

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт  
(наименование института полностью)

---

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»  
(наименование)

44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
(код и наименование направления подготовки / специальности)

---

Психология и педагогика дошкольного образования  
(направленность (профиль) / специализация)

---

## **ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)**

на тему Педагогическое сопровождение формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков

Обучающийся

Н.А. Логинова

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

канд. пед. наук, доцент А.Ю. Козлова

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

## Аннотация

Бакалаврская работа рассматривает решение значимой проблемы современного дошкольного образования – формирование у детей культурно-гигиенических навыков.

Выбор темы обусловлен противоречием между признанным в науке значением среднего дошкольного возраста в формировании культурно-гигиенических навыков и преобладанием стихийного подхода в решении данной задачи в образовательной деятельности с детьми 4-5 лет в дошкольной образовательной организации.

В исследовании апробированы содержание и организация педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

В ходе работы решаются следующие задачи: проанализировать теоретические основы проблемы формирования культурно-гигиенических навыков у детей 4-5 лет; выявить уровень сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков; определить и апробировать содержание и организацию педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков; определить динамику уровня сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

Бакалаврская работа имеет новизну, теоретическую и практическую значимости; состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (35 наименований) и 4 приложений. Текст бакалаврской работы изложен на 58 страницах. Общий объем работы с приложением – 64 страницы.

## Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретические основы формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков .....	9
1.1 Особенности формирования культурно-гигиенических навыков в дошкольном возрасте.....	9
1.2 Культурно-гигиенические навыки, их значение в развитии ребенка.....	17
1.3 Задачи педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.....	23
Глава 2 Экспериментальная работа по реализации педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.....	30
2.1 Выявление уровня сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.....	30
2.2 Содержание и организация педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков .....	39
2.3 Определение динамики уровня сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков .....	47
Заключение .....	54
Список используемой литературы .....	56
Приложение А Список детей, участвующих в эксперименте.....	59
Приложение Б Первичные результаты диагностики.....	60
Приложение В Программа формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков .....	61
Приложение Г Результаты вторичной диагностики.....	64

## Введение

**Актуальность темы исследования.** Анализ результатов научных исследований позволяет прийти к выводу, что своеобразие развития культурно-гигиенических навыков, их недостаточная сформированность, становятся причинами социальной дезадаптации и дезориентации в окружающей среде, зависимости от помощи взрослого (В. Андриенко, А. Гаврилушкина, Г. Мерсиянова, Н. Соколова, С. Федоренко, А. Хохлина, О. Чеботарева и другие). Авторы подчеркивают значение формирования культурно-гигиенических навыков именно в дошкольном детстве, поскольку этот возрастной период отличается высоким интересом ребенка к труду взрослых и стремлением, желанием самому включаться в совместные действия со взрослыми. Это отражает общую стратегию развития дошкольника, в то время как культурно-гигиенические навыки выступают инструментарием, от которого зависит интеграция ребенка в образовательную среду.

Культурно-гигиенические навыки – важная составная часть культуры поведения и компонент здорового образа жизни. Основой полноценного физического развития ребенка дошкольного возраста является приобщение его к основам здорового образа жизни, и особое значение в этом процессе приобретает освоение дошкольниками основ культуры гигиены. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, тела, прически, одежды, обуви, продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. С первых дней жизни при формировании культурно-гигиенических навыков идет не просто усвоение правил и норм поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации, вхождения ребенка в мир взрослых. Наиболее благоприятными для формирования культурно-гигиенических навыков признаны периоды раннего, младшего и среднего дошкольного возраста. В старшем возрасте на их основе строится развитие других функций и качеств личности ребенка.

Проблеме формирования у дошкольников культурно-гигиенических навыков посвящены работы Л.Г. Нисканен, С.В. Петериной, В.И. Теленчи, Н. Чулковой и других. Разработаны содержание и методика гигиенического воспитания детей. Так, Л.Г. Нисканен предложила методику формирования у детей навыка мытья рук. С.В. Петерина рассматривает культурно-гигиенические навыки как компонент культуры поведения, предлагает формы и методы формирования культурно-гигиенических навыков в системе общей работы по воспитанию культуры поведения дошкольников в разных возрастных группах [27]. Н. Чулкова разработала занятия по воспитанию культурно-гигиенических навыков [34]. Таким образом, в методике представлены условия, методы, приемы и средства формирования у детей дошкольного возраста культурно-гигиенических навыков. При этом большинство исследований касается формирования культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста, содержание работы с детьми среднего дошкольного возраста недостаточно представлено.

Таким образом, актуальность исследования обусловлена:

- важностью проблемы формирования у детей дошкольного возраста культурно-гигиенических навыков;
- недостатком научно-методических разработок, рассматривающих педагогическое сопровождение формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

Наряду с пониманием актуальности можно выделить и **противоречие** между признанным в науке значением среднего дошкольного возраста в формировании культурно-гигиенических навыков и преобладанием стихийного подхода в решении данной задачи в образовательной деятельности с детьми 4-5 лет в дошкольной образовательной организации.

Выявленное противоречие позволило обозначить **проблему исследования**: каким должно быть содержание педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков?

Исходя из актуальности данной проблемы, сформулирована **тема исследования:** «Педагогическое сопровождение формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков».

**Цель исследования** – теоретически обосновать и экспериментально проверить содержание и организацию педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

**Объект исследования:** процесс формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

**Предмет исследования:** педагогическое сопровождение формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

**Гипотеза исследования** основана на предположении, что формирование у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков возможно благодаря целенаправленному педагогическому сопровождению, включающему:

- осуществление педагогической диагностики уровней сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков и учет ее результатов при планировании педагогического сопровождения;
- определение методов, приемов и средств поэтапного формирования культурно-гигиенических навыков: игровых заданий и упражнений, мультфильмов, поговорок, загадок, потешек, стихотворений и произведений по тематике формируемых навыков;
- оптимизация развивающей предметно-пространственной среды для обеспечения условий для закрепления формируемых культурно-гигиенических навыков в самостоятельной деятельности детей.

Согласно цели определены основные **задачи исследования:**

1. Проанализировать теоретические основы проблемы формирования культурно-гигиенических навыков у детей 4-5 лет.
2. Выявить уровень сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

3. Определить и апробировать содержание и организацию педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

4. Определить динамику уровня сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы исследования**: анализ психологической, педагогической и методической литературы; наблюдение, беседа, психолого-педагогический эксперимент, включающий констатирующий, формирующий и контрольный этапы; качественный и количественный анализ полученных данных.

**Экспериментальная база исследования**: МАОУ ДС № 200 «Волшебный башмачок» г.о. Тольятти. В исследование приняли участие 18 детей 4-5 лет (воспитанники средней группы).

**Теоретико-методологическую основу исследования** составили:

- положения теории И.П. Павлова о формировании динамического стереотипа как физиологическом механизме становления навыка;
- подход Л.И. Каплан, В.И. Теленчи к выделению условий формирования культурно-гигиенических навыков у дошкольников;
- теоретические положения и методический подход С.В. Петериной к организации процесса формирования у детей дошкольного возраста культурно-гигиенических навыков.

**Новизна исследования** заключается в том, что в нем определены возможности целенаправленного педагогического сопровождения в формировании у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

**Теоретическая значимость** исследования состоит в том, что уточнены составляющие педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков: осуществление педагогической диагностики уровней сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков и учет ее результатов при планировании педагогического сопровождения; определение методов, приемов и средств

поэтапного формирования культурно-гигиенических навыков: игровых заданий и упражнений, мультфильмов, поговорок, загадок, потешек, стихотворений и произведений по тематике формируемых навыков; оптимизация развивающей предметно-пространственной среды для обеспечения условий для закрепления формируемых культурно-гигиенических навыков в самостоятельной деятельности детей.

**Практическая значимость исследования** заключается в том, что апробированное содержание и организация педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков могут быть использованы педагогами в образовательном процессе дошкольных образовательных организаций.

**Структура бакалаврской работы.** Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (35 источников). Текст работы содержит 12 рисунков, 4 приложения. Основной текст работы изложен на 58 страницах.



# **Глава 1 Теоретические основы формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков**

## **1.1 Особенности формирования культурно-гигиенических навыков в дошкольном возрасте**

Анализ литературы по проблеме формирования культурно-гигиенических навыков показывает, что всестороннее развитие личности ребенка ученые видели в раннем вовлечении в посильную трудовую деятельность, что является условием для формирования общей умелости ребенка дошкольного возраста (Я. Коменский, И. Песталоцци, М. Монтессори, Ф. Фребель, О. Декроли).

В частности, Ян Амос Коменский уделял большое внимание трудовому воспитанию детей дошкольного возраста. Его книга «Материнская школа» считается первым пособием и программой по дошкольному воспитанию. Исследователь рекомендует с раннего возраста не только уделять серьезное внимание физическому развитию ребенка, но и приучать его к хозяйству и ручному труду, проводя аналогию между ребенком и муравьем: «Как муравей никогда не бывает неподвижным, а находится всегда в движении, труде, так и ребенок должен постоянно двигаться, тренируя свои органы. Когда ребенок еще находится в люльке, но уже может руками держать игрушки, его руки должны быть всегда заняты, позже руку необходимо упорно развивать, так, как мы учим детей ходить. Ребенок должен в этом периоде научиться и элементарным культурно-гигиеническим навыкам, а также элементарному самообслуживанию, участвовать в посильных для него хозяйственных делах семьи» [16].

Педагогические взгляды Ф. Фребеля были построены на убеждении: «Возможности человека развиваются в процессе его деятельности, соответственно, педагогический процесс должен быть основан на действии, работе и мышлении, а вся система образования, включая и дошкольное

воспитание, – на деятельности детей под руководством педагога» [33]. Именно культурно-гигиенические навыки являются тем действием, которое направлено на развитие психики и личности.

Исключительное значение в контексте исследования имеет гуманистическая педагогическая система известного итальянского врача и педагога Марии Монтессори. К базовым принципам метода, построенного на идеях свободного природоответственного воспитания ребенка, среди прочих, принадлежат: постоянное изучение личности ребенка в деятельности, сотрудничество с взрослыми и другими детьми, самопознание своих возможностей, приучение к самодисциплине [22].

Особая роль в воспитании дошкольника, по мнению М. Монтессори, обусловлена спецификой сенсомоторного развития, беспорядочностью движений, неумением управлять собой. Несмотря на целый ряд трудностей, которые требуют учета в воспитании такого ребенка, задачи педагога – упорядочить хаотические движения ребенка, помочь научиться выполнять необходимые действия [22]. Создание условий для решения этих задач на раннем этапе развития позволит получение ребенком определенного толчка, большего целенаправленности движений, активности. С целью создания таких условий Мария Монтессори рекомендовала, наряду с выполнением системы упражнений для воспитания мышц, обеспечение заботы о теле, хозяйственные занятия, садоводство, ручной труд.

В исследованиях О. Декроли, бельгийского педагога, психолога и врача, «воспитание культурно-гигиенических навыков рассматривается как процесс развития ребенка, учитывающий его личные потребности, способности, мотивы и интересы» [28]. На основе такой трактовки исследователь разработал систему обучения и воспитания «Школа для жизни, через жизнь», в основе которой выступили потребности ребенка. К главным потребностям ребенка он относит: «потребность в пище, самосохранении, самозащите, общении, совместной деятельности, отдыхе. Каждая из перечисленных потребностей, согласно закону ассоциированных

завязок, выступает генератором внимания и мнений ребенка, своеобразным «центром интереса» и рождающим отдельные его группы» [28].

В процессе формирования научно-методических основ дошкольной педагогики как отдельной научной отрасли, изложенные классические научные идеи Я. Коменского, И. Песталоцци, М. Монтессори, Ф. Фребеля, Ж. Декроли, не только получили признание, но и получили развитие и дополнение к новым важным для изучаемой проблемы положениям [16, 22, 28, 33].

Одним из таких важных научных положений в контексте формирования культурно-гигиенических навыков выступают представления о ведущей деятельности.

Под понятием «ведущая деятельность» А. Леонтьев и другие исследователи понимают такую деятельность, развитие которой обуславливает главные изменения в психических процессах и личности ребенка на определенной стадии развития (в возрасте младенца – непосредственно-эмоциональное общение со взрослым; в раннем возрасте – предметно-манипулятивная деятельность; в дошкольном возрасте – игровая деятельность). В рамках ведущей деятельности развиваются психические процессы, которые обеспечивают подготовку ребенка к переходу на новую, высшую стадию его развития [20].

Готовность ребенка к определенным видам игровой, учебной, трудовой деятельности формируется неодновременно, а обуславливается уровнем созревания соответствующих функциональных систем. Выразительной особенностью дошкольного возраста является интенсивное развитие двигательного анализатора и связанной с ним большой потребности в двигательной активности. Дети готовы к исполнению не только простых движений (хождение, бег, прыжки и другие), а также и сложных: самостоятельно одеваться, раздеваться, застегиваться и так далее. Качество выполнения этих действий опосредуется уровнем моторной зрелости ребенка (Л. Выготский, Г. Костюк) [6].

