

Методическое пособие « Я всё умею делать сам»



ЕКАТЕРИНБУРГ

2024

Муниципальное автономное дошкольное учреждение детский сад № 459
города Екатеринбурга

«Я всё умею делать сам»

Методическое пособие по формированию навыков
самообслуживания детей 2-3 лет

Екатеринбург

2024

Автор -составитель

Мачехина О.В., воспитатель МАДОУ детский сад №459 г. Екатеринбурга

Формирование навыков самообслуживания детей 2-3 лет :
методическое пособие / авт.- сост. О.В. Мачехина . 2024.- С.

Содержание

1	Введение	5
2	Программные задачи формирования культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей 2-3 лет	7
3	Методы и приемы формирования навыков самообслуживания у детей 2-3 лет.	8
4	Консультация для воспитателей «Педагогические приемы формирования навыков самообслуживания у детей раннего возраста (2-3 года)»	12
5	Консультация для родителей «Как научить ребёнка одеваться самостоятельно	24
6	Консультация для родителей «Как правильно научить ребёнка мыть руки»	26
7	Консультация для родителей «Правильное питание дошкольников»	30
8	Технологическая карта самостоятельное одевание	36
9	Технологическая карта самостоятельное мытьё рук	47
10	Технологическая карта самостоятельный приём пищи	59
11	Игры на формирование навыка одевание	66
12	Игры по формированию навыка мытья рук	70
13	Игры по формированию навыка приёма пищи	75
14	Приложение	80

ВВЕДЕНИЕ

В ряде психолого-педагогических исследований (Р. С. Буре, Л. Ф. Островской, С.В. Петериной, В.И. Ядэшко и других) указывается на необходимость своевременного формирования навыков самообслуживания детей 2-3 лет. Отсутствие сформированности навыков самообслуживания приводит к ослаблению здоровья ребенка и его ущемленности в социальном общении. Из-за не сформированности навыков самообслуживания ребенок не может сначала полноценно общаться со сверстниками, а в дальнейшем и со всеми людьми. У него формируются такие качества как агрессивность, неуверенность, негативизм. Понятие «самообслуживания» является собирательным. В настоящее время в психолого-педагогической литературе нет единого определения этого понятия. С одной стороны, исследователи рассматривают его в контексте навыков, которые укрепляют здоровье, а с другой стороны - общих культурных норм поведения в обществе. В дошкольной педагогике навыки самообслуживания рассматриваются в контексте воспитания культуры поведения (Л. Ф. Островская, С.В. Петерина), то есть в совокупности устойчивых форм повседневного поведения (в общении, в быту, различных видах деятельности), полезных для общества. По определению словаря В.И.Даля- самообслуживание – обслуживание себя своими собственными средствами без помощи других. В дошкольной педагогике проблема формирования навыков формирования самообслуживания у детей дошкольного возраста рассматривается в контексте физического (Р. А. Алексашина, Ю. К. Бабанский, Т. Л. Бодина, Г.Н. Година, В. И. Логинова, Н.Т. Терехова, Г.В. Хухлаева), так и в контексте трудового воспитания (С.В. Буре, С. А. Козлова, Т. А. Куликова, А.А. Люблинская). Исследователи, занимающиеся вопросами физического воспитания, утверждают, что формирование навыков самообслуживания является средством сохранения жизни и здоровья детей - это соблюдение правил культуры еды, чистоты тела, поддержание порядка в окружающей

обстановке (в группе, дома, в общественных местах, на улице). Т.Л. Богина, Н.Т. Терехова отмечают, что воспитание у детей навыков самообслуживания способствует правильному поведению в общественных местах, в быту, играет важную роль в охране их здоровья. От того, как дети знают, и выполняют необходимые навыки самообслуживания и нормы поведения, зависит в целом не только их здоровье, но и здоровье взрослых и окружающих их детей.

ПРОГРАММНЫЕ ЗАДАЧИ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ САМООБСЛУЖИВАНИЯ У ДЕТЕЙ 2-3 ЛЕТ.

В целевых ориентирах ФГОС ДО для детей младенческого и раннего возраста указано: «Использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении; проявляет навыки опрятности. П.4.6

Содержание ОО «Социально – коммуникативное развитие» ФГОС ДО включает: Самообслуживание, самостоятельность. Развитие навыков самообслуживания; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий. П.2.6

Воспитание навыков самообслуживания. Задачи группы раннего возраста (2-3 года):

Воспитание навыков самообслуживания. Формировать привычку (сначала под контролем взрослого, а затем самостоятельно) мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем. Учить с помощью взрослого приводить себя в порядок; пользоваться индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком).

Формировать умение во время еды правильно держать ложку.
Самообслуживание. Учить детей одеваться и раздеваться в определенном порядке; при небольшой помощи взрослого снимать одежду, обувь (расстегивать пуговицы спереди, застежки на липучках); в определенном порядке аккуратно складывать снятую одежду. Приучать к опрятности.

МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ САМООБСЛУЖИВАНИЯ У ДЕТЕЙ 2-3 ЛЕТ.

Формирование навыков самообслуживания у детей раннего возраста в дошкольном образовательном учреждении носит комплексный характер, сформированный на базе исследований по проблеме изучения развития культурно - гигиенических навыков у дошкольников (отмечены в работах Р. А. Алексашиной, Ю. К. Бабанского, Т. Л. Бодиной, Г.Н. Годиной, В. И. Логиновой, Н.Т. Тереховой, Г.В. Хухлаевой и других). Формирование навыков самообслуживания совпадает с основной линией психического развития в раннем возрасте - становлением орудийных и соотносящих действий. Орудийные действия предполагают овладение предметом-орудием, с помощью которого ребенок воздействует на другой предмет, например, ложкой ест суп. Соотносящие действия приводят предметы в положения, соответствующие пространству: ребенок открывает и закрывает коробочки, кладёт мыло в мыльницу, вешает полотенце за петельку на крючок, застегивает замочек или пуговицы. Взрослые должны всегда помнить об этом и стараться создавать соответствующие условия: на полотенце должна быть петелька и крючок, куда можно повесить это полотенце, в ванной комнате полочки должны быть расположены на удобном для ребёнка уровне и т. д. Вся окружающая обстановка и все целенаправленные действия взрослых оказывают влияние на формирование привычек и навыков. На содержание детских привычек отражается многое: манеры, поведение окружающих людей, в особенности близких. Систематичность необходимых операций – важное условие для формирования навыков самообслуживания. Так, ребенок привыкает, что после утреннего пробуждения его всегда умывают. Взрослые должны предоставлять ребенку самостоятельность там, где он сам что-то может сделать. Вместе с этим каждый ребенок испытывает потребность в помощи, показе, поощрении, поэтому основной методикой в дошкольном учреждении

