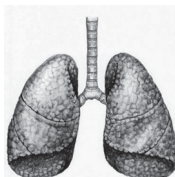
Пищеварительная система



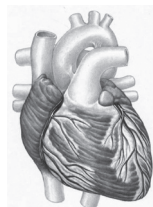
Выделительная система



Желудок



Дыхательная система



Сердце



Череп



Мышцы кисти



Язык



Зуб

Рис. 1. Модель для изучения строения собственного тела

Приведем образец игры «**Перемешанные картинки**».

Суть игры заключается в том, чтобы провести проверку культурно-гигиенических навыков.

Руководство: набор крупных картин, к которым ребенок сможет найти соответствующую картинку меньшего размера. К примеру, на большой картинке показана девочка с растрепанными волосами. Нужно подобрать картинку с изображением гребня; если показан нерышлый мальчик — мыло и щетку.

Порядок игры. Воспитательница размещает на доске крупную картинку с изображением неопрятного ребенка. Дети получают маленькие картинки, изображающие различные предметы туалета. Среди своих картинок дети пытаются найти предметы, которые смогут дополнить крупное изображение. Найдя подходящую картинку, ребенок должен объяснить свой выбор: «Гребень нужен, чтобы расчесать волосы» или «для мытья нужно мыло».

Гигиена питания и навыки самообслуживания. Это, прежде всего умение правильно сидеть за столом во время еды, соблюдение акку-



ратности. Нужно учить бесшумно пережевывать пищу, не разговаривать во время еды. Правильно и по назначению пользоваться столовыми приборами и салфеткой. Дежурство по столовой: вначале привести себя в порядок (помыть руки, расчесаться, одеть спец. одежду, правильно сервировать стол). Перед едой тщательно мыть руки, овощи и фрукты.

Знать некоторые полезные и вредные продукты питания. Бесшумно задвигать стулья, благодарить. Убирать за собой остатки еды.

(Можно устраивать различные викторины, соревнования по сервировке столов, конкурс на самого лучшего дежурного и т. д.)



Привитие навыков способствует развитию самостоятельности, ответственности, социализирует и формирует культуру поведения за столом.

Разумный режим дня ребенка, выстроенный с учетом возрастных особенностей, позволяет сменять виды деятельности, вести активную и полноценную жизнь, осуществлять физическую активность (преимущественно на свежем воздухе), обеспечивает здоровый и необходимой длительности сон, поддерживает работоспособность и позволяет нормально расти и всесторонне развиваться.

Распорядок дня ребенка обязательно должен содержать следующие компоненты:

- режим питания;
- длительность пребывания на воздухе;
- длительность и кратность сна;
- длительность и место постоянных занятий (дома и в образовательной организации);
- свободное время и возможная физическая активность (по выбору).

Следование режиму дня, осуществление определенных видов деятельности в одно и то же соответствующее время, влекут за собой появление у детей устойчивых условных рефлексов на время, вследствие чего организм в каждой точке расписания готов к предстоящему виду деятельности. При этом все процессы происходят с минимальной «физиологической стоимостью», в чем состоит основная роль соблюдения режима дня. Рационально выстроенный и строго соблюдаемый распорядок, в котором отведено необходимое время для каждого компонента жизнедеятельности и обеспечивается нужный уровень работоспособности, обязателен для ребенка.

Разумно сформированный режим дня обеспечивает полноценную жизнь и способствует нормальному развитию ребенка.

Специалисты указывают на два важнейших фактора режима дня:

- сообразная возрасту физическая активность, создающая приемлемую нагрузку на скелет и мышцы растущего организма

(чрезмерная нагрузка, а также отсутствие или недостаток занятий спортом, очевидно, окажут негативное влияние на рост и развитие ребенка);

- достаточный полноценный сон (во сне протекают клеточные и метаболические изменения, оказывающие определяющее влияние на развитие скелета). Свежий воздух значительно повышает эффективность сна, взаимодействуя со слизистыми оболочками носа и верхних дыхательных путей, способствует быстрому засыпанию. Сон на открытом воздухе является альтернативой прогулки.

Для достижения желаемых результатов в гигиеническом воспитании обязательна согласованность условий и правил, соблюдение которых требуется взрослыми людьми. Сотрудниками образовательных и медицинских организаций, а также членами семьи ребенку прививаются культурно-гигиенические навыки. Няня оказывает помощь педагогу при закаливании, во время проведения гигиенических мероприятий, участвует в организации быта детей, в чем заключается причина необходимости четкости и скоординированности действий воспитателя и няни.

Члены семьи обязаны регулярно укреплять гигиенические привычки, которые детям прививают в образовательной организации. Родители, призывая ребенка к выполнению определенных требований, должны точно так же соответствовать этим требованиям (гигиена, аккуратность, опрятность), подавая ребенку положительный пример. ■

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК:

1. Указ Президента Республики Узбекистан от 7 февраля 2017 года за № УП-4947 «О Стратегии действий по дальнейшему развитию Республики Узбекистан».
2. Указ Президента Республики Узбекистан «О мерах дальнейшего совершенствования системы дошкольного образования в 2017–

- 2021 г.», от 9 сентября 2017 года за № ПП-3261 «О мерах коренного совершенствования системы дошкольного образования».
3. Государственная учебная программа дошкольного образовательного учреждения «Первый шаг». МДО. Ташкент-2018г
 4. Государственные требования, предъявляемые к развитию детей раннего и дошкольного возраста Республики Узбекистан. МДО. Ташкент. — 2018 г.
 5. *Кучма В.Р.* Гигиена детей и подростков: Учебник — М.: Медицина, 2001 — 384 с.
 6. *Шарипова Д.Д. и др.* Кичкинтойларни гигиеник тарбиялаш. — Т., 1997.
 7. *Муртазаев Д. Б.* Забота о здоровом поколении в деятельности первого Президента Узбекистана И. Каримова // Молодой ученый. — 2017. — № 16. — С. 377–380.
 8. Здоровьесберегающая деятельность образовательных учреждений в системе непрерывного образования. — Шарипова Д.Д., Шахмурова Г.А., Сайфиева С.С. — Педагогические науки. — 2016. — № 1 (76). — С. 18–21.
 9. Гигиена детей и подростков: Учебник / Под ред. Г. Н. Сердюковской. — М.: Медицина, 1989.— 320 с.
 10. *Андреева Е. П., Мойся М. К.* Особенности формирования гигиенических навыков детей среднего дошкольного возраста // Молодой ученый. — 2016. — № 9.3. — С. 1–2. — URL <https://moluch.ru/archive/113/29622/> (дата обращения: 05.06.2019).
 11. *Платонова О. И., Токарев А. А.* Воспитание основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста в условиях ДООУ [Текст] // Актуальные вопросы современной педагогики: материалы II Междунар. науч. конф. (г. Уфа, июль 2012 г.). — Уфа: Лето, 2012. — URL <https://moluch.ru/conf/ped/archive/60/2510/> (дата обращения: 05.06.2019).
 12. *Варенцова Н. А.* Культурно-гигиенические навыки как средство приобщения к здоровому образу жизни детей второй младшей группы // Молодой ученый. — 2019. — № 4. — С. 381–384. — URL <https://moluch.ru/archive/242/56054/> (дата обращения: 05.06.2019).