Проблемы воспитания и развития навыков личной гигиены и культуры поведения с позиции самообслуживания дошкольников изучались в аспекте трудового воспитания Н. Аксариной, Г. Годиной, Г. Ляминой, Е. Радиной и другими [1, 21]. Они рассматривали ранний период детства как сензитивный по формированию способов действий по самообслуживанию, поскольку на 3-5 год жизни в онтогенезе пробуждается естественное любопытство ребенка к труду взрослых и настойчивое стремление самому включаться в совместные со взрослыми действия. Кроме того, потребностями предметно-практической, а впоследствии игровой деятельности младших дошкольников мотивируется их познавательная деятельность в целом.

Исследование закономерностей формирования предметно-практической деятельности ребенка в онтогенезе принадлежат таким психологам, как П. Гальперин, А. Запорожец, Л. Выготский, Д. Эльконин и других. Исследователи подчеркивают роль своевременного и полноценного формирования предметных действий в развитии детской деятельности [6, 7, 11, 35].

В частности, А. Запорожец экспериментально доказал, что во время развития предметных действий у ребенка формируются действия соотнесения и орудийные действия, в процессе которых происходит становление ориентировочно-исследовательской деятельности, а также появляются предпосылки для развития речи. Кроме этого, «во время выполнения предметных действий у ребенка улучшаются физиологические возможности рук, согласованность и плановость в действиях, развивается мелкая моторика и визуально-двигательная координация» [11].

С другой стороны, зрительно-двигательная координация имеет значение для развития культурно-гигиенических навыков, восприятия предметов окружающей среды и познавательной деятельности. Как сложная функциональная система, визуально-двигательная координация «формируется с первых месяцев жизни, обеспечивая согласованность поисковых и фиксирующих объект движений глаз с конкретно-

направленными действиями рук, оказывая влияние на формирование предметно-практической деятельности» [11].

Как известно, предметно-практическая деятельность закладывает основу следующего вида ведущей деятельности ребенка дошкольного возраста – игровой, в которой также решаются определенные задачи по овладению культурно-гигиенических навыков. В разное время, такие выдающиеся педагоги как К. Ушинский, А. Макаренко, В. Нечаева, А. Усова высказывали мнение о том, что труд нельзя заменить игрой. Напротив, нужно поддерживать развитие трудовых действий, а игровые будут возникать спонтанно как ведущие в этот период жизни [24].

Дети еще с раннего возраста обладают определенным объемом знаний о здоровье, их интересует свой организм, они пытаются изучить его на своем уровне. Дошкольники, неожиданно для себя делающие открытия, беря пример с взрослых и ухаживая за своим телом. Дошкольник узнает все вокруг себя, а также узнает самого себя. Для того чтобы ребенок знал, что такое здоровье, что имеет на него положительное и негативное влияние, как сохранить и укрепить собственное здоровье и здоровье других людей, должны хорошо позаботиться родители и педагоги. Основное – правильно и доступно подобрать информацию для детей: чтобы она была научно обоснованной, ориентированной на воспитание у них практических навыков бережного отношения к собственному здоровью, опираться на традиции своего народа по сохранению и укреплению здоровья, а также отвечала бы требованиям базового компонента дошкольного образования в России [32].

Значительную роль в воспитании имеет формирование у детей дошкольного возраста культурно-гигиенических навыков, которые являются необходимым элементом культуры поведения человека. Рассматривая сущность данных навыков и факторов, которыми они обусловлены, то стоит отметить два аспекта – естественная необходимость соблюдения гигиены и общепринятые нормы поведения человека. Если важность первого аспекта дошкольникам объяснить не составляет особо труда, то второй аспект – это

осознанное отношение личности к себе как части общества. Соответственно ребенок должен понимать, что в случае несоблюдения правил гигиены и культуры поведения, он может быть отвержен обществом и окружением. Необходимо формировать у ребенка уважение к другим людям.

Кроме того, развитие данных навыков имеет первостепенное значение для здоровья самих детей и окружающих. Данный фактор определяет правильное поведение ребенка в быту и общественных местах. Таким образом, в работе с детьми важно соблюдение регулярности, последовательности и единства, чтобы выполнение действий, связанных с соблюдением правил гигиены и культуры поведения, стало для них естественным процессом и не возникало трудностей при их реализации.

Так, соблюдая последовательность данных действий, взрослый должен научить ребенка – «самостоятельно мыть руки с мылом, намыливая их до пены, досуха их вытирать, пользоваться индивидуальным полотенцем, расческой, стаканом для полоскания рта, следить за чистотой данных предметов личной гигиены» [3]. По этой причине работа по формированию у детей культурно-гигиенических навыков должна начинаться уже в раннем возрасте.

Процесс формирования основ правил гигиены и культуры поведения обусловлен, в том числе, и начальным уровнем сформированности культурно-гигиенических навыков у дошкольников. От этого будет зависеть перечень направлений дальнейшей работы и скорость освоения детьми необходимых навыков. Стоит отметить, что «физиологической основой культурно-гигиенических навыков является образование условно-рефлекторных связей выработки динамического стереотипа, а главным условием их формирования – рационально организованная жизнь детей в садике, режим дня, постоянство требований к поведению ребенка» [12].

В дошкольном возрасте на формирование каких-либо качеств и навыков оказывает влияние наглядность, то есть личный пример взрослого, окружающая обстановка. Исходя из этого в дошкольной образовательной

организации и в семье ребенка должны создаваться необходимые условия для формирования правил гигиены и культуры поведения: чистота и эстетика пространства, привлекательность культурно-гигиенических процедур (эстетика предметов личной гигиены – полотенце, зубная щетка, мыло) и тому подобное. Поскольку гигиенические процедуры являются неотъемлемой частью жизни и выполняются ежедневно для ребенка необходимо создавать те условия, которые будут его мотивировать на выполнение данных действий и сделают их постоянными.

Кратко охарактеризуем, что ребенок должен уметь в плане личной гигиены и культуры поведения в том или ином возрасте. Так в возрасте 2 лет ребенок должен уметь «подставлять руки под струю воды, смывать мыльную пену с них, пользоваться полотенцем, пить из чашки, есть ложкой, пользоваться салфеткой, благодарить после приема пищи, пользоваться носовым платком» [31]. В возрасте 3 лет ребенок должен уметь «кушать самостоятельно и аккуратно, тщательно пережевывать пищу, правильно держать ложку, самостоятельно подкатывать рукава перед умыванием, пользоваться мылом, умываться, вытираться» [9]. В возрасте 4-5 лет ребенок должен правильно пользоваться столовыми приборами, знать их назначение и не использовать в качестве игры, быть аккуратным во время приема пищи, полоскать рот после еды, уметь чистить зубы, пользоваться расческой. И, наконец, дети 5-7 лет уже должны выполнять все действия самостоятельно, иметь самоконтроль [9].

Таким образом, культурно-гигиенические навыки сочетают в себе навыки гигиены и культуры поведения в обществе и быту. Важно помочь детям осознать необходимость соблюдения правил гигиены и поведения, и их пользу как для самого ребенка, так и для окружающих.

Подводя итоги формирования культурно-гигиенических навыков у дошкольников, стоит обозначить следующие основные условия [29]:

- организация совместной работы родителей и специалистов ДОО в рамках заботы о здоровье и гигиены ребенка;

- отмечать признаки небрежного отношения ребенка к своему здоровью, поведению и гигиене для его оперативного предотвращения;
- соблюдать единство требований в ДОО и семье;
- подавать правильный личный пример поведения;
- организовать этичное пространство для ребенка, как дома, так и в ДОО (соблюдение гигиенических действий);
- соблюдение регулярности и последовательности режимных действий;
- контроль со стороны взрослых за качеством выполнения культурно-гигиенических навыков и развитие самоконтроля у детей;
- учет индивидуально-возрастных особенностей детей.

Ребенок должен замечать, что испачкался, должен ухаживать за своим телом. Самостоятельно стремиться избавиться от грязи или просить помощи. Мыть руки, умываться. Испытывать неудобство от того, что он испачкался. С интересом исследовать свойства мыла, пользоваться полотенцем после мытья рук. Пытаться быть аккуратным во внешнем виде. Одним из условий успешного развития ребенка является правильно организованный режим дня. Важно соблюдать благоприятное отношение периодов бодрствования и сна, чередование разнообразных видов деятельности и отдыха, систематическое питание и прогулки [5].

Правильно выстроенный режим дня для дошкольника способствует «нормальному функционированию внутренних органов и физиологических систем организма ребенка, удовлетворяющего уравновешенное, бодрое состояние, защищает нервную систему от переутомления» [12].

Приучать детей соблюдать режим дня нужно с раннего возраста, когда проще вырабатывается привычка к организованности и порядку. Делать это нужно постепенно, последовательно и ежедневно. По итогу у дошкольника, который приучен к строгому режиму дня, и регулярно его соблюдает, необходимость в режимных моментах (в еде, отдыхе) возникает через конкретные промежутки времени – организм ребенка подстраивается под



выработанный ритм, что обуславливает эффективность и меньшую затратность энергии на выполнение регулярных действий.

## **1.2 Культурно-гигиенические навыки, их значение в развитии ребенка**

Сущность деятельности дошкольной образовательной организации заключается в сохранении и укреплении здоровья детей, воспитания у них элементарных навыков и умений, развитие установок на правильный и здоровый образ жизни.

Стоит обозначить, что состояние здоровья и сопротивляемость организма ребенка зависят от уровня сформированности у него культурно-гигиенических навыков. Физическое развитие детей в условиях ДОО включает в себя обязательное соблюдение правил эстетики поведения и воспитание необходимых гигиенических навыков в соответствие с возрастными особенностями детей.

Среди условий, способствующих формированию культурно-гигиенических навыков у детей, следует выделить [4]:

- соблюдение регулярности, систематичности и последовательности режимных моментов в условия ДОО;
- положительный правильный личный пример поведения;
- соблюдение единства требований в ДОО и семье [21];
- контроль со стороны взрослых за качеством выполнения культурно-гигиенических навыков и развитие самоконтроля у детей;
- учет индивидуально-возрастных особенностей детей (темпа обучения, начальный уровень сформированности навыков).

Для формирования культурно-гигиенических навыков важно также точно определить правильное расположение вещей в игровой ячейке, их сбор и сохранение. Для дошкольников важным является постоянство условий, знание назначения и местонахождение каждой вещи, которая ему

потребуется в течение дня. Например, в комнате для умывания должно быть достаточное количество умывальников, подходящих под рост ребенка, полочки, где находится индивидуальное мыло и полотенце каждого ребенка, которые также должны быть расположены с учетом роста дошкольников. Это один из факторов повышения интереса к гигиеническим процедурам.

Пусть ребенок сам догадается, что следует делать после и перед каждым приемом пищи. Возможно, он сориентируется, что нужно помыть руки и пополоскать рот. Без напоминания ребенок в старшем дошкольном возрасте перед дневным или ночным сном самостоятельно вымоет как лицо и руки, так и шею, а также ноги.

Нужно побуждать к необходимости вымывания везде грязи для ощущения чистоты и здоровья тела. Очевидно, ребенок сориентируется сам взять для этого собственную губку или щетку для массажа, мыло, полотенце. Педагог должен стимулировать любую детскую инициативу по соблюдению личной гигиены – мытье рук к локтям и прочее. Пусть дети самостоятельно помогают друг другу смывать грязь с частей тела, которые им доступны.

Педагогу необходимо дать задание малышам взять вещи, которые будут необходимы им для купания: мыло, мыльницу, щетку, полотенце, чистое белье. Можно поинтересоваться объяснением детей, как они будут использовать эти вещи и что будут делать. Взрослые могут спросить у них, вода какой температуры будет приятнее им для купания. Видимо, они уже догадываются, почему нужно принимать ванну и почему – в теплой воде. Из многих ответов педагог вместе приходит к выводу, что после купания ребенок будет чистым, а значит, меньше будет болеть.

По всей вероятности, дети уже ознакомились с основными правилами купания. Проверьте это вместе с ними: нельзя сразу купаться после еды, купаться, нужно используя мыло, добросовестно смывая его водой; лучше всего купаться в целебных травах, если подготовили такую ванну, то после рекомендуется отдохнуть.

Каждый ребенок должен мыть и ухаживать за своими волосами, а также знать, что пользоваться чужой расческой не является гигиеничным. Расческу стоит хранить в своем чехле.

Дети в старшем дошкольном возрасте должны самостоятельно поддерживать чистоту: умываться, мыться, купаться, чистить зубы, мыть волосы. Уметь самостоятельно надевать чистую одежду, брезговать грязным бельем и указывать на это своим сверстникам. Спокойно и естественно относиться к оголенности – собственного и других людей при купании, переодевания, стула.