является работа с подгруппами детей (3-4 человека). В начале второго года жизни ребенок должен в значительной степени уметь умываться, вытираться, пользоваться ложкой, вытирать рот, есть хлеб с первым блюдом. В полтора-два года ребенок может почти все снять с себя, сложить и большую часть одежды надеть. На втором году жизни ребенку необходимо систематически прививать ему навыки культуры поведения: за столом сидеть спокойно, при укладывании спать не разговаривать или разговаривать тихо, за оказанную помощь всегда благодарить. На третьем году жизни ребенок не только более самостоятельно одевается, раздевается и т. д., но также и знает определенный порядок действий, которые входят в каждый процесс, приемы их выполнения. Когда идет активное формирование навыков самообслуживания, важно в первую очередь отрабатывать те из них, которые непосредственно связаны с организацией всего коллектива. В раннем возрасте дети отличаются большой подражательностью, поэтому как выполнить новое действие взрослым нужно неоднократно показывать, при этом сопровождая показ пояснениями. Это нужно для выделения наиболее существенных моментов данного действия, последовательности отдельных операций. Со второго года жизни, с детьми используются игровые приемы, проводятся специальные дидактические игры. На третьем году жизни дети все действия выполняют быстрее. Помощь воспитателя заключается больше в постоянном контроле, поощрениях, словесных указаниях, нежели в действиях. Для формирования навыков самообслуживания применяются следующие методы: беседа, пример, показ, объяснение, пояснение, поощрение, упражнения в действиях. Большое предпочтение отдается игровым приемам: дидактическим играм, потешкам, стихотворениям. Формирование навыков самообслуживания у детей осуществляется, прежде всего, в самостоятельной деятельности, а также в процессе обучения, в дидактических играх и игровых ситуациях. Формирование навыков реализуется непосредственно под руководством взрослых - педагогов и родителей и, в связи с этим, должна быть обеспечена полная согласованность

в требованиях семьи и дошкольного учреждения. Приемы и методы, которые помогают эффективно формировать у детей дошкольного возраста культурно-гигиенические навыки: пояснение, объяснение, показ, беседы, поощрение, упражнения в действиях, личный пример взрослых, прием повторения действий, образовательная деятельность; дидактические игры, развлечения, стихотворения; потешки, пословицы, поговорки, игровые приемы. Критерии опрятной еды включают: умение не крошить хлеб; правильно пользоваться чайной и столовой ложками, вилкой, салфеткой; пережевывать еду с закрытым ртом; не разговаривать во время еды, особенно с полным ртом, тихо выходить по окончании принятия пищи из-за стола; благодарить взрослых; пользоваться только своими приборами. Критерии личной гигиены и мытья рук включают: умение мыть лицо и руки; соблюдение последовательности - смочить руки, закатать рукава, взять мыло, намылить до появления пены, смыть, насухо вытереть руки; аккуратно сложить полотенце и повесить его в свою ячейку; умение пользоваться расческой. Критерии одевания и раздевания одежды в определенном порядке включают: умение расстегнуть пуговицы; снять платье (брюки); аккуратно повесить; снять рубашку и аккуратно ее повесить на брюки, шорты; снять колготки, повесить на рубашку (платье); снять обувь; надеть все в обратной последовательности. Для успешного формирования навыков самообслуживания необходимы следующие условия: - удобная и привлекательная для выполнения действий обстановка в детском саду и дома (мебель, соответствующая росту детей, определенные места хранения вещей, которые всегда доступны для использования и т.д.); - разделение осваиваемых действий, следующих в строго установленном порядке, на ряд операций, что в большой степени способствует наиболее быстрому созданию прочных динамических стереотипов; - выделение порядка и способа осуществления при выполнении многократных упражнений детей в действиях (в особенности на начальных этапах обучения). Характер действий при этом должен быть следующим: - неизменным, а формы -

разнообразными; - с каждым ребенком проводится индивидуальная работа, при этом учитывается уровень его темпов развития и овладения навыками самообслуживания; - безукоризненное выполнение педагогами и родителями всех культурно гигиенических требований, организация ситуаций, обеспечивающих контроль над реализацией осваиваемых детьми действий в непривычной обстановке. Педагоги и родители должны помнить, что привитые в детстве культурно гигиенические навыки, человеку приносят огромную пользу на протяжении всей его последующей жизни. При формировании у детей навыков самообслуживания, происходит параллельно воздействие на многие психические процессы развития ребенка, при этом взрослые обязаны набраться большого понимания и терпения. При овладении детьми правилами поведения происходит образование у них твердых нравственных привычек, помогающих становлению взаимоотношений с ровесниками, взрослыми, воспитанию организованного поведения.

По мере того, как правила детьми усваиваются, они дают направление деятельности и становятся им нужными: они опираются на них. Если с раннего возраста ребенком выполняется режим, создаются известные предпосылки для осознания того, что необходимо осуществлять действия, взаимосвязанные с режимом, в известной последовательности и нужном темпе. При освоении навыков самообслуживания нужно создавать атмосферу заинтересованности успехами ребенка, предоставлять большую самостоятельность – это вызовет у него интерес и желание добиться результата. Если сначала детям младшего возраста имеет важность показ действия, личная помощь взрослого ребенку, то в последующем времени большую роль приобретают поощрение усилий, напоминание ребенку. Он стремится самостоятельно оказать помощь другим. Первые дружеские привязанности и симпатии детей не складываются на основе неаккуратности

и неопрятности, они успешно формируются на основании навыков вежливости, культуры речи, организованности поведения.

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ
«ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ
САМООБСЛУЖИВАНИЯ У ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА (2-3
ГОДА)»

Воспитание и формирование самостоятельности у ребёнка тесно связано, прежде всего, с привлечением его к самообслуживанию. Дошкольный возраст является сложным для ребёнка и очень насыщенным. У ребенка появляется стремление к самостоятельности. Необходимо в этот момент поддержать, развить у него навыки определённые навыки самообслуживания, тогда впоследствии ребёнок приобретёт такие качества как трудолюбие, аккуратность и бережное отношение к вещам.

С точки зрения психологов, самообслуживание-это труд, направленный на удовлетворение личных потребностей ребенка, связанный с процессами одевания, раздевания, еды, с соблюдением правил личной гигиены, уходом за своей личной одеждой.

В современных условиях остро стоит вопрос формирования у детей навыков самообслуживания в обществе и в домашних условиях. При этом общество в разные периоды развития к ребенку предъявляет разные требования, обусловленные сформировавшимися установками.

Формирование навыков по самообслуживанию дополняет в известной мере внутреннюю культуру ребенка: ребенок обнаруживает важность заботы о себе и стремится быть полезным, не затрудняя окружающих. И, как правило, приобретает умение действительно заботиться о своих близких. В

самообслуживании перед ребенком всегда ставится конкретная цель и её исход: оделся - можно идти на прогулку, убрал игрушки-можно садиться заниматься. Обслуживая себя, ребенок проявляет определенное физическое и умственное усилие он осознаёт, что все имеют трудовые обязанности, связанные с их повседневными жизненными потребностями.

Одной из значимых особенностей детей раннего возраста является легкое образование стереотипов, поэтому его легче научить сейчас, чем потом заново переучивать.

Главной особенностью формирования навыков является поддержание интереса к навыку самообслуживания. Этому содействуют те эмоциональные переживания, которые испытывает ребенок при раздевании, одевании и других навыках. А также решающее значение имеет активное поведение ребёнка, его практическое участие в выполнении данного действия. Самообслуживание тесно связано с простыми операциями, что облегчает выполнение действий по умыванию, одеванию, приёму пищи.

Анализ психолого педагогической литературы позволил выделить следующие необходимые условия для формирования навыков самообслуживания:

- необходимо развивать мышцы рук и пальцев, так как это является необходимой предпосылкой в освоении движений, развития умений урегулировать все мышечные усилия в процессе необходимых предметных действий;
- формирование и развитие координации в системе, под названием «глаз - рука»;
- развитие способностей подражательных, так как они необходимы для подражания показываемых действий, ввиду того, что у дошкольников усвоение движений происходит за счет подражания действиям окружающих;

- активизации развития умений сравнение, дифференцирования движений, оценки их качества;
- формирование и совершенствования умений устанавливать взаимосвязи между характером движения и его регулятором.

И.М. Сеченов предлагал также активно пользоваться средствами наглядности в обучении ребенка самообслуживанию, например: показывать карточки с нарисованными комплексами одежды и обуви, то есть иллюстрировать весь процесс одевания; карточки, изображающими различные моменты приема пищи, которые позволяют объединить их в определенные адекватные подчиненные словесным объяснениям действия.

Все это поспособствует успешному формированию представлений о действиях, и усилит регулирующую роль речи в формировании предметнопрактической деятельности.

На первичных этапах развития навыков самообслуживания непременно выделяется главная роль с показом этих этапов действий, которые составляют изучаемый навык, таким образом, что организуется конкретная возможность для подражания взрослому. Важным оказывается при этом отсутствие переусердствования словесными инструкциями, так как каждое слово необходимо соотносить с тем или иным признаком либо действием признака. Значимым условием в развитии определенных навыков самообслуживания будет нахождение зоны ближайшего и актуального развития детей. Воспитателю необходимо своевременно оказывать помощь детям, в зависимости от того этапа на котором они сейчас находятся.

Как указывает Л.И. Плаксина, процесс обучения должен быть организован на комплексном применении алгоритмических предписаний, адекватном познавательным возможностям детей раннего возраста. Сам процесс алгоритмизации выполнения предметных действий учит детей планировать и упорядоченно, целенаправленно действовать. Например, алгоритм одевания

на улицу в зимний период времени: колготки, носки, футболка, штаны, кофта, шапка, куртка, шарф, обувь, варежки.

Развитие самообслуживания в детском саду проводится в двух формах: индивидуальной (отрабатываются отдельные операции) и групповой (создаются объективные условия необходимости реализации данного навыка: поведение ребенка подчиняется общему для всей группы детей правилу; при этом работает механизм подражания).

В дошкольном учреждении самообслуживание у детей раннего возраста можно формировать различными методами: словесный, наглядный, практический.

Словесный метод, прием общего напоминания. Необходимо применять для выполнения какой-либо задачи, в то время когда определенные навыки самообслуживания уже сформированы. Данный метод требует особенного контроля за деятельностью детей и каждым изменением в ней. Сигналом необходимости перехода к более общим напоминаниям будет служить угасание интереса детей к изучаемым процессам самообслуживания: одеванию, умыванию и пр. Выполнение детьми этих заданий без дополнительных разъяснений способствует проявлению активности, самостоятельности. Важно не только тренировать детей раннего дошкольного возраста в выполнении действий по самообслуживанию, но и проверять качество выполненного действия. Важно также приучать детей к взаимопомощи: чтобы в дошкольном учреждении они трудились не только для удовлетворения своих личных потребностей в чистоте и порядке, но и охотно помогали друг другу.

Еще один словесный метод это использование художественной литературы, которая стимулирует активность детей в овладении навыками самообслуживания. Для того чтобы вызвать у детей желание проявить самостоятельность в одевании и умывании, необходимо использовать

детские песенки, стихи, потешки. Для ознакомления детей с необходимыми культурногигиеническими навыками необходимо использовать специальные занятия, рассматривание сюжетных картинок, чтение художественных произведений, фольклора. Положительное воздействие на детей в формировании навыков самообслуживания оказывают такие художественные произведения как: А. Барто «Девочка чумазая», К. Чуковский «Мойдодыр», «Федорино горе», В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо», С. Капутикян «Кто скорее допьёт», З. Александрова «Что взяла клади на место», «Топотушка», И. Муравейка «Я сама», рассказы Л. Вороньковой «Маша-растеряша», потешки: «Водичка, водичка...» и т.д.

Существенную роль в формировании навыков самообслуживания играют потешки. Для того чтобы у детей раннего возраста появилось желание самостоятельно умыться, а также для того, чтобы этот процесс стал для них легким и приятным, мы разучиваем потешки, в соответствии с выполняемыми действиями, называя имя ребенка: «Ладушки, ладушки, с мылом моем лапушки у Маши. Чистые Машины ладошки, вот вам хлеб да ложки!».

При применении наглядного метода используется пошаговый показ и подробное разъяснение правильного выполнения того или иного действия. Он способствует результативности обучения навыкам самообслуживания, так как учит детей точности и исполнительности в выполнении определенных действий. При обучении одеванию, умыванию, важно неукоснительно соблюдать определенный способ и алгоритм целенаправленных действий. Особенно действенным приемом является показ инсценировок с помощью игрушек настольного театра, кукол бибабо, например: «Как Зайчик умывается», «Ежик учит белочку, есть красиво и правильно», а так же игровые приемы с куклами. Так, например, при обучении самостоятельному раздеванию, раздеваем куклу Олю, которая ходила на прогулку вместе с детьми, и сопровождаем свои действия

подробным описанием последовательности выполняемых действий (сначала расстегнуть пуговицы, молнии, застежки на обуви), аккуратно складывать одежду на полочку. Для закрепления навыка также можно эффективно применить алгоритм процесса одевания и раздевания с картинками последовательности (одевания, раздевания, которые вывешены в приемной). Вместе с этим дети повторяют и запоминают названия частей одежды. Данный прием всегда вызывает положительные эмоции у малышей.

Это позволяет предъявлять всем детям одинаковые требования при выполнении аналогичной задачи по самообслуживанию, а также способствует быстрому формированию прочного навыка.

Практический метод действия (упражнения) необходим для освоения навыков самообслуживания, так они формируются не сразу, в течение определенного времени. Для того чтобы обучить малышей правильному и качественному умыванию, одеванию и т.д., важно, чтобы они усвоили, как это необходимо делать. С целью закрепления изученного способа действий нужно постоянно тренировать воспитанников, предлагая им различные варианты его использования. Через некоторое время необходимый навык будет успешно образован.

Игровой прием, который тоже относится к практическому методу способствует повышению интереса детей к самостоятельности заключается в использовании игрушек, организации игр с ними (куклу одеть, раздеть, уложить спать, накормить).

К главным педагогическим приемам обучения относятся: приучение, упражнение, опыты.