Плохие привычки должны отсутствовать: ребенок не тянет пальцы в рот, не грызет ногти. Знает, что это не хорошо и может повредить ее здоровью. С удовольствием позволяет стричь свои ногти [13].

Предварительно дошкольникам следует предложить сюжетно-ролевую игру «Семья», где ребенок будет играть роль мамы, которая совершая игровые действия по уход за телом. Затем проследить за действиями детей и снова совместно обсудить и дать оценку этим действиям.

В ходе игры «Салон красоты» педагог должен создавать прически как куклам, да и детям. Предложить им причесаться, подчеркивая, что для этого нужен собственная расческа.

В сюжетно-ролевой игре «Покупаем и оденем куклу» дети должны самостоятельно указать, какие вещи им пригодятся для купания, что и как они будут делать с этими вещами. Следует подчеркнуть, что поддерживать чистоту и здоровье тела необходимо разными средствами: для волос – шампунь, бальзам; для тела – мыло, крем, пенка для ванной. При показе педагог использует беседу, объяснение своих действий. Затем взрослый может действовать вместе с ребенком, постепенно взрослый придает ребенку большую самостоятельность, контролируя выполнение его действий и результат. В игровой ситуации следует указать на важность постоянного поддержание личной гигиены. После купания куклу нужно одеть в чистое

белье и одежду. Воспитатель предлагает помочь малышам надеть чистые вещи на куклу и следит, чтобы они сделали это правильно, не наизнанку.

Основными методами в формировании культурно-гигиенических навыков дошкольников являются наглядные, словесные, игровые и практические методы.

Настаивая на том, чтобы дети мыли руки перед едой, педагог не должен забывать и сам это делать. Требуя от ребенка уход за собственным телом, волосами, ногтями, вещами, педагог должен помнить, что его собственное поведение является решающим в этом процессе. Все это для ребенка имеет большое значение.

Для формирования культурно-гигиенических навыков в образовательном процессе ДОО используют [15, 26]:

- целесообразную организацию жизни дошкольников в ДОО;
- положительный пример взрослых;
- последовательность соблюдения требований культуры поведения;
- единство подходов к требованиям;
- корректировка и контроль качества исполнения и соблюдения культурно-гигиенических навыков;
- индивидуальный подход к темпам овладения культурно-гигиеническими навыками.

В работе с детьми дошкольного возраста воспитателю в образовательном процессе следует использовать художественное слово и малые жанры фольклора (потешки, прибаутки, пословицы, поговорки) для создания положительного настроения.

Когда педагог организует дежурство детей по столовой, нужно помнить, что старшие дошкольники способны самостоятельно накрывать стол с соблюдением правильной последовательности расстановки приборов. Кроме того, в таких ситуациях дети самостоятельно регулируют собственную деятельность, а также распределяют между собой работу, помогают друг другу и вместе доводят дело до конца. В ходе выполнения данных действий

дошкольники проявляют добросовестность, тщательность, инициативность и внимательное, честное отношение к делу. Управление воспитателя направляется на развитие самостоятельности, самоорганизации детей, расширение объема и темпа работы при ее качественном воспитании.

Для эффективности формирования навыков личной гигиены у воспитанников педагог должен рекомендовать родителям соблюдать рекомендованный режим дня, обучать действенным методам формирования нужных навыков у детей. Также эффективным будет подбор для родителей методической литературы и памяток по воспитанию. Данные способы обусловлены тем, что развитие ребенка – это задача как семьи, так и специалистов ДОО.

Значительным моментом в организации питания в ДОО является дежурство дошкольников. Обучение детей дежурству по столовой [12] включает:

- дежурные дети хорошо моют руки с мылом, одевают передники и головные уборы;
- одновременно с этим помощник воспитателя размещает на раздаточный стол тарелки для хлеба, первого блюда, чашки и столовые приборы;
- двое детей накрывает каждый стол, перед этим договорившись друг с другом, какие столы будут закреплены именно за ними;
- помощник воспитателя наливает в чашки напиток, дети помогают разложить хлеб по тарелкам.
- дежурные сервируют стол в следующей последовательности: салфетки располагают в центре стола; тарелки с хлебом ставят в центре стола у салфеток; чашки с напитком – напротив ребенка, ближе к центру; тарелки для первого блюда – напротив места, где сидит ребенок; столовые приборы, нож – справа от ребенка, ложку – справа от ножа, вилку – слева от ребенка.

Обучая дошкольников правильной сервировке стола, стоит делать это поэтапно, это гарантирует правильность и четкость воспроизведение задач ребенком. Сначала первый дежурный берет ложки и раскладывает их в правильном порядке на закрепленные за ним столы; второй дежурный разносит вилки за свои столы; далее эти действия дублируются и с другими приборами. Помощник воспитателя наливает первое блюдо в тарелку. Дежурные говорят детям садиться за столы и желают: «Приятного аппетита» [18]. После того, как дети закончили кушать первое блюдо, дежурные собирают тарелки и складывают друг на друга, ставя на край стола. Затем расставляют второе блюдо, которое уже наложил помощник и поставил на раздаточный стол. После того, как дети полностью доели, дежурные счищают остатки пищи, которая осталась на тарелках, собирают всю посуду и несут на мытье. Собирают чашки со столов и сметают крошки со стола в совки. Детям старшего дошкольного возраста можно поручить, при необходимости, подмести у столов до того как будет проводиться влажная уборка.

Роль педагогов состоит в том, что они приучают соблюдать последовательность в выполняемых действиях, осуществляют контроль за ребенком, а также оказывают им помощь. Действенным методом в формировании культурно-гигиенических навыков является использование игровых приемов. Используя их, педагог закрепляет у малышек навыки, вырабатываемые в обыденной жизни.

Значительное место занимают такие игры, как «Накормим куклу обедом», «Встречаем гостей», «Подбери посуду для чаепития», «В гости к Мишке», «Что сначала, что потом», «Мышка-именинница ждет гостей» и другие игры подобного содержания [17, 23].

Относительно гигиенических навыков ребенок старшего дошкольного возраста уже должен знать, как ухаживать за своим телом и их частями: лицом, руками, ногами, волосами, ногтями, ушами, полостью рта. Воспитателю, прежде всего, нужно обеспечить постоянное исполнение

гигиенических правил ребенком. Не стоит торопить ребенка, если он сосредоточенно повторяет одно и то же действие (например, моет руки). Тем более не стоит выполнять это действие за него. Овладевая навыком, ребенок обычно нуждается в многократном повторении.

Впоследствии, когда дошкольники овладевают навыком, они быстро и самостоятельно выполняют поставленные задачи. Взрослые могут только напомнить или спросить, помнит ли ребенок о выполнении действия, а в дальнейшем они проявляют полную самостоятельность. Однако все же контроль выполнения деятельности ребенком стоит осуществлять на протяжении всего дошкольного возраста.

### **1.3 Задачи педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков**

В условиях дошкольной образовательной организации воспитатель средней группы (дети 4-5 лет) продолжает работу по формированию культурно-гигиенических навыков – правил гигиены и культуры поведения. В частности в навыках опрятной еды происходит формирование культуры приема пищи, совершенствование навыков пользования столовыми приборами. Ребенок 4-5 лет знает строение своего тела и его функции; назначение органов чувств; имеет элементарные представления о своем поле: внешний вид, предпочтения. Обладает простейшими гигиеническими навыками и культурой поведения: самостоятельное мытье рук, умывания лица, пользование мылом, индивидуальным полотенцем, носовым платком, расческой. Умеет самостоятельно пользоваться туалетом [8]. Ребенок знает, что одеваться нужно согласно времени года. Умеет замечать и устранять самостоятельно или с помощью взрослого неряшливость в своем внешнем виде. Знает о пользе употребления овощей и фруктов, выполнения физических упражнений и закаливающих процедур, положительно влияющих на здоровье.

В образовательной деятельности с детьми 4 лет решаются следующие задачи [2]:

- закреплять умение самостоятельно выполнять гигиенические процедуры и соблюдать культуру поведения во время еды;
- способствовать соблюдению детьми режима дня и обеспечивать физическое развитие;
- выполнять профилактические мероприятия с целью предотвращения заболеваний;
- подводить детей к пониманию того, что природа, земля – важные факторы здоровья;
- формировать навыки правильного поведения в природной среде;
- формировать необходимость соблюдения эмоционального комфорта.

Также решаются задачи, связанные с закреплением гигиенических навыков: самостоятельное мытье рук и ног, лица, шеи, ушей, пользование мылом, полотенцем, носовым платком, чистка зубов, промывание полости рта после еды. Формировать умение самостоятельно пользоваться туалетом, замечать и устранять самому или за счет взрослых нечистоплотность во внешнем виде.

Формировать у детей представление о целесообразности и пользе употребляемых ими блюд. Дайте возможность понять пользу от употребления овощей и фруктов. Расширять представления дошкольников о пользе растительной пищи для здоровья. Приучать к культуре потребления пищи. Подчеркивать необходимость пережевывать пищу, не употреблять слишком горячее или холодные блюда, жевать с закрытым ртом, пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой. Продолжать формировать навыки чистоплотности, культуры поведения при употреблении пищи.

Воспитывать бережное и аккуратное отношение к игрушкам, использовать их по прямому назначению, а также приучать класть их на место и следить за чистотой.



Необходимо учить обращать внимание детей на их внешний вид, его состояние и чистоту, опрятность, а также уметь обращаться с одеждой – аккуратно снимать и надевать ее, складывать, помогать другому в надевании одежды (например, завязать шарф) и благодарить за помощь. Также важно сформировать умение пользоваться носовым платком и приучать ребенка соблюдать аккуратность в туалете.

В ситуации культуры питания и приема пищи – уметь правильно сидеть за столом, соблюдать правила этикетки, пользоваться столовыми приборами.

Ребенок пятого года жизни знает названия органов своего тела и их назначение; владеет умениями и навыками личной гигиены; понимает влияние режима на здоровье и соблюдает его; требования к гигиене питания и культуры поведения за столом. Дошкольник знает оздоровительные функции национальных блюд; роль витаминов и их влияние на здоровье человека. Ребенок знает, как оградить себя от неблагоприятных явлений природы; что природа влияет на эмоции, настроение – на поведение. Отличает здорового человека от больного по внешнему виду, понимает значение предотвращения заболеваний.

Образовательные задачи [30]:

- воспитывать у детей сознание того, что человек – часть природы и общества, устанавливать гармоничные отношения с природой;
- закреплять навыки личной гигиены, закаливание организма в его двигательной активности;
- способствовать профилактике и устранению вредных привычек;
- формировать умение управлять своими эмоциями;
- углублять знания об оздоровительных аспектах быта своего народа: одежду, посуду, еду и игры-забавы.

Продолжать формировать у детей культурно-гигиенические навыки как важное средство укрепления физического здоровья. Формировать умение правильно сидеть за столом. Приучать детей пользоваться столовыми

приборами – ложкой, вилкой; блюдо брать маленькими порциями, есть бесшумно, если нужно, пользоваться салфеткой, после употребления пищи полоскать рот.

Закреплять умение самостоятельно выполнять основные гигиенические процедуры (умывать лицо, руки, ноги, шею, уши, органы выделения, чистить зубы; во время кашля отворачиваться, прикрывать рот носовым платком, пользоваться индивидуальной расческой). Объяснять необходимость пользования индивидуальными предметами: полотенцем, расческой, зубной щеткой. Поощрять самостоятельное устранение нечистоплотности и неопрятности внешнего вида.

Ознакомить с лечебными свойствами воды для здоровья человека. Давать детям знания о влиянии пищи на здоровье, формировать понимание роли питьевой воды в питании. Выбатывать устойчивые навыки гигиены питания (не брать пищу грязными руками, не потреблять немытые овощи и фрукты). Формировать культуру поведения за столом. Учить правильно пользоваться салфеткой, столовыми приборами, аккуратно употреблять пищу [19].

Учить следить за опрятностью в одежде, внешнем виде, быть опрятным в одежде: чистить одежду, обувь. Учить сервировать стол, культурно вести себя за столом: не ставить локти на стол, сидеть прямо, не склоняться над ним, есть не спеша, пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой), без напоминания пользоваться салфеткой.

Гигиеническое воспитание и обучение тесно связано с формированием культурного поведения – «детей приучают правильно сидеть за столом во время приема пищи, аккуратно и бесшумно пережевывать ее, уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой» [18]. Кроме того, знакомят с видами посуды, приучают сервировать стол, обращают внимание на заданный образец сервировки и на красоту сервированного стола, вызывая ответный эмоциональный отзыв.