Приучение – это организация регулярного выполнения воспитанниками с целью их превращения в привычные формы поведения.

Приучение особенно эффективно на ранних стадиях развития. В методику организации приучения входят: объяснение, для чего нужно это делать;

показ, как выполняется действие (убрать за собой игрушки); закрепление правильных действий по непосредственным наблюдениям взрослых. Упражнение – это многократное повторение ребенком умственных или практических действий заданного содержания. Многие упражнения носят предметный характер, так как для их выполнения необходимо использование предметов, игрушек, дидактического материала. При обучении детей раннего дошкольного возраста применяют упражнения разного типа. В одних случаях дети выполняют упражнения, подражая взрослому (подражательные упражнения). Например, это упражнения на развитие артикуляционного аппарата, на закрепление культурногигиенических навыков, с дидактическими игрушками и другие. Упражнения другого типа называются конструктивными, так как ребенок переносит ранее усвоенные способы действий на новое содержание.

Опыты, используемые в обучении малышей, имеют своей целью оказать помощь ребенку в освоении новых знаний о том или ином предмете. В результате проведения опытов ребенок воздействует на объект, познавая его свойства, связи и т.д. Опыты способствуют более глубокому осмыслению явлений, происходящих в окружающем мире, выяснению связей между ними. Благодаря опытам у детей развиваются наблюдательность, способность сравнивать, сопоставлять, высказывать предложения, делать выводы. Например, ребенку демонстрируют носовой платок и задают вопросы: «Вот платок. Что им делают?; можно ли вытирать платком руки? Почему можно? Почему нельзя?; Можно ли вытирать платком туфельки? Почему можно? Почему нельзя?»

. Игровые приёмы способствуют повышению интереса детей, стимулируют проявление положительных эмоций, содействуют концентрации внимания на выполняемой задаче, которая становится не навязанной извне, а желанной, личной целью. Решение учебной задачи в процессе игры связано с меньшими затратами нервной энергии, с минимальными волевыми усилиями.

Игровые приёмы позволяют направлять не только умственную активность детей, но и моторную. Моторная активность содействует формированию богатых ассоциативных связей, которые делают усвоение знаний, умений более доступным и понятным. В ситуации игры процессы восприятия протекают в сознании ребенка более быстро и точно.

Игровые приёмы достаточно вариативны. Наиболее распространенным является дидактическая игра. Ее главная функция - совершенствование и закрепление знаний. При этом ребенок не просто воспроизводит знания в том виде, в каком они были усвоены, а трансформирует, преобразовывает их, учится оперировать ими в зависимости от игровой ситуации.

Значение второй функции дидактической игры заключается в том, что дети усваивают новые знания и умения разного содержания. В качестве игрового приёма используется воображаемая ситуация в развернутом виде: с ролями, игровыми действиями, соответствующим игровым оборудованием. Большое значение для стимулирования активности детей на занятиях имеют такие игровые приемы, как внезапное появление объектов, игрушек, выполнение взрослым различных игровых действий.

К игровым приёмам относится введение элементов соревнования (соревнуются ребенок и взрослый, один из родителей кто быстрее и аккуратнее оденет свою куклу на прогулку, а потом, после одевания куклы, соревнуются уже сам взрослый и ребенок). Игровой приём заключается в таких принципах как:

- рассматривание иллюстраций, картин («Дети моют руки», «Дети обедают» и т.д.).
- использование литературных произведений, малых форм фольклорного жанра: песенок, потешек.
- вопросы к детям, побуждающие к решению проблемы («Кукла Катя испачкалась, что делать?»).

Положительные результаты в воспитании детей достигаются при умелом сочетании различных форм сотрудничества, при активном включении в эту работу всех членов семьи.

Воспитание навыков самообслуживания у маленьких детей это длительный процесс, требующий большого терпения и времени не только от воспитателей, но и от родителей.

При формировании любого навыка надо обучать детей определенным действиям. Без этого формирование навыков самообслуживания немыслимо. Детей младшего дошкольного возраста необходимо учить застегивать пуговицы, шнуровать ботинки. Большое значение нужно придавать многократным упражнениям ребенка в выполнении этих действий.

Формируя навыки самообслуживания, не надо забывать о таком эффективном приеме, как поощрение. Поощрение способствует появлению у ребенка положительных эмоций, придаёт уверенность в том, что он может, умеет сам что-то делать, способствует проявлению усилий, к совершению самостоятельных действий. Главное, необходимо понимать, что похвала-дело очень аккуратное, и ее можно использовать только дозированно, иначе все это в конечном итоге может отрицательно отразиться на развитии личностных качеств и черт характера.

Способствуя формированию навыков самообслуживания, важно воспитывать аккуратное и внимательное отношение к вещам. Важно учить самостоятельности детей и в процессе приема пищи, используя такие приёмы, как показ с пояснением. Принимая пищу вместе с ребенком, важно показывать пример, как надо правильно кушать, пользоваться столовыми приборами, предложить подражать поведению взрослого. Использовать игровые приемы. В детских садах, где педагогические работники взаимодействуют с группой детей, каждый из которых имеет индивидуальные уровни развития навыков самообслуживания, возможны

трудности. Преодолеть эти трудности невозможно без сотрудничества с семьей. Необходимо отметить, что определяющая позиция взрослого в семье и дошкольном учреждении помочь ребенку в активном и самостоятельном приобретении собственного опыта, навыков, развить желание и потребность ребенка в получении определённых умений, способствующих успешной социализации.

На сегодняшний день актуальным является ряд проблем и трудностей, связанных с обучением детей раннего возраста самообслуживанию:

- недостаточная мотивация родителей, гиперопека, сложившийся определенный стереотип отношений в семье. Очень часто родителям удобнее все сделать самим, вместо ребенка, и они не видят особого смысла в обучении детей самообслуживанию;
- недостаточная мотивация самого ребенка. Здесь мы имеем дело с проблемами поведения, которые связаны с нежеланием ребёнка выполнять общепринятые требования (пора уходить домой, все одеваются, а ребёнок уходить не хочет, демонстрирует негативное поведение) или с определенными стереотипами поведения (ребёнок умеет есть сам, но хочет, чтобы его кормили взрослые);
- отсутствие в семье единых требований к ребенку в вопросе обучения навыкам самообслуживания; - нарушение двигательной сферы ребенка (проблемы удержания позы, координации, нарушений мелкой моторики и т.д.) - несформированность схемы тела, особенности межполушарного взаимодействия (частичное игнорирование полей зрения, не сформирована полностью схема тела, верхняя половина тела «изолирована» от нижней, не сформированы перекрестные движения). Например, ребёнок не использует руки при надевании ботинок, не продевает ноги в брюки. Необходимо создать пространственную среду, способствующую успешному формированию навыков самообслуживания у детей раннего возраста,

которая включает в себя правильную организацию пространства, рабочего места, наборы бытовых и специальных предметов:

- развитие умения самостоятельно одеваться и раздеваться: детский шкафчик с полочками для одежды и обуви, удобные для детей по высоте сиденья банкетки или стулья, наличие необходимой одежды (как правило, по сезону), карточки с изображением отдельных видов одежды, иллюстрированный план одевания;
- формирование умения самостоятельно кушать: большие непромокаемые фартуки; ложки и вилки со специальными насадками на ручку; тарелки на присосках с одним более высоким краем (желательно), кружки с двумя ручками; соответствующий высоте стола стул и подставка под ноги (чтобы ребенок во время еды не болтал ногами, а имел опору); карточки с изображением отдельных видов еды;
- развитие умения пользования туалетом: ручки, прикрепленные к боковой стене, помогающие ребенку вставать и садиться; подставка под ноги, необходимая для опоры; набор разных сидений для унитаза;
- обучение умению умываться и ухаживать за собой: набор умывальных принадлежностей; легко открывающиеся ручки крана; зеркало на высоте, соответствующей росту ребенка.

Родители и педагоги постоянно должны уделять внимание воспитанию культурных привычек. Конечно, дети неодинаково быстро усваивают правила и действия, которым учат их взрослые, но у каждого ребенка при правильном воспитании вырабатывается стремление все делать самостоятельно.

Все выше перечисленное требует от воспитателей и родителей огромного терпения, времени, настойчивости и доброжелательности, поддержки маленьких детей в их стремлении стать самостоятельными. Руководство самообслуживанием детей, предполагает индивидуальное общение с каждым

ребёнком, установление контактов с ним, поддержку его положительного эмоционального состояния.

При обучении навыкам самообслуживания взрослые должны сформировать у ребенка устойчивое желание самостоятельно делать все то, чему они научились. Если дети, несмотря на освоенность основных действий, все время от времени нуждаются в помощи, то важно своевременно ее оказывать. Так как нельзя допускать, чтобы маленький ребенок расстраивался из-за неудачных попыток самостоятельно выполнить предложенное дело. Ведь именно в таких случаях появляется, а часто надолго остается неуверенность в своих силах и нежелание трудиться. Если же взрослые поощряют все усилия ребенка в проявлении самостоятельности, поддерживают и помогают ему в преодолении трудностей, то у него появляется чувство радости и гордости от собственной умелости. Таким образом, постепенно у детей можно воспитать такое важное качество как трудолюбие

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«КАК НАУЧИТЬ РЕБЁНКА ОДЕВАТЬСЯ САМОСТОЯТЕЛЬНО»

Когда вы приступили к процессу обучения нельзя требовать от ребенка самостоятельного одевания – это худший способ обучения.

Вот некоторые подсказки в обучении этому навыку:

Терпение и спокойствие родителей.

Хорошее настроение ребёнка.

Спокойная обстановка — без спешки и нервов.

Дружелюбный тон родителей — без приказов.

Никаких угроз! Нельзя подавлять инициативу ребенка.

Никогда не критикуйте и не смейтесь, если малыш оделся не так, как надо.

Превратите процесс одевания в игру. Подсказывайте ребенку, в каком порядке нужно надевать одежду.

Очень часто быстрому освоению навыка самостоятельного одевания мешает сама конструкция одежды.

Правила самостоятельного одевания :

1. Сначала познакомьте кроху с одеждой. Изучайте с малышом предметы одежды, показывайте их и называйте вслух.
2. Продумайте гардероб малыша. Одежда должна быть свободной и легко тянуться. Все что «маловато» и «туговато», лучше убрать. Лохматые нитки на изнаночной стороне колготок принесут крохе много неприятностей – в них запутываются пальчики. Носки лучше покупать на размер больше и с не очень тугой резинкой. Кроме того, избавьте ребенка от необходимости бороться с хитрыми застежками. Шнурки и кнопки подождут пару лет.
3. Одевая кроху, озвучивайте последовательность действий: «Сейчас наденем трусики, потом носочки, потом штанишки» и т. п.
4. Сначала научите ребенка, как следует раздеваться. Покажите, как вы снимаете варежки, куртку, колготки и т. д. Скажите крохе: «И ты так можешь, попробуй». Не забывайте хвалить его за успехи.
5. Планируйте свое время. Лучше встать с утра на полчаса раньше, чем лишить ребёнка возможности вовремя овладеть новыми навыками. Реально определите время для одевания. Если ребенку, чтобы спокойно одеться нужно 20 минут, не пытайтесь заставить его сделать это за 10.

Вот, какие есть игры-ОДЕВАЛКИ :

«Паровозики едут в туннели» пусть штанины брюк станут туннелями, а ноги малыша – паровозиками. Предложите своему крохе «заехать паровозиками в туннели».

«Одень куклу (мягкую игрушку)» Скажите малышу, кукла собралась в гости, но её нужно одеть.

Девочки, да и мальчики тоже, с удовольствием играют в «показ мод» или «фотосессию» — это отличный повод для обучения самостоятельному одеванию.

«Ныряй!» Положите детскую куртку на плоскую поверхность (диван, табурет, пол, расправьте рукава; расстегнутая молния должна быть сверху. Поставьте ребенка лицом к воротнику или капюшону куртки. Одежда лежит как бы «вверх ногами по отношению к ребенку. Попросите малыша, чтобы он наклонился к куртке и продел руки в рукава. Пока ребенок находится в такой позе, возьмитесь за нижний край куртки и быстро перекиньте ее через голову малыша. Такая помощь нужна только в начале, потом ребенок будет сам «нырять» под край куртки, одновременно натягивая

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.

«КАК ПРАВИЛЬНО НАУЧИТЬ РЕБЁНКА МЫТЬ РУКИ»

Руки необходимо мыть дошкольнику несколько раз в день, в течении дня не только перед приемом пищи, но и после улицы, поездок в общественном транспорте. Сейчас мытье рук в течении дня может уберечь еще ребенка от попадания в организм опасной инфекции – коронавирус.

Малыши очень внимательны к поведению и поступкам родителей, поэтому взрослым самим необходимо научиться мыть руки, а также обучить этим навыкам своего ребенка. У нас в детском саду перед умывальниками висит памятка в картинках обучающая правильному мытью рук .

Приучать малыша мыть руки необходимо с самого детства. Уже на первом году жизни, когда малыш активно познает мир, родителям в ненавязчивой форме нужно говорить о пользе воды и личной гигиене. Умывая вместе с ним личико или смывая грязь с ладошек, обязательно проговаривайте, зачем вы это делаете, что очень некрасиво и плохо, когда на коже грязь и вредные микробы, которые смогут навредить организму, вызвать болезни. А после мытья ручек акцентируйте внимание на том, как хорошо, что малыш чистый и аккуратный.

Процедура мытья рук в жизни ребенка должна быть своеобразным ритуалом, который повторяется изо дня в день, таким же естественным, как и одевание, купание или прием пищи. Не забывайте о небольших поговорках, которые помогут запомнить малышу, в каких случаях ручки надо вымыть, например: «руки мой перед едой», «если ты пришел домой, руки с мылом сразу мой», «быть грязнулей не годится, будем ручки мыть водицей» и так далее.