Формирование культурно-гигиенических навыков способствует решению группы задач [30]:

- формирование простейших навыков поведения во время еды и умывания;
- формирование привычки следить за своим внешним видом, правильно использовать мыло, мыть руки до образования пены, умывать лицо обеими руками, закатывать рукава, использовать свое полотенце, досуха вытираться после умывания, класть полотенце на место, пользоваться расческой, заплетать хвостики или косы, следить за состоянием волос;
- приучать дошкольников чистить зубы; формировать умение набирать зубную пасту на щетку, правильно и тщательно чистить зубы щеткой, полоскать ротовую полость;
- в туалете дети должны уметь пользоваться туалетной бумагой, помыть руки после посещения туалета;
- формирование навыков культуры поведения за столом: правильно пользоваться столовыми приборами, кушать и пить аккуратно, с закрытым ртом, не говорить за столом, сидеть ровно, пить мыть руки перед едой;
- формирование привычки содержать личные вещи в порядке: всегда убирать их за собой, класть в шкафчик или на стул, осторожно развешивая, бережно относиться к каждой вещи, раскладывать их таким образом, чтобы удобно пользоваться.
- формирование первоначальных представлений о ценностях здоровья [10].

Переход навыков в привычки происходит при систематическом их повторении – «пока привычка не закрепилась, детям необходим контроль и указания старших, а также поощрение, похвала и одобрение» [13].

Для результативного гигиенического воспитания дошкольников, «значение имеет внешний вид воспитателя – дети очень наблюдательны и

имеют склонность к подражанию, поэтому воспитатель должно быть для них примером» [8].

В работе со старшими дошкольниками воспитатель продолжает формировать культуру употребления пищи, улучшает навыки верного пользования столовыми приборами, приучает детей не есть невымытыми руками, подводя к пониманию отрицательных последствий таких действий.

Воспитателю в своей работе необходимо как можно чаще использовать «художественное слово, народный фольклор, для создания положительных эмоций у детей в процессе овладения культурно-гигиеническими навыками» [19].

Следует помнить, что формирование у дошкольников культурно-гигиенических навыков будет эффективным только при тесной взаимосвязи ДОО с семьями. Поэтому в формировании культурно-гигиенических навыков, важно единство требований воспитателей и родителей в вопросах воспитания детей.

Не менее важна для дошкольников также гигиеническая гимнастика, которая играет большую роль для укрепления здоровья, закаливания организма детей, улучшает физическое развитие и повышает трудоспособность ребенка.

Распространенной разновидностью гигиенической гимнастики является утренняя гимнастика (зарядка). Общеразвивающие упражнения, составляющие ее, подбирают так, чтобы охватить все большие мышечные группы, повлиять на улучшение обмена веществ, дыхания, кровообращения и улучшение других функций организма.

Гигиеническую гимнастику делят на индивидуальную и коллективную.

Индивидуальной гимнастикой занимаются дома утром после сна. Коллективная гигиеническая гимнастика проводится в ДОО утром и после дневного сна. Особенно полезно для здоровья детей совмещать гимнастику с воздушными ванночками и водными процедурами [8]. Легкая одежда детей не затрудняет движения и дыхание, а постоянное обтирание после

гимнастики, душ или купание закаляют организм и имеют большое гигиеническое значение.

При формировании культурно-гигиенических навыков у детей следует использовать пример, показ, объяснение, поощрение. Главным в центре воспитательного процесса является ребенок. Воспитатель должен сопровождать свои действия пояснениями – следует четко делить новое действие на операции, сначала выделять наиболее важное, а затем дополнительное.

Таким образом, анализируя вышеизложенное можно сделать выводы, что формирование культурно-гигиенических навыков у дошкольников имеет серьезное значение для развития и становления культуры личности.

Анализируя педагогические исследования и опыт работы, нам стало известно, что большую роль в формировании культурно-гигиенических навыков играют игровые методы и приемы. В основном воспитание гигиенических навыков у детей происходит в процессе игр или же через художественное слово.

Целью любого воспитателя является подготовить к взрослой жизни детей, которые будут обладать практическими и культурными навыками. Воспитатели должны каждый день формировать у детей правила поведения, заботиться о них, потому что в каждом ребенке формируется то умение, которым владеет воспитатель. Таким образом, формирование культурно-гигиенических навыков напрямую зависит от культуры воспитателя, который должен каждый день быть примером для детей.

## **Глава 2 Экспериментальная работа по реализации педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков**

### **2.1 Выявление уровня сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков**

Цель экспериментальной работы – определить и апробировать содержание и организацию педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

Алгоритмом экспериментальной работы предусмотрена реализация пяти основных этапов:

- подготовительный, предусматривающий определение экспериментальной базы и выборки исследования, подбор диагностических методик, подготовка стимульного материала;
- констатирующий, предполагающий проведение первичной диагностики и обработку полученных данных, а также интерпретацию результатов;
- формирующий, предусматривающий реализацию педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков;
- контрольный, включающий проведение повторной диагностики для выявления эффективности реализованного педагогического сопровождения;
- заключительный, предусматривающий анализ полученных результатов и определение общих выводов исследовательской работы.

Экспериментальная база исследования: Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 200 «Волшебный башмачок» городского округа Тольятти (сокращенно МАОУ ДС № 200 «Волшебный башмачок»).

Выборка исследования – 18 воспитанников МАОУ ДС № 200 «Волшебный башмачок» (средняя группа), разделенные на контрольную и экспериментальную группы, в каждой из которых по 9 дошкольников (Приложения А). Деление на группы было осуществлено на основе рекомендаций воспитателя группы.

Цель констатирующего эксперимента – выявить уровни сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

На основе работ М.А. Васильевой, В.В. Гербовой были определены показатели сформированности культурно-гигиенических навыков детей 4-5 лет [25]:

- уровень сформированности навыка мытья рук;
- уровень сформированности навыка опрятной еды;
- уровень сформированности навыка снятия и надевания одежды;
- уровень сформированности навыка пользования носовым платком;
- уровень сформированности навыка причесывания.

Для диагностики были отобраны пять диагностических методик М.А. Васильевой: «Моем ручки», «Кушай правильно», «Одень-сними», «Платочек» и «Твоя прическа» [25].

Рассмотрим особенности проведения каждого диагностического задания и полученные начальные уровни сформированности культурно-гигиенических навыков у исследуемых дошкольников. Все полученные первичные данные по методикам представлены в Приложении Б.

Диагностическая методика 1 «Моем ручки».

Цель методики: определение уровня развития навыка мытья рук у детей 4-5 лет.

Содержание методики: ребенку предлагается самостоятельно умыться лицо и руки.

Обработка и интерпретация результатов: в ходе наблюдения оцениваются следующие критерии (последовательность действий) – «закатать рукава, смочить руки, взять мыло и намылить его, тщательно мыть

руки и лицо, смыть мыло, насухо вытереться, аккуратно повесить полотенце на место» [25]. Каждый критерий оценивается от 0 до 3 баллов, затем баллы суммируются, и определяется общий уровень.

Результаты по данной методике наглядно отражены на рисунке 1.

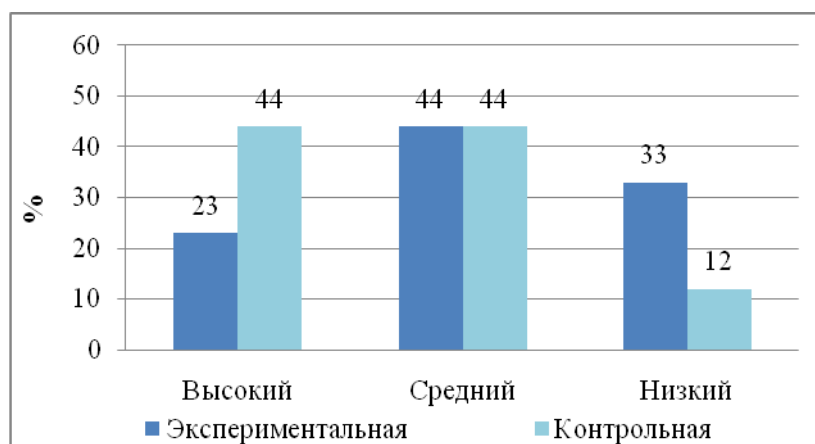


Рисунок 1 – Уровни сформированности навыка мытья рук у детей 4-5 лет экспериментальной и контрольной групп (по методике «Моем ручки»)

Согласно представленной гистограмме, в контрольной группе 44% детей имеют высокий (Аня В., Боря К., Витя Н. и Оля Н.) и также 44% детей имеют средний (Геля П., Даня У., Лена В., Петя Р.) уровни сформированности навыка мытья рук, и всего 12% – низкий уровень (Костя Е.).

В экспериментальной группе у 44% детей (Алеша М., Даша Л., Рома Б., Юра Ч.) преобладает средний уровень сформированности навыка мытья рук, у трети – низкий (Маша Ю., Света Х. и Таня Е.) и у 23% – высокий (Вера Ц., Настя С.).

Стоит отметить, что дошкольники с высоким уровнем сформированности навыка мытья рук продемонстрировали самостоятельность и последовательность действий, а также аккуратность при использовании средств умывания (мыла и полотенца).

Дети со средним уровнем данного навыка в целом владеют умением мыть руки, однако зачастую у них возникают некоторые трудности, в



частности, они забывают закатать рукава, не могут аккуратно повесить полотенце на место, а в процессе мытья рук разбрызгивают воду.

Воспитанники с низким уровнем сформированности навыка мытья рук испытывают значительные затруднения по большинству критериев, как итог – они не умеют самостоятельно и аккуратно мыть руки, им нужна помощь взрослого.

Диагностическая методика 2 «Кушай правильно».

Цель методики: определить уровень сформированности навыка опрятной еды у детей 4-5 лет.

Содержание методики: ребенку предлагается самостоятельно позавтракать.

Обработка и интерпретация результатов: в ходе наблюдения оцениваются следующие критерии – «правильность пользования ложками, вилок и салфеткой, аккуратность приема пищи, пережевывание пищи с закрытым ртом, отсутствие разговоров с полным ртом, тихое завершение трапезы, умение благодарить за еду, пользоваться только своим прибором» [25]. Каждый критерий оценивается от 0 до 3 баллов, затем баллы суммируются, и определяется общий уровень.

Результаты по данной методике наглядно отражены на рисунке 2.

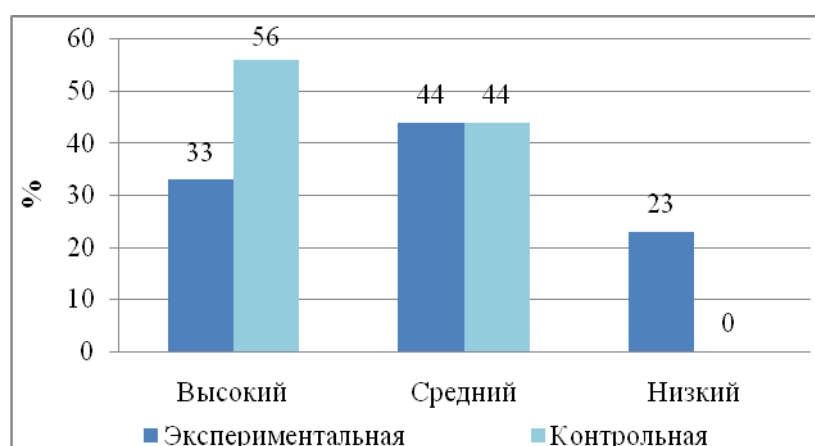


Рисунок 2 – Уровни сформированности навыка опрятной еды у детей 4-5 лет экспериментальной и контрольной групп (по методике «Кушай правильно»)

В контрольной группе 56% воспитанников имеют высокий (Аня В., Боря К., Витя Н., Лена В. и Оля Н.) и 44% детей средний (Геля П., Даня У., Петя Р.) уровни сформированности навыка опрятной еды, а низкий уровень не выявлен вовсе.

В экспериментальной группе дошкольников у 44% детей (Алеша М., Даша Л., Маша Ю., Рома Б.) преобладает средний уровень сформированности навыка опрятной еды, у трети – высокий (Вера Ц., Настя С., Юра Ч.) и у 23 % – низкий (Света Х. и Таня Е.).

Соответственно дети с высоким уровнем сформированности навыка опрятной еды демонстрируют самостоятельность, последовательность и аккуратность действий во время приема пищи.

Воспитанники со средним уровнем, как правило, неаккуратны, либо разговаривают во время еды, либо не пользуются салфеткой.

Дети с низким уровнем сформированности навыка опрятной еды и культуры питания испытывают проблемы в использовании столовых приборов, не умеют аккуратно кушать, не разговаривать во время еды и аккуратно выходить из-за стола.

Диагностическая методика 3 «Одень-сними».

Цель методики: определить уровень сформированности у детей 4-5 лет навыка снятия и надевания одежды в правильной последовательности.

Содержание методики: ребенок должен раздеться и одеться самостоятельно во время одного из режимных моментов (сон, прогулка).

Обработка и интерпретация результатов: в ходе наблюдения оцениваются следующие критерии – «умение расстегнуть пуговицы, снять платье (брюки), аккуратно повесить их, снять обувь, колготки и носки, надеть в обратной последовательности» [25]. Каждый критерий оценивается от 0 до 3 баллов, затем баллы суммируются, и определяется общий уровень.

Результаты по данной методике наглядно отражены на рисунке 3.



Рисунок 3 – Уровни сформированности навыков снятия и надевания одежды у детей 4-5 лет экспериментальной и контрольной групп (по методике «Одень-сними»)

По представленной гистограмме видно, что у 44 % воспитанников (Аня В., Геля П., Лена В., Петя Р.) контрольной группы выявлен средний уровень сформированности навыков снятия и надевания одежды, у трети – высокий уровень (Боря К., Витя Н., Оля Н.), и у 23 % – низкий (Даня У. и Костя Е.).

При этом в экспериментальной группе по 44 % детей имеют средний (Вера Ц., Даша Л., Рома Б., Юра Ч) и низкий уровни (Алеша М., Маша Ю., Света Х., Таня Е.), а высокий – всего 12% (Настя С.).

Стоит отметить, что дети с высоким уровнем сформированности навыков снятия и надевания одежды демонстрируют самостоятельность и последовательность действий.

Дети со средним уровнем данного навыка, как правило, испытывают трудности с расстегиванием и застегиванием пуговиц, с порядком надевания одежды в обратной последовательности и аккуратностью при складывании вещей.

Воспитанники с низким уровнем сформированности навыков снятия и надевания одежды испытывают значительные затруднения по большинству критериев, им нужна помощь взрослого.

Диагностическая методика 4 «Платочек».

Цель методики: определить уровень развития умения использовать носовой платок детьми 4-5 лет.

Содержание методики: ребенку предлагается самостоятельно воспользоваться носовым платком.

Обработка и интерпретация результатов: в ходе наблюдения оцениваются следующие критерии – «знание назначения носового платка, спокойное отношение к процедуре, умение находить носовой платок, самостоятельно доставать его и использовать, умение аккуратно убирать платок на место, умение поддерживать чистоту носового платка» [25]. Каждый критерий оценивается от 0 до 3 баллов, затем баллы суммируются, и определяется общий уровень.

Результаты по данной методике наглядно отражены на рисунке 4.

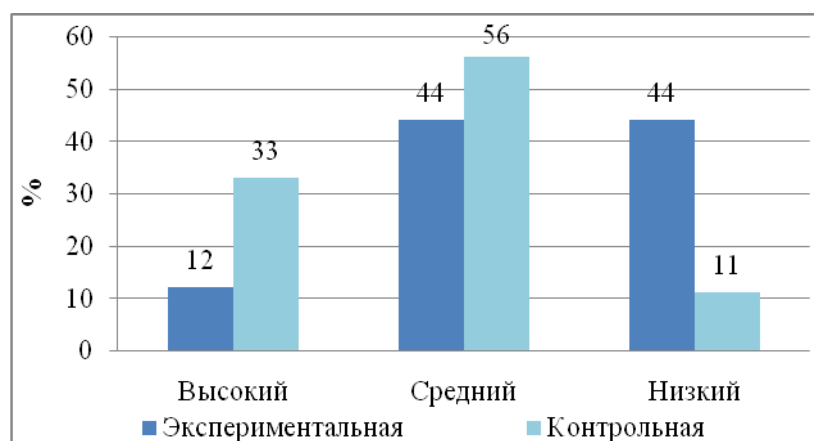


Рисунок 4 – Уровни сформированности навыка пользования носовым платком у детей 4-5 лет экспериментальной и контрольной групп (по методике «Платочек»)

Более половины воспитанников контрольной группы (56%) – Боря К., Гея П., Даня У., Лена В. и Петя Р. – имеют средний уровень сформированности навыка пользования носовым платком, еще у трети выявлен высокий уровень (Аня В., Витя Н., Оля Н.) и всего у 11% – низкий (Костя Е.). При этом в экспериментальной группе по 44% детей имеют

средний (Вера Ц., Даша Л., Рома Б., Юра Ч.) и низкий уровни (Алеша М., Маша Ю., Света Х., Таня Е.), а высокий – всего 12% (Настя С.).

Дети с высоким уровнем сформированности навыка пользования носовым платком демонстрируют самостоятельность и аккуратность действий. Дети со средним уровнем данного навыка, как правило, испытывают трудности с аккуратностью и чистотой, а с низким уровнем – зачастую используют носовой платок как предмет игры, не могут его найти, не поддерживают его чистоту, и не аккуратны при использовании.

Диагностическая методика 5 «Твоя прическа».

Цель методики: определить уровень сформированности навыка причесывания у детей 4-5 лет.

Содержание методики: ребенку предлагается самостоятельно причесаться.

Обработка и интерпретация результатов: оцениваются следующие критерии – «иметь свою расческу и знание ее места, знание назначения, умение спокойно причесываться и делать это по мере надобности, использование только своей расчески» [25]. Каждый критерий оценивается от 0 до 3 баллов, затем баллы суммируются, и определяется общий уровень.

Результаты по данной методике наглядно отражены на рисунке 5.



Рисунок 5 – Уровни сформированности навыка причесывания у детей 4-5 лет экспериментальной и контрольной групп (по методике «Твоя прическа»)

По итогу больше половины воспитанников контрольной группы (56%) – Аня В., Боря К., Витя Н., Лена В. и Оля Н. – имеют высокий уровень сформированности навыка причесывания, еще треть – средний (Геля П., Костя Е., Петя Р.) и 11% – низкий (Даня У.).

При этом в экспериментальной группе 44% детей имеют средний уровень (Даша Л., Маша Ю., Рома Б., Таня Е.), треть – высокий (Вера Ц., Настя С., Юра Ч.) и оставшиеся 23% – низкий (Алеша М., Света Х.). Соответственно дети с высоким уровнем сформированности навыка причесывания умеют причесываться самостоятельно, делают это аккуратно и в целом понимают назначение расчески и важность самой процедуры причесывания. Воспитанники со средним уровнем сформированности данного навыка, как правило, причесываются неаккуратно и делают это редко, а дети с низким уровнем – не имеют самостоятельно причесываться и не осознают необходимости данной процедуры.

Общие результаты выявления уровней сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков отражены в гистограмме на рисунке 6.

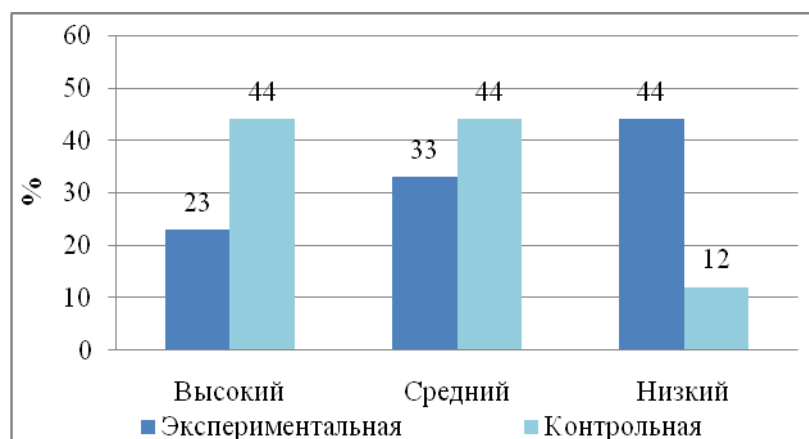


Рисунок 6 – Уровень сформированности культурно-гигиенических навыков у детей 4-5 лет экспериментальной и контрольной групп на констатирующем этапе исследования

В контрольной группе по 44 % детей имеют высокий (Аня В., Боря К., Витя Н., Оля Н.) и средний уровни (Геля П., Даня У., Лена В., Петя Р.)

сформированности культурно-гигиенических навыков, и всего 12% – низкий (Костя Е.). В экспериментальной группе у 44% детей преобладает низкий уровень (Алеша М., Маша Ю., Света Х., Таня Е.), у трети – средний (Даша Л., Рома Б., Юра Ч.) и у 23% – высокий (Вера Ц., Настя С.).

Представленные результаты демонстрируют наличие выраженной проблемы недостаточной сформированности культурно-гигиенических навыков у дошкольников экспериментальной группы. При этом в контрольной группе преобладают высокий и средний уровни сформированности отдельных навыков гигиены и культуры поведения.

## **2.2 Мероприятия по педагогическому сопровождению формирования культурно-гигиенических навыков**

Выявленные в ходе констатирующего этапа педагогического эксперимента особенности культурно-гигиенических навыков детей 4-5 лет экспериментальной группы определили необходимость определения и апробации содержания педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

В процессе формирующего эксперимента осуществлялась проверка положений гипотезы. Формирование у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков возможно благодаря целенаправленному педагогическому сопровождению, включающему:

- осуществление педагогической диагностики уровней сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков и учет ее результатов при планировании педагогического сопровождения;
- определение методов, приемов и средств поэтапного формирования культурно-гигиенических навыков: игровых заданий и упражнений, мультфильмов, поговорок, загадок, потешек, стихотворений и произведений по тематике формируемых навыков;

– оптимизация развивающей предметно-пространственной среды для обеспечения условий для закрепления формируемых культурно-гигиенических навыков в самостоятельной деятельности детей.

Была составлена специальная программа педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

На начальном этапе формирующего этапа эксперимента были реализованы следующие виды деятельности:

- определение основных направлений деятельности;
- определение эффективных методов, приемов и средств формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков, соответствующих индивидуальным и возрастным особенностям детей;
- подбор конкретных игровых заданий и упражнений, мультфильмов, поговорок, загадок, потешек, стихотворений и произведений по тематике формируемых умений;
- подготовка и оформление необходимого материала для его дальнейшего использования в режимных моментах, обогащение развивающей предметно-пространственной среды ДОО.

Далее была разработана программа формирования культурно-гигиенических навыков у детей 4-5 лет, представленная в Приложении В.

Цель программы – формирование культурно-гигиенических навыков у детей 4-5 лет.

Задачи программы:

- развитие интереса и потребности в ежедневном уходе за собой;
- ознакомление с основными правилами ухода за собой, с правилами этикета;
- формирование поведения, отвечающего правилам этикета;
- воспитание аккуратности при мытье рук, одевании, приеме пищи, пользовании носовым платком;



– формирование самостоятельности при выполнении гигиенических действий.

Программа включает в себя комплекс методов и приемов, которые реализуются в основные режимные моменты – умывание, прием пищи (завтрак, обед, полдник, ужин), сбор на прогулки и приход с прогулки, подготовка ко сну (снятие одежды) и пробуждение (надевание одежды, причесывание). Все приемы и методы используются в групповой форме.

Данная программа рассчитана, прежде всего, на детей средней группы ДОО (4-5 лет), однако, отдельные ее элементы можно использовать и в старшей группе.

Представленные в программе методы и приемы ориентированы на формирование у воспитанников достаточного уровня сформированности навыков мытья рук, снятия и надевания, пользования носовым платком, а также опрятной еды и причесывания.

Для того чтобы использование обозначенных в программе методов было эффективным, первоначально была обогащена развивающая предметно-пространственная среда группы. Были внесены тематические материалы и средства для самостоятельной деятельности дошкольников, согласно разработанной структуре программы. В частности в группу были добавлены наглядные пособия и плакаты по формированию у детей младшего дошкольного возраста культурно-гигиенических навыков, на которых отражены понятные для детей алгоритмы действий с тех или иных режимных моментах. Так, в умывальную комнату были добавлены плакаты на тему «Как мне правильно умыться», «Как почистить зубы самостоятельно», «Правила пользования гигиеническими предметами». В спальне и раздевалке были добавлены плакаты «Порядок снятия и надевания одежды», в столовой – «Правила опрятной еды», «Как пользоваться вилкой и ложкой», «Правила поведения за столом».

С помощью наглядных средств обучения у детей развивается самостоятельность в выполнении действий по уходу за собой – перед ними

на виду всегда имеется понятный алгоритм действий, а соответственно дети станут меньше обращаться за помощью к воспитателю, а также будут контролировать действия сверстников, указывая на правила поведения и порядок действий. Это дополнительно способствует самообучению и взаимообучению воспитанников.

Рассмотрим конкретные методы и приемы формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков в процессе определенных режимных моментов.

Формируя навыки мытья рук и личной гигиены, важно научить детей самостоятельно умываться и мыть руки, соблюдать последовательность процедуры, аккуратность, развивая умение пользоваться мылом и полотенцем, а также воспитать потребность у детей в ежедневном уходе за собой.

Для достижения данной цели, прежде всего, приводился личный пример воспитателя во время режимного момента, который показал наглядно последовательность мытья рук. Данный метод целесообразно использовался в первое время обучения детей и не злоупотреблять им в дальнейшем, так как дети, прежде всего, должны научиться самостоятельности и осознанности в выполнении действий, а не простому их повторению. Во время личного примера каждый ребенок наблюдал за взрослым, а в случае затруднений каких-либо моментов – уточнял у воспитателя (в частности – Алеша М., Маша Ю., Рома Б., Света Х.). После личного примера детям было предложено повторить процедуру по возможности самостоятельно. Задача воспитателя – проследить за каждым ребенком и при необходимости – помочь или направить. С данным заданием успешно справились Вера Ц., Даша Л., Настя С. и Юра Ч. Трудности возникли у Тани Е.