В идеале, алгоритм мытья рук должен выглядеть следующим образом:

1. Засучить рукава;
2. Открыть край с теплой водой;
3. Намочить руки;
4. Используя мыло, тщательно намылить руки до образования пены (делать это необходимо не менее 20-30 секунд, промывая каждый пальчик, межпальцевые промежутки и запястья);
5. Смыть пену теплой водой (ополаскивание должно производиться от пальчиков к запястью, при этом ладошки приподняты «ковшиком»);
6. Просушить кожу чистым полотенцем.

Помните, у каждого члена семьи должно быть индивидуальное полотенце, которое необходимо часто менять и не допускать, чтобы оно долго оставалось влажным. В период заболеваний более гигиенично пользоваться одноразовыми салфетками или полотенцами, так как обычное махровое или вафельное полотенце могут накапливать микроорганизмы, и содержать их в идеальной чистоте крайне сложно.

Обратите внимание! Кран должен быть чистым перед тем, как вы закроете воду. Почему?

Вот наглядный пример. Вы приходите с улицы, открываете кран загрязненными руками, моете руки и закрываете «грязный» кран чистыми

руками. При этом ваши руки снова становятся грязными. Поэтому не забывайте во время мытья рук промывать и ручки крана.

Как приучить ребенка мыть руки?

1. Малыши всегда ориентируются на поведение взрослых, поэтому своим примером показывайте, как правильно выполнять те или иные гигиенические процедуры.
2. Каждый раз напоминайте ребенку, почему необходимо мыть ручки. Рассказывайте про микробов — мелких и невидимых глазу организмов, которые, попав в ротик (носик, глазки) могут вызвать заболевания, боли в животике, рвоту, повышение температуры и прочее.
3. Создайте условия для осуществления ритуала мытья рук. Для этого около раковины должен стоять устойчивый стульчик или скамейка, чтобы малыш чувствовал себя комфортно и его ручки не были подняты вверх во время мытья рук.
4. Научите ребенка самостоятельно включать воду, но контролируйте этот процесс, чтобы малыш случайно не обжегся горячей водой, так как это может настроить на негативное отношение к водным процедурам.
5. Превратите умывание и мытье рук из рутинной процедуры в игру. Можно, к примеру, устраивать соревнования, у кого будет больше пены. При желании ваш малыш может не только промыть свои игрушки, но и «искупать» самую любимую из них. А если перед умывальником находится зеркало, то кроха может любоваться собой во время мытья рук или корчить смешные рожицы.
6. Читайте стихи или пойте песенки, они помогут отмерить время, необходимое на намыливание (не менее 20-30 секунд). Примеры: «Что бы было, что бы было, если не было бы мыла? Если не было бы мыла, Таня грязной бы ходила! И на ней бы, как на грядке, рыли землю поросятки!»;

«Водичка, водичка, умой мое личико, чтобы глазки блестели, чтобы щечки краснели, чтоб смеялся роток, чтоб кусался зубок!» и так далее.

7. Не торопите ребенка. Пусть малыш поймет, что можно получать удовольствие от необходимых процедур. В противном же случае, ребенок не научится правильно мыть руки и будет считать эти важные процедуры «каторгой» или «тяжелой повинностью», а в последствии будет попросту игнорировать их.

8. Не ругайте кроху за мокрую одежду, воду на полу возле умывальника, полотенце, оставленное на полу и так далее. Со временем, благодаря вашим напоминаниям, малыш научится делать все более аккуратно.

9. Помните, что во влажной среде бактерии размножаются лучше. Поэтому, если кожу намочить, но не намылить достаточно хорошо, то микроорганизмов станет только больше. Всегда контролируйте процесс мытья рук, пока ваш малыш недостаточно овладел этими навыками. Ведь маленькие торопыжки не всегда хорошо самостоятельно справляются с загрязнениями.

В конечном счете, малыш запомнит, как правильно мыть руки и в каких случаях делать это необходимо.

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«ПИТАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ»

Чтобы расти и интенсивно развиваться, детям необходимо постоянно восполнять запасы энергии. Нехватка любых пищевых веществ может вызвать задержку роста, физического и умственного развития, а также нарушение формирования костного скелета и зубов. В особенности это касается детей дошкольного возраста. Почему вопросы питания дошкольников являются такими важными? Потому что, к сожалению, большинство заболеваний сегодня начинают формироваться именно в этом возрасте. Это хронические заболевания желудочно-кишечного тракта. Более того: именно нарушения в питании детей являются одной из основных причин и других хронических заболеваний детей.

Большинство дошкольников посещают детский сад, где получают четыре раза в день необходимое по возрасту питание. Домашний рацион питания такого “организованного” ребенка должен дополнять, а не заменять рацион детского сада. С этой целью в каждой группе воспитатели

вывешивают ежедневное меню, чтобы родители могли с ним ознакомиться. Поэтому, забирая ребенка, домой, не забудьте прочитать его и постарайтесь дать малышу дома именно те продукты и блюда, которые он недополучил днем. В выходные и праздничные дни старайтесь придерживаться меню детского сада, используя рекомендации медицинского работника детского учреждения. Утром перед отправлением ребенка в детский сад не кормите его, так как он потом будет плохо завтракать в группе. Ну а если вам приходится отводить его очень рано, напоите кефиром или дайте яблоко. А как же происходит в большинстве семей? Мама утром торопится на работу и начинает насильно кормить ребенка. Малыш нервничает, из-за этого у него не выделяются пищеварительные ферменты, спазмируется желчный пузырь и не выходит желчь для переваривания пищи. Мама считает, что у него плохой аппетит, но ведь нельзя его отпустить из дома голодным! И насильное кормление продолжается!

Если у ребенка плохой аппетит, недопустимо развлекать его во время еды, разрешать смотреть телевизор или обещать вознаграждение за то, что он все съест. Подобные поощрения нарушают пищеварительный процесс, а аппетит не улучшают вовсе. Есть истина, которую должна знать каждая мама: не так важно, сколько съест ребенок, намного важнее – сколько он сможет усвоить! Еда, съеденная без аппетита, вряд ли принесет пользу организму. Для улучшения аппетита ребенка надо не перекармливать, следует больше гулять и двигаться, спать в проветренном помещении, в общем, максимально придерживаться требований здорового образа жизни. Ребенок должен принимать пищу в спокойном состоянии, избегайте ссор и неприятных разговоров за столом — это тоже ухудшает процесс пищеварения и снижает аппетит. Не давайте малышу еды больше, чем он сможет съесть. Лучше потом положить чуточку добавки. И вообще: стоит ли так бояться голода? Лучше съесть с аппетитом кусок хлеба, тщательно его, пережевывая, чем под материнский крик – ранний завтрак, который вряд ли переварится. Если прием пищи становится мучением для матери и ребенка,

то у ребенка может возникнуть отвращение к еде. Еда должна быть для ребенка удовольствием. Не добивайтесь аппетита принуждением! Ведь это первый шаг к желудочно-кишечной патологии.