Эффективным при формировании навыка мытья рук и личной гигиены было использование разнообразных дидактических игр. В частности программой было предусмотрено проведение игры «Мое куклу Аню». В ходе игры сначала наглядно показывался детям порядок действий, а затем

действия озвучивались, а дети выполняли их сами. Показательным было то, что дети проявляли инициативу в игре и озвучивали алгоритм действий самостоятельно (Вера Ц., Даша Л., Настя С. и Юра Ч.).

Также программой было предусмотрено проведение упражнения «Чистоплотные дети». Задача упражнения – проверить знания детей о правильности использования гигиенических средств и предметов. Главная задача детей – назвать как можно больше используемых предметов, и рассказать об их предназначении. В случае если дети затруднялись ответить, были заданы наводящие вопросы и даны подсказки.

Во время мытья рук и лица использовались тематические потешки, например, «Чистая водичка моет Вове личико, Танечке личико, а пальчики Антошке» (имена заменялись на действительные имена детей группы) или «Руки надо чисто мыть, рукава нельзя мочить!». Такие потешки проговаривались вслух и хором вместе с детьми в процессе мытья рук и лица. Это подбадривало детей, что будет способствовать соблюдению правил (например, не мочить рукава, быть аккуратным).

Вне непосредственного умывания детей важно способствовать воспитанию у них культуры ухода за собой. Для этого включались для воспитанников тематические мультфильмы, например, «Мойдодыр» и в процессе просмотра обсуждать их, а также читать тематических художественные произведения – «Девочка чумазая» (А. Барто) и «Мои ладоши». Детям очень понравились данные игры, они были активны и вовлечены.

Формируя навыки опрятной еды, важно научить детей правильно пользоваться столовыми приборами (маленькой и большой ложкой, вилкой) и салфеткой за едой, кушать аккуратно (без крошек), и в целом сформировать культуру питания и поведения за столом.

Эффективным при формировании навыка опрятной еды был также личный пример воспитателя и озвучивание им правил. В частности с детьми проводилась небольшая беседа на тему «Правила поведения за столом», в

ходе которой было рассказано о конкретных правилах и культуре опрятной еды, приведены наглядные примеры. В целом дети внимательно слушали и не отвлекались, за исключением Алеши М. и Тани Е.

Также эффективным были игровые методы, в частности – проигрывание игровых ситуаций («Будем кушать», «Кукла Аня запачкала платье за столом»), проведение дидактических игр («Мишка хочет кушать») и игр по типу «Волшебное слово», в ходе которых дети научились быть благодарными за еду. Наиболее активны в данных играх были Вера Ц., Даша Л, Маша Ю. и Настя С.

Перед приемом пищи и после были загаданы детям тематические загадки и прочитаны художественные произведения (например, «Муха Цокотуха» К. Чуковского). Вопросы по произведениям задавали Даша Л., Света Х. и Юра Ч.

Формируя навыки снятия и надевания одежды, важно научить детей самостоятельности, последовательности и аккуратности. Для этого необходимо было провести с детьми беседы на тему «Зачем нам одежда?» и «Как заботиться о своей одежде». Важно, чтобы речь воспитателя была понятной и доступной для ребенка, также дополнительно можно использовать наглядные пособия. В ходе данной беседы наиболее активны были Вера Ц., Даша Л., Рома Б. и Света Х.

Необходимо проводить упражнения для закрепления знаний детей о правилах хранения одежды, о том, как с ней обращаться. В частности было проведено два упражнения – «Мой шкафчик» (для формирования умения складывать одежду) и «Скажи наоборот» (для расширения представлений и знаний детей о видах одежды, обогащения словарного запаса). Наиболее активны в данных упражнениях были Вера Ц., Даша Л, Маша Ю., Настя С. и Юра Ч.

Для формирования навыка снятия и надевания одежды также были проведены дидактические игры «Помоги собрать куклу Аню на прогулку» и «Топ, топ – сапожок», а также чтение стихотворения «Вот такой

рассеянный». Наиболее активны в данных играх были Вера Ц., Даша Л, Маша Ю. и Настя С.

Формируя навыки пользования носовым платком, важно научить детей самостоятельности, чистоте, последовательности и аккуратности. Для этого были проведены беседы на тему «Для чего нужен носовой платочек?», упражнения «Постираем носовые платочки», пальчиковой гимнастики «Проглот-бегемот». Дети были внимательны и сконцентрированы, задавали вопросы сами и отвечали на поставленные вопросы. Кроме того, было эффективно использование игровых методов обучения, в частности – дидактическая игра «Помоги Хрюше высморкаться», игра «Найди свой платочек» и игровое упражнение «Паровозик». Также были использовано и художественное слово – чтение «Девочка-чумазя».

Формируя навыки причесывания, важно научить детей делать это аккуратно и самостоятельно, по мере необходимости и пользоваться только своими предметами (расческой, заколками).

Для формирования данного навыка были использованы игровые методы, в частности – дидактическая игра «Маша-неряша» и «Причеши куклу Аню», сюжетная игра «Маленькие хозяйшкы» и «Парикмахерская», игровая ситуация «Я сам». Наиболее активны в данных играх были Вера Ц., Даша Л, Маша Ю., Настя С., Рома Б. и Юра Ч. Помимо этого, было важным использовать тематические потешки, например, «Петушок-петушок, принеси мне гребешок. Ну, пожалуйста, прошу, я кудряшки расчешу» и другие.

Важно отметить, что при использовании того или иного метода при формировании культурно-гигиенических навыков дошкольников необходимо соблюдение регулярности, систематичности, наглядности, доступности и ясности. Только в случае соблюдения данных принципов удастся сформировать самостоятельность и аккуратность выполняемых детьми действий, а также привить детям потребность ежедневного ухода за собой и потребность соблюдать культуру поведения в соответствии с конкретной ситуацией и обстановкой.

По итогу в ходе использования обозначенных методов и приемов удалось помочь воспитанникам овладеть базовыми культурно-гигиеническими навыками – мыть руки и лицо, опрятно кушать, пользоваться одеждой и носовым платком, причесываться, а также делать это самостоятельно.

Благодаря систематическому педагогическому сопровождению дети научились самостоятельно выполнять навыки самообслуживания, следить за алгоритмом выполняемых действий, в том числе и других детей, осознали значимость и необходимость ухода за собой, расширили свои представления о предметах гигиены, правилах поведения за столом, при умывании, одевании и иных режимных моментах. Наибольшие успехи в овладении культурно-гигиеническими навыками продемонстрировали Вера Ц., Даша Л., Маша Ю., Настя С., Юра Ч.

Стоит отметить, что первоначально детей привлекали больше всего игровые методы, что вполне естественно, учитывая специфику возраста и ведущего вида деятельности. Однако благодаря подобранным потешкам, загадкам, пословицам и упражнениям, удалось развить у детей интерес к непосредственным действиям, выполняемым в конкретных режимных моментах. Дети также были активны при обсуждениях и тематических беседах, внимательно слушали художественные произведения, задавали уточняющие вопросы. Любимым занятием для детей стало просмотр тематических мультфильмов, а также дидактические игры с использованием игрушек, за которыми нужно было ухаживать.

Подобранные наглядные средства и их удачное расположение в пространстве группы положительно сказалось на формировании у детей культурно-гигиенических навыков. Также мы предложили детям в изобразительной деятельности нарисовать наглядные тематические плакаты самостоятельно.

Структура представленной программы нацелена, прежде всего, на работу с самими детьми в ходе режимных моментов. Однако дополнительно

возможно проведение тематических родительских занятий, предоставление родителям воспитанников наглядных памяток или наглядных пособий для того, чтобы продолжить формирование культурно-гигиенических навыков детей и вне условий ДОО, и чтобы сделать данный процесс еще более эффективным. При этом стоит обозначить, что планом воспитателя ДОО по взаимодействию с семьей воспитанников проведение данных тематических родительских собраний предусмотрено.

Таким образом, можно отметить положительное воздействие педагогического сопровождения, как на воспитанников, так и на процесс формирования у них культурно-гигиенических навыков. Участие детей в режимных моментах стало более заинтересованным и целенаправленным, они стараются соблюдать все предусмотренные программой правила.

### **2.3 Определение динамики уровня сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков**

После формирующего эксперимента проводился контрольный срез для определения динамики уровня сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков. Мы использовали показатели и диагностические методики, которые были ранее описаны в пункте 2.1.

Количественные данные контрольного эксперимента представлены в Приложении Г. Полученные повторные результаты диагностики по методике «Моем ручки» отражены на рисунке 7. После формирующего эксперимента в два раза увеличилась доля воспитанников с высоким уровнем сформированности навыка мытья рук – до 44% (Вера Ц., Даша Л., Настя С., Юра Ч.), доля среднего уровня возросла на 12% (Алеша М., Маша Ю., Рома Б., Света Х., Таня Е.), за счет чего детей с низким уровнем сформированности навыка не выявлено. Дети стали более аккуратными и самостоятельными при мытье рук, умеют пользоваться мылом и полотенцем. Результаты в контрольной группе существенно не изменились.

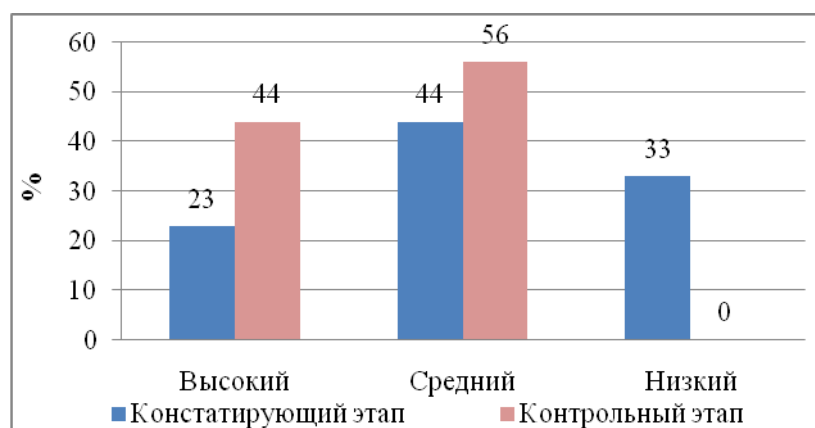


Рисунок 7 – Уровни сформированности навыка мытья рук у детей 4-5 лет экспериментальной группы (по методике «Моем ручки»)

Полученные результаты повторной диагностики по методике «Кушай правильно» представлены на рисунке 8.

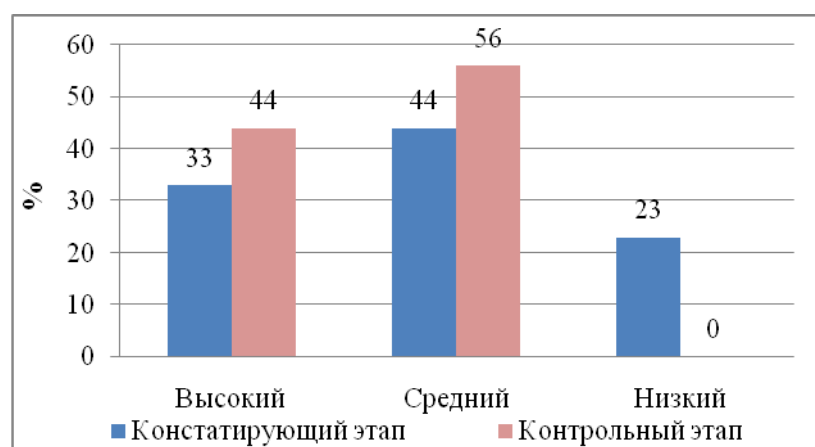


Рисунок 8 – Уровни сформированности навыка опрятной еды у детей 4-5 лет экспериментальной группы (по методике «Кушай правильно»)

Согласно представленной гистограмме среди воспитанников экспериментальной группы не выявлено детей с низким уровнем сформированности навыка опрятной еды, кроме того, на 11–12% возросла доля детей с высоким (Вера Ц., Настя С., Рома Б., Юра Ч.) и средним уровнями (Алеша М., Даша Л., Маша Ю., Света Х., Таня Е.) сформированности данного навыка. Дошкольники стали более аккуратными при приемах пищи, они соблюдают правила этикета и умеют самостоятельно



пользоваться всеми приборами. Результаты в контрольной группе существенно не изменились.

Полученные результаты повторной диагностики по методике «Одень-сними» представлены на рисунке 9.

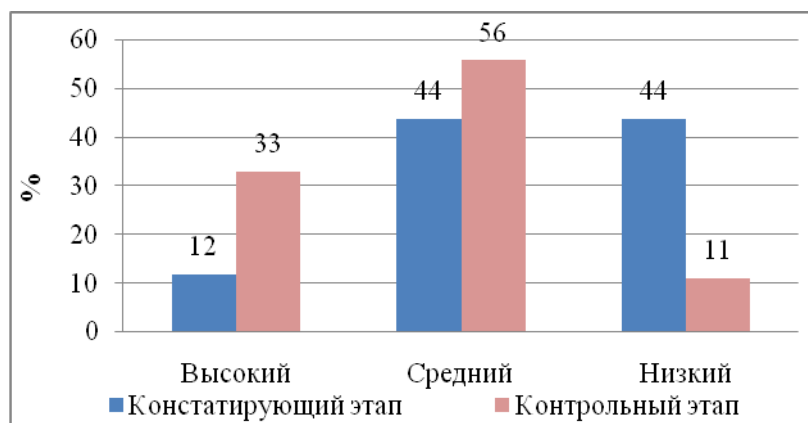


Рисунок 9 – Уровни сформированности навыков снятия и надевания одежды у детей 4-5 лет экспериментальной группы (по методике «Одень-сними»)

В три раза увеличилась доля детей с высоким уровнем сформированности навыков снятия и надевания одежды – до 33% (Вера Ц., Даша Л., Настя С.), в четыре раза сократилась доля детей с низким уровнем – до 11% (Таня Е.), возросла доля среднего уровня – на 12% (Алеша М., Маша Ю., Рома Б., Света Х., Юра Ч.). Дети стали самостоятельны в процессе надевания и снятия одежды, делают это последовательно и аккуратно. Результаты в контрольной группе существенно не изменились.

Полученные результаты повторной диагностики по методике «Платочек» представлены на рисунке 10.

Заметно увеличилась доля дошкольников с высоким уровнем сформированности навыка пользования носовым платком – до 44% (Вера Ц., Даша Л., Настя С., Рома Б.), доля среднего уровня осталась неизменной (Алеша М., Света Х., Таня Е., Юра Ч.), а низкого – сократилась в четыре раза (Маша Ю.). Результаты контрольной группы существенно не изменились.

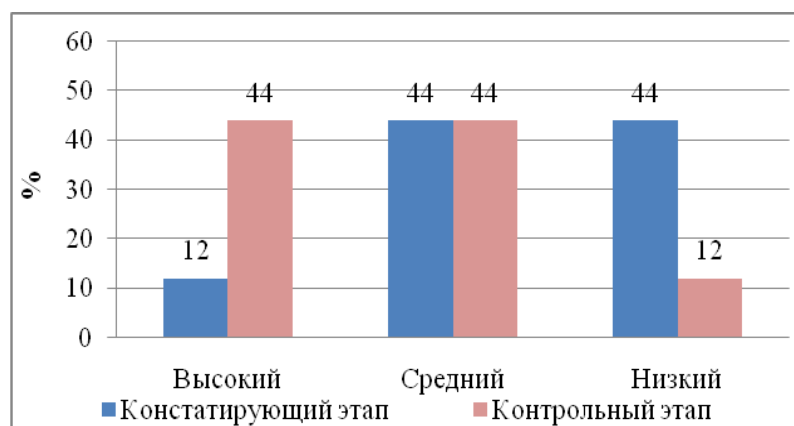


Рисунок 10 – Уровни сформированности навыка пользования носовым платком у детей 4-5 лет экспериментальной группы (по методике «Платочек»)

Полученные повторные результаты диагностики по методике «Твоя прическа» представлены на рисунке 11.

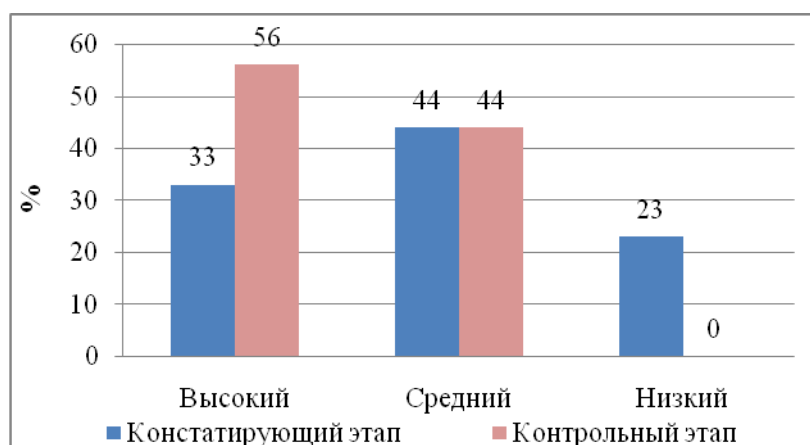


Рисунок 11 – Уровни сформированности навыка причесывания у детей 4-5 лет экспериментальной группы (по методике «Твоя прическа»)

Более чем в полтора раза возросла доля детей с высоким уровнем сформированности навыка причесывания – до 56% (Вера Ц., Даша Л., Маша Ю., Настя С., Юра Ч.) Доля среднего уровня осталась неизменной (Алеша М., Рома Б., Света Х., Таня Е.), а воспитанников с низким уровнем на контрольном этапе не выявлено. Дети осознают необходимость

причесывания, используют расческу по назначению и причесываются аккуратно. Результаты контрольной группы существенно не изменились.

Общие результаты контрольного эксперимента представлены на рисунке 12.

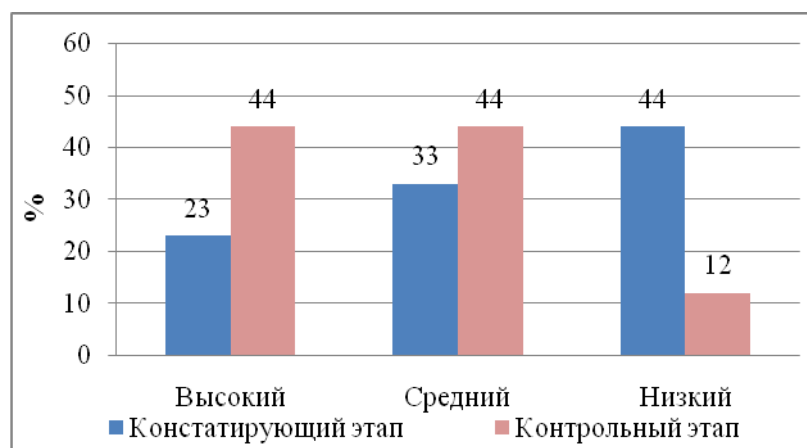


Рисунок 12 – Уровни сформированности культурно-гигиенических навыков у детей 4-5 лет экспериментальной группы на констатирующем и контрольном этапах

Таким образом, в два раза возросла доля детей с высоким уровнем сформированности культурно-гигиенических навыков – до 44% (Вера Ц., Даша Л., Настя С., Юра Ч.), на 11% увеличилась доля воспитанников со средним уровнем (Алеша М., Маша Ю., Света Х.), а доля детей с низким уровнем сократилась в четыре раза (Таня Е.). Общие результаты в контрольной группе существенно не изменились.

Представленные повторные результаты диагностики продемонстрировали эффективность реализованного педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков. Кроме того, были подтверждены положения исходной гипотезы исследования, а значит, формирование у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков возможно благодаря целенаправленному педагогическому сопровождению, включающему:

- осуществление педагогической диагностики уровней сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков и учет ее результатов при планировании педагогического сопровождения;
- определение методов, приемов и средств поэтапного формирования культурно-гигиенических навыков: игровых заданий и упражнений, мультфильмов, поговорок, загадок, потешек, стихотворений и произведений по тематике формируемых навыков;
- оптимизация развивающей предметно-пространственной среды для обеспечения условий для закрепления формируемых культурно-гигиенических навыков в самостоятельной деятельности детей.

На основе проведенного исследования можно сформулировать несколько ключевых методических рекомендаций для формирования культурно-гигиенических навыков у детей 4-5 лет:

- учитывать индивидуальные и возрастные особенности дошкольников;
- обогащать развивающую предметно-пространственную среду;
- создавать необходимые условия для формирования данных навыков (рационально и полно использовать режимные моменты);
- выстраивать взаимодействие ДОО и семьи для совместного решения проблемы;
- использовать разнообразные методы и приемы формирования навыков гигиены и культуры поведения (игровые методы, художественное слово, наглядные и практические методы);
- проводить доступные для детей беседы о важности навыков личной гигиены и культуры поведения;
- подавать правильный наглядный пример соблюдения культурно-гигиенических правил со стороны взрослых;
- учитывать единство требований в ДОО и семье, приводить положительный пример взрослых;

– контролировать и отмечать успехи и неудачи детей в освоении данных навыков.

Делая вывод по результатам проведенного эмпирического исследования, необходимо отметить следующее:

- на констатирующем этапе исследования диагностировано, что в контрольной группе по 44% воспитанников имеют высокий и средний уровни сформированности культурно-гигиенических навыков, и всего 12% – низкий уровень, а в экспериментальной группе у 44% дошкольников преобладает низкий уровень сформированности данных навыков, у трети – средний и у 23% – высокий;
- выявленные на констатирующем этапе особенности культурно-гигиенических навыков у дошкольников экспериментальной группы определили необходимость проведения формирующего эксперимента;
- на контрольном этапе исследования диагностировано, что в два раза возросла доля детей с высоким уровнем сформированности культурно-гигиенических навыков – до 44%, на 11% увеличилась доля воспитанников со средним уровнем, а доля детей с низким уровнем – сократилась в четыре раза;
- результаты повторной диагностики показали эффективность проведенной работы, а значит, гипотеза исследования о том, что формирование у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков возможно благодаря целенаправленному педагогическому сопровождению, нашла свое подтверждение.

## Заключение

От уровня сформированности культурно-гигиенических навыков и степени самостоятельности их выполнения в дошкольном возрасте зависит дальнейшее развитие и становление навыков личной гигиены и навыков культурного поведения личности. По этой причине важно профессиональное педагогическое сопровождение процесса формирования у детей культурно-гигиенических навыков. Необходимо применять разнообразные приемы и методы для развития навыков личной гигиены и навыков культурного поведения, соответствующие возрастным особенностям дошкольников.

Наша работа была ориентирована на формирование у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков. С целью изучения теоретических и методических основ данной темы были реализованы аналитическое и исследовательское направления работы. В связи с поставленной целью в первой главе нашего исследования рассмотрено состояние исследуемой проблемы в психолого-педагогической науке, проанализированы особенности формирования культурно-гигиенических навыков, а также задачи педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

Исследовательский этап работы включал в себя проведение педагогического эксперимента, в результате которого было выявлено следующее. На констатирующем этапе исследования диагностировано, что в контрольной группе по 44% воспитанников имеют высокий и средний уровни сформированности культурно-гигиенических навыков, и всего 12% – низкий уровень, а в экспериментальной группе у 44% дошкольников преобладает низкий уровень сформированности данных навыков, у трети – средний и у 23% – высокий.

Выявленные на констатирующем этапе особенности культурно-гигиенических навыков у дошкольников экспериментальной группы определили необходимость проведения формирующего эксперимента, в ходе

которого осуществлялась проверка положений гипотезы. Формирование у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков осуществлялось в процессе целенаправленного педагогического сопровождения, включающего:

- осуществление педагогической диагностики уровней сформированности у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков и учет ее результатов при планировании педагогического сопровождения;
- определение методов, приемов и средств поэтапного формирования культурно-гигиенических навыков: игровых заданий и упражнений, мультфильмов, поговорок, загадок, потешек, стихотворений и произведений по тематике формируемых навыков;
- оптимизацию развивающей предметно-пространственной среды для обеспечения условий для закрепления формируемых культурно-гигиенических навыков в самостоятельной деятельности детей.

На контрольном этапе исследования диагностировано, что в два раза возросла доля детей с высоким уровнем сформированности культурно-гигиенических навыков – до 44%, на 11% увеличилась доля воспитанников со средним уровнем, а доля детей с низким уровнем – сократилась в четыре раза. Результаты повторной диагностики показали эффективность проведенной работы, а значит, гипотеза исследования о том, что формирование у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков возможно благодаря целенаправленному педагогическому сопровождению, нашла свое подтверждение.

Апробированное содержание и организация педагогического сопровождения формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков могут быть использованы педагогами в образовательном процессе дошкольных образовательных организаций.