Почему важно не спешить во время еды? Переваривание пищи начинается во рту, где со слюной выделяется фермент амилаза, который уже в полости рта начинает расщеплять углеводы. Чем медленнее и спокойнее идет процесс обработки пищи во рту, тем лучше она будет переварена в желудке. Кроме того, слюна смачивает пищевой комок, и он легче проходит через пищевод. Таким образом, главное – научить ребенка жевать. Хуже всего, когда ребенок торопится и глотает куски. Эти куски плохо перевариваются, и организм почти ничего не усваивает. И тогда непереваренная пища проходит в двенадцатиперстную кишку, тонкую и толстую кишки – и травмирует их. Почему надо избегать перекармливания? Аппетит снижается и у перекормленных детей. Их бесконечно пичкают всякими вкусными яствами. Они не знают чувства голода, а следовательно, не знают положительных эмоций при его утолении. Оказывается, чувство голода, конечно, не хроническое и утоляемое, даже полезно.

Откажитесь от фаст-фуда! Безусловно, каждый врач скажет, что чипсы и гамбургеры вредны, а молочные продукты и овощи полезны. С другой стороны, детям достаточно трудно внушить мысль о пользе несоленой пищи, приготовленных на пару овощей. Почему так изменились пищевые стереотипы? Почему вместо обычной картошки дети предпочитают картофельные чипсы, вместо хлеба – сухарики из пакетика? Несомненно, огромную роль играет реклама, формируя и у ребенка, и у его родителей образ современного чада. Кроме того, срабатывает чувство стадности. Стремление ребенка быть "как все" в большинстве случаев подавляет голос разума. Родителям стоит помнить, что на формирование вкусовых пристрастий детей влияют в первую очередь гастрономические предпочтения членов семьи, атмосфера в доме и в обществе в целом. Если взрослые, ссылаясь на нехватку времени, питаются "на бегу", заменяя полноценные

приемы пищи перекусами, то трудно ожидать от ребенка иного поведения. Продукты так называемого «фаст-фуда», например чипсы, достаточно калорийны, за счет чего подавляют активность пищевого центра, и ребенок не хочет, есть основное блюдо. Именно в этом и заключается вредность так называемой мусорной еды. Следует разъяснять детям, почему полезны те или иные продукты, что они дают организму и какой вред может причинить систематическое употребление еды "фаст-фуд". Оказывается, наименьшее количество вредных веществ, включая азотистые соединения, а также радиоактивные элементы, содержится в крупах (зерна злаковых культур). Поэтому не забывайте о кашах! В них имеется много необходимого для роста, хорошо усвояемого растительного белка, углеводов, витаминов и микроэлементов. Для увеличения витаминов группы В можно в каши добавлять сырые отруби или дрожжи (по одной чайной ложке). Все дети нуждаются в свежих фруктах. Если они вам недоступны, используйте лесные и дикие ягоды – их человек еще не успел испортить удобрениями. Заготовьте на зиму побольше клюквы (она хорошо сохраняется на морозе), черники, калины. Сделайте заготовки из садовых ягод: черной смородины, малины, облепихи и т.п. Витаминов в них достаточно.

Принципы детского питания

В пищу дошкольнику годятся далеко не все блюда, которые едят не только его родители, но даже старшие братья и сестры. Меню маленького ребенка состоит из более легко усваиваемых продуктов, приготовленных с учетом нежной и пока незрелой пищеварительной системы. Также у маленьких детей другая потребность в энергетической ценности пищи. Для организации правильного питания дошкольников родителям следует руководствоваться следующими принципами: — адекватная энергетическая ценность, — сбалансированность пищевых факторов, — соблюдение режима питания. На столе должна быть разнообразная и вкусная пища, приготовленная с соблюдением санитарных норм.

Рацион ребенка от трех до семи лет обязательно содержит мясо, рыбу, молочные продукты, макароны, крупы, хлеб, а также овощи и фрукты. Не меньше трех четвертей рациона должна составлять теплая и горячая пища.

Можно и нельзя

Источником белка – строительного материала для быстро растущего организма – являются мясо, яйца, творог и рыба. Для питания дошкольников лучшим мясом считаются нежирная телятина, куры, индейка. Из рыбы предпочтительнее всего треска, судак, минтай, хек, навага и горбуша.

Деликатесы, копчености, икра и прочие «праздничные» блюда и давать лучше по праздникам – они раздражают слизистую желудка и кишечника, а большой ценности не представляют. Вопреки распространенному мнению, жареную пищу давать маленьким детям можно, хотя лучше отдать предпочтение вареным или тушеным блюдам. Котлеты и фрикадельки можно зажаривать, но не сильно – жир, на котором их жарят, способен вызывать изжогу. Куда лучше приготовить их на пару или в соусе. Что и сколько. Каждый день ребенок должен получать молоко и молочные продукты – кефир, ряженку, нежирный творог и йогурт. Их можно готовить на завтрак, полдник или ужин, использовать как в натуральном виде, так и в запеканках, бутербродах и десертах. Овощи, фрукты и соки из них также требуются дошкольнику ежедневно. Для полноценного питания дошкольнику необходимо 150–200 г картофеля и 200–250 г других овощей в день. В их числе – редис, салат, капуста, огурцы, помидоры и зелень. Фруктов и ягод нужно тоже немало – 200–300 г в свежем виде, плюс соки и нектары. Свежие овощи и фрукты – главный источник витаминов для ребенка. Вдобавок к мясу и овощам, детям нужны хлеб и макароны из твердых сортов пшеницы, а также жиры в виде сливочного и растительного масел.

Соблюдаем режим. Чтобы ребенок ел хорошо, еда должна доставлять ему удовольствие. Капуста и каша вызывают не меньшую радость, чем кусок пирога, если и то, и другое равно вкусно и красиво. Дети любят интересно

оформленные блюда из разнообразных продуктов. Кроме того, очень важно соблюдать пищевой режим. Если ребенок ест слишком редко, с большими интервалами, от голода его умственные и физические способности снижаются, а стремление наестся поплотнее, может стать дурной привычкой. Если же ребенок ест слишком часто, у него ухудшается аппетит, он не успевает проголодаться. Оптимальным режимом считаются четыре приема пищи в день: завтрак, обед, полдник и ужин. Калорийность блюд должна распределяться так: 25

процентов суточной нормы приходится на завтрак, 40 процентов – на обед, 15 процентов – на полдник и 20 процентов – на ужин. Ребенок, посещающий детский сад, чаще всего три из четырех раз ест там. Дома он получает только ужин. Родителям имеет смысл брать в саду копию меню на неделю, чтобы не готовить на ужин то, что в этот день ребенок уже ел. Также стоит учитывать, что не все продукты необходимо давать детям ежедневно. Так, в списке продуктов на каждый день находятся молоко, масло, хлеб, мясо и фрукты. А вот рыбу, яйца, сметану и твердый сыр достаточно получать раз в два-три дня.

Желания и безопасность Маленьким детям следует готовить пищу так, чтобы она была безопасна для них. Малыш может подавиться куском мяса, поэтому его лучше готовить, предварительно нарубив или размолов в фарш.