## Список используемой литературы

1. Аксарина Н. М. Воспитание детей раннего возраста. М. : Логос, 2013. 256 с.
2. Андреева Н. А. Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. 2019. С. 12-17.
3. Анисимова Л. А. Ступеньки здоровья // Сборник материалов Ежегодной международной научно-практической конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста». 2018. С. 263-264.
4. Белостоцкая Е. М., Виноградова Т. Ф. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7. М. : Просвещение, 1991.
5. Богина Т. Л., Терехова Н. Т. Режим дня в детском саду. М. : Просвещение, 1987. 95 с.
6. Выготский Л. С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка. М. : «Проспект», 2000. 584 с.
7. Гальперин П. Я. Языковое сознание и некоторые вопросы взаимоотношения языка и мышления. М. : Издательство Институт практической психологии, Воронеж : НПО Модек, 1998. 441 с.
8. Гарифуллина А. Ж., Тельнова Ж. Н. Гигиеническое обучение и воспитание детей дошкольного возраста в дошкольных образовательных учреждениях // Український стоматологічний альманах. 2016. С. 79-83.
9. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет : кн. для работников дошк. учреждений / сост. В. И. Теленчи. М. : Просвещение, 1987.
10. Гимадиева Н. И., Васильева М. И. Проблема формирования представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста в процессе режимных моментов // E-Scio. 2021. С. 298-303.
11. Запорожец А. В. Психология и педагогика игры дошкольника. М., 2009. 162 с.



12. Зебзеева В. А. Организация режимных процессов в ДОУ. М. : Сфера, 2011. 250 с.
13. Каплан, Л.И. Посеешь привычку – пожнешь характер. М. : Просвещение, 1980. 95 с.
14. Климон Н. Л. Влияние семьи на формирование социально-бытовых навыков у дошкольников // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. 2020. С. 78-88.
15. Козлова Я. Г. Культурно-гигиенические навыки младших дошкольников и специфика их воспитания // Интерактивная наука. 2021. №7(62). С. 18-19.
16. Коменский Я. А. Учитель учителей: педагогические статьи. М. : Карапуз, 2008. 285 с.
17. Кониная Е. Ю. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей. Игровой комплект. М. : Айрис-пресс, 2007. 12 с.
18. Курочкина И. Н. Современный этикет и воспитание культуры поведения у дошкольников: учеб. пособие для вузов. М. : ВЛАДОС, 2003.
19. Куприна Л. С., Бударина Т. А. Знакомство детей с русским народным творчеством. СПб. : ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2001. 400 с.
20. Леонтьев А. Н. Потребности, мотивы, эмоции. М. : Изд-во Моск. ун-та, 1971. 400 с.
21. Лялина Л. А. Народные игры в детском саду: методические рекомендации. М. : ТЦ Сфера, 2009. 96 с.
22. Монтессори М. Полный курс воспитания. М. : АСТ, 2019. 580 с.
23. Моржина Е. В. Формирование навыков самообслуживания на занятиях и дома. М. : Теревинф, 2006. 157 с.
24. Нечаева Г. В. Воспитание дошкольника в труде. М. : Просвещение, 2009. 153 с.
25. От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования / под ред. Н. Е. Вераксы [и др.]. М. : МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. 304 с.

26. Патрина Т. И., Кленова О. А., Сарженко Е. В. Инновационные здоровьесберегающие технологии в условиях детского дошкольного учреждения // Наука-2020. 2019. №5(30). С. 70-75.

27. Петерина С. В. Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста. М. : Просвещение, 1989. 141 с.

28. Поляк Г. Б. Новая школа на Западе: педагогическая система Декроли. М. : Работник просвещения, 1928. 98 с.

29. Русимова Е. А., Брыкина В. А. Гигиеническое воспитание детей дошкольного возраста // Наука-2020. 2021. С. 137-143.

30. Сенченко Н. А., Медведева М. В. Экспериментальное исследование по формированию культурно-гигиенических навыков у детей среднего дошкольного возраста // Достижения науки и образования. 2019. №4(49). С. 83-87.

31. Трубайчук Л. В. Формирование общекультурных умений у детей дошкольного возраста // Вестник Бурятского государственного университета. Философия. 2014. С. 41-45.

32. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации [Электронный ресурс] : закон от 17.10.2013 № 1155. URL: <http://www.rg.ru/2013/11/25/doshk-standart-dok> (дата обращения: 04.03.2022).

33. Фребель Ф. Воспитание человека. М. : К.И. Тихомиров, 1904. 326 с.

34. Чулкова Н. Воспитание культурно-гигиенических навыков // Дошкольное воспитание. 1991. № 5. С. 27.

35. Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды. М. : Педагогика, 1989. 560 с.

## Приложение А

### Список детей, участвующих в эксперименте

Таблица А.1 – Список детей 4-5 лет, участвующих в экспериментальном исследовании

Ф.И. ребенка	Возраст
Экспериментальная группа	
Аня В.	4 лет 2 мес.
Боря К.	4 лет 4 мес.
Витя Н.	4 лет 4 мес.
Геля П.	4 лет 1 мес.
Даня У.	4 лет 9 мес.
Костя Е.	4 лет 11 мес.
Лена В.	4 лет 5 мес.
Оля Н.	4 лет 9 мес.
Петя Р.	4 лет 11 мес.
Контрольная группа	
Алеша М.	4 лет 8 мес.
Вера Ц.	4 лет 8 мес.
Даша Л.	4 лет 10 мес.
Маша Ю.	4 лет 7 мес.
Настя С.	4 лет 2 мес.
Рома Б.	4 лет 8 мес.
Света Х.	4 лет 11 мес.
Таня Е.	4 лет 7 мес.
Юра Ч.	4 лет 5 мес.

## Приложение Б

### Первичные результаты диагностических методик

Таблица Б.1 – Сводная таблица по итогам констатирующего этапа эксперимента (КГ)

Ф.И.	Диагностическая методика					Сумма баллов
	«Моем ручки»	«Кушай правильно»	«Одень-сними»	«Платочек»	«Твоя прическа»	
Аня В.	16	15	10	15	15	71
Боря К.	15	15	16	9	15	70
Витя Н.	17	16	15	16	15	79
Геля П.	10	12	12	9	13	56
Даня У.	9	13	8	13	8	51
Костя Е.	7	10	8	7	12	44
Лена В.	12	15	9	12	16	64
Оля Н.	15	16	16	15	15	77
Петя Р.	13	11	11	9	12	56

Таблица Б.2 – Сводная таблица по итогам констатирующего этапа эксперимента (ЭГ)

Ф.И.	Диагностическая методика					Сумма баллов
	«Моем ручки»	«Кушай правильно»	«Одень-сними»	«Платочек»	«Твоя прическа»	
Алеша М.	9	12	8	5	5	39
Вера Ц.	16	15	12	13	16	72
Даша Л.	12	9	10	11	12	54
Маша Ю.	6	10	7	6	11	40
Настя С.	15	16	15	15	16	77
Рома Б.	9	12	9	12	9	51
Света Х.	8	8	6	7	6	35
Таня Е.	6	7	5	8	9	35
Юра Ч.	10	15	9	10	15	59

## Приложение В

### Программа формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков

Цель – педагогическое сопровождение формирования у детей 4-5 лет культурно-гигиенических навыков.

Задачи:

- развитие интереса и потребности в ежедневном уходе за собой;
- ознакомление с основными правилами ухода за собой, с правилами этикета;
- формирование поведения, отвечающего правилам этикета;
- воспитание аккуратности при мытье рук, одевании, приеме пищи, пользовании носовым платком;
- формирование самостоятельности при выполнении гигиенических действий.

Возраст: 4-5 лет (дошкольники средней группы ДОО).

Форма организации: групповая.

Приемы обучения: игровые методы (дидактические и сюжетные игры, игры с правилами, игровые ситуации), художественное слово (сказки, загадки, потешки, стихи, просмотр мультфильмов), наглядные методы (рассматривание предметов), практические методы (личный пример воспитателя, показ способов действия с предметами).

Планируемые результаты:

- овладение культурно-гигиеническими навыками и навыками самообслуживания;
- соблюдение алгоритмов умывания;
- самостоятельное использование индивидуальных предметов личной гигиены;
- проявление навыков опрятности;
- самостоятельное использование столовых приборов;

## Продолжение Приложения В

- овладение культурой питания и поведения за столом;
- соблюдение элементарных правил поведения во время режимных моментов.

Таблица В.1 – Программа педагогического сопровождения

Культурно-гигиенические навыки	Цель	Содержание методов и приемов формирования кгн
Мытье рук и личная гигиена	Формировать умение самостоятельно умываться и мыть руки, соблюдать последовательность процедуры, аккуратность, сформировать умение пользоваться мылом и полотенцем, воспитать потребность в ежедневном уходе за собой.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Личный пример воспитателя во время режимного момента.</li> <li>2. Дидактическая игра «Умоем куклу Аню».</li> <li>3. Упражнение «Чистоплотные дети».</li> <li>4. Тематические потешки. Например: «Чистая водичка моет Вове личико, Танечке личико, а пальчики Антошке».</li> <li>«Руки надо чисто мыть, рукава нельзя мочить!».</li> <li>5. Просмотр мультфильма «Мойдодыр».</li> <li>6. Чтение произведения «Мои ладоши».</li> <li>7. Чтение А. Барто «Девочка чумазая».</li> </ol>
Опрятная еда	Сформировать умение правильно пользоваться столовыми приборами (маленькой и большой ложкой, вилкой) и салфеткой за едой, кушать аккуратно (без крошек), сформировать культуру питания и поведения за столом.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Беседа «Правила поведения за столом».</li> <li>2. Игровая ситуация «Будем кушать».</li> <li>3. Упражнение «Вилки-ложки».</li> <li>4. Дидактическая игра «Мишка хочет кушать».</li> <li>5. Тематические загадки. Например: «Три поросенка один хвост». (Вилка) «Сама не ем, а людей кормлю». (Ложка)</li> <li>6. Игровая ситуация «Кукла Аня запачкала платье за столом».</li> <li>7. Игра «Волшебное слово».</li> <li>8. Чтение сказки К. Чуковского «Муха Цокотуха».</li> </ol>
Снятие и одевание одежды	Формировать умение снимать и надевать одежду самостоятельно, соблюдать последовательность, аккуратность.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Беседа «Зачем нам одежда?».</li> <li>2. Дидактическая игра «Помоги собрать куклу Аню на прогулку».</li> <li>3. Дидактическая игра «Топ, топ – сапожок».</li> <li>4. Упражнение «Мой шкафчик».</li> <li>5. Стихотворение «Вот такой рассеянный».</li> <li>6. Беседа «Как заботиться о своей одежде».</li> <li>7. Упражнение «Скажи наоборот».</li> </ol>

## Продолжение Приложения В

Продолжение таблицы В.1

Культурно-гигиенические навыки	Цель	Содержание методов и приемов формирования кгн
Использование носовым платком	Формировать умение самостоятельно пользоваться носовым платком, соблюдать чистоту платка, пользоваться им по назначению и по мере надобности.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Беседа «Для чего нужен носовой платочек?».</li> <li>2. Дидактическая игра «Помоги Хрюше высморкаться».</li> <li>3. Чтение произведения «Девочка-чумазая».</li> <li>4. Пальчиковая гимнастика «Проглот-бегемот».</li> <li>5. Игра «Найди свой платочек».</li> <li>6. Игровое упражнение «Паровозик».</li> <li>7. Упражнение «Постираем носовые платочки».</li> </ol>
Расчесывание	Формировать умение аккуратно и самостоятельно расчесываться, делать это по мере необходимости, пользоваться своей расческой.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дидактическая игра «Маша-неряша».</li> <li>2. Сюжетная игра «Маленькие хозяйшечки».</li> <li>3. Игровая ситуация «Я сама».</li> <li>4. Тематические потешки. Например: «Петушок-петушок, Принеси мне гребешок. Ну, пожалуйста, прошу, Я кудряшки расчешу».</li> <li>5. Дидактическая игра «Расчеши куклу Аню».</li> <li>6. Сюжетная игра «Парикмахерская».</li> </ol>

## Приложение Г

### Вторичные результаты диагностических методик

Таблица Г.1 – Сводная таблица по итогам контрольного этапа эксперимента (ЭГ)

Ф.И.	Диагностическая методика					Сумма баллов
	«Моем ручки»	«Кушай правильно»	«Одень-сними»	«Платочек»	«Твоя прическа»	
Аня В.	12	13	12	9	9	55
Боря К.	16	15	15	15	16	77
Витя Н.	15	12	15	15	15	72
Геля П.	9	11	9	8	15	52
Даня У.	16	17	16	16	16	81
Костя Е.	9	16	9	15	12	61
Лена В.	11	10	12	11	9	53
Оля Н.	9	9	8	9	12	47
Петя Р.	15	16	12	12	16	71

Таблица Г.2 – Сводная таблица по итогам контрольного этапа эксперимента (ЭГ)

Ф.И.	Диагностическая методика					Сумма баллов
	«Моем ручки»	«Кушай правильно»	«Одень-сними»	«Платочек»	«Твоя прическа»	
Алеша М.	9	13	8	6	5	41
Вера Ц.	16	15	12	13	16	72
Даша Л.	12	11	10	12	12	57
Маша Ю.	6	10	7	7	11	41
Настя С.	15	16	15	15	16	77
Рома Б.	11	12	9	12	9	53
Света Х.	8	8	7	7	6	36
Таня Е.	6	7	8	8	9	38
Юра Ч.	10	15	9	10	15	59