Овощи можно отварить и измельчить, приготовить из них запеканку, котлеты или оладьи. Из рыбы при готовке нужно тщательно выбрать все кости, чтобы малыш не подавился. А что делать, если ребенок не желает, есть какие-то продукты? Для начала попробуйте выяснить, почему он не хочет их есть. Перед тем, как предложить еду малышу, попробуйте ее сами. Возможно, она просто не кажется ему вкусной. Измените рецептуру, добавьте в продукт чего-нибудь еще, или, наоборот, добавьте его в какое-нибудь другое блюдо. Не заставляйте ребенка есть уговорами и тем более угрозами – этим можно добиться только полного отвращения.

Нельзя обойти вниманием и напитки. Ребенку можно предложить чай, компот, кисель, фруктовые и овощные соки и нектары, отвары ягод и молоко. Однако следует контролировать состав всех напитков – за исключением разве что чистой питьевой воды. Особенно тщательно надо следить за количеством сахара. Для дошкольника дневная норма составляет 50 г. В стандартной банке сладкого газированного напитка содержится примерно недельная норма сахара, поэтому такие напитки лучше и вовсе исключить или разрешать в небольших количествах и очень редко. В заключение можно сказать, что готовить ребенку отдельно – зачастую означает делать двойную работу. Так что соблюдение принципов рационального питания для малыша – хороший повод употреблять здоровую пищу и для взрослых. Сокращайте на столе долю острых, жареных и жирных блюд в пользу овощей, фруктов и полезных напитков.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

«Учимся одеваться с куклой Катей»

Технологическая карта занятия

Вид труда: самообслуживание

Возрастная группа: 2-3 года

Форма проведения: групповая

Цель: изучение алгоритма одевания в процессе занятия по самообслуживанию «Учимся одеваться с куклой Катей»

Задачи:

Образовательные:

- выучить алгоритм одевания, в процессе одевания кукол

Развивающие:

- развивать память и мышление в процессе запоминания алгоритма одевания

- развивать мелкую моторику рук, посредством застегивания пуговиц, замков

Воспитательные:

- воспитывать опрятность, аккуратность
- воспитывать бережное отношение к одежде, посредством беседы

Материал и оборудование: детская одежда, 2 куклы, одежда для кукол, алгоритм одевания.

Предполагаемый результат: дети знают алгоритм одевания, одевают куклу по алгоритму.

Этапы занятия	Деятельность воспитателя	Деятельность детей	Методы и приемы	Планируемый результат
Мотивация на совместную деятельность	<i>Воспитатель мотивирует детей на положительную совместную деятельность.</i> В: Ребята, к нам в гости пришла кукла Катя, она сильно плачет и не может остановиться, давайте спросим, что у нее случилось?	Внимательно слушают воспитателя, отвечают на вопросы	Сюрпризный момент, вопросы к детям	Дети настраиваются и заинтересованы в предстоящей деятельности

	Д.: Катя, что у тебя случилось? В: Все Катини друзья ушли гулять, а ее с собой не взяли, потому что она не умеет одеваться			
Актуализация знаний	<i>Воспитатель актуализирует знания детей.</i> В: ребята, а вы сами умеете одеваться? Д: (ответы детей) В: а сами ли вы обучаетесь? Д: (ответы детей) В: ребята, а кто вам помогает одеваться? Д: (ответы детей)	Дети отвечают на вопросы, взаимодействию с воспитателем.	Вопросы поискового характера	Дети отвечают на вопросы, вспоминая ранее изученное, актуализируют свои знания.
Игровая ситуация,	<i>Воспитатель создает</i>	Принимают активное	Художественное слово	Дети проявляют

побуждающа я интерес детей к новому знанию	<i>игровую ситуацию, побуждает интерес.</i> В: ребята, давайте отгадаем загадки. 1. Всегда шагаем мы вдвоем, похожие как братья, мы за обедом под столом, а ночью под кроватью Д: (ботинки) 2. Словно, майка, но с рукавами И девчонка и мальчонка Носят меня, ведь я... Д:(Футболка) 3. Вход один, два выхода. Нет уж проще	участие в игровой ситуации, отвечают на вопросы воспитателя	поощрения	интерес к деятельност и, актуализиру ют свои знания
--	--	--	------------------	--

	выбора. Ножки смело в них вдевай И иди смелей гуляй Д:(штаны) В: Ребята, мы с вами отгадали все загадки, все старались, молодцы! Давайте расскажем Кате, как правильно одеваться <i>Дети смотрят на карточки- схемы и подсказывают</i> В: Ребята, что сначала одеваем? Д:(колготки) В: правильно, ребята, после колготок мы надеваем футболку, а что			
--	--	--	--	--

	после футболки? Д:(штаны) В: правильно, ребята, а что дальше? Д:(кофту) В: да, а дальше? Д:(ботинки, шапка, куртка) В: верно, ребята. Молодцы!			
Актуализация знаний детей. Включение детей в целеполагание. Побуждение к деятельности, эмоциональный настрой	В: Ребята, давайте с вами расскажем Кате, как нужно одеваться Д:(ответы детей) В: нужно надевать все вещи аккуратно, в правильной последовательности, не	Слушают воспитателя, вспоминают правила	Напоминание, поощрение, вопросы к детям, дополнения	Дети самостоятельно высказывают свою точку зрения, у детей возникает желание принять участие в предстоящей деятельности.

	разбрасывать вещи, аккуратно их складывать. Почему важно соблюдать эти правила? Д:(ответы детей) В: Нам необходимо аккуратно относиться к вещам, чтобы они дольше служили нам В: Верно. А что изображено на картинке? Д:(ребенок одевает футболку) В: Верно. Что изображено на следующей картинке? Д:(ребенок одевает штаны)		Уточнение, поощрение	
--	--	--	-----------------------------	--

	и кофту) В: Верно. А здесь? Д:(ребенок одевает ботинки, шапку, куртку) В: верно. Ребята, скажите, сначала мы надеваем колготки, а после них? Д: (футболку) В: Верно. А после футболки? Д:(штаны и кофту) В: Верно. А что потом? Д:(ботинки, шапку и куртку) В: Верно. Ребята, молодцы, вы знаете весь			
--	---	--	--	--

	алгоритм одевания			
Самостоятел ьная деятельность детей	В: Ребята, посмотрите, на ваших столах лежат куклы и элементы одежды. Можете ли вы одеть куколку в правильной последовательности, как мы сейчас одевали Катю? (куклы 1 на подгруппу, одежда на каждую куклу Д:(ответы детей) В: Хорошо. Ребята, тогда садитесь за столы и одевайте своих куколок, а потом мы обязательно с вами вместе	Дети отвечают на вопросы, выполняют работу. Дети проговаривают последовательность действий. Слушают указания воспитателя.	Вопросы к детям, указания, помощь, поощрения.	Самостоятел ьная деятельность детей

	проверим, как вы их одели			
Подведение итогов, оценка, рефлексия	В: Ребята, что же мы с вами сегодня делали? Д:(ответы детей) В: Ребята, что нового вы сегодня узнали? Д:(ответы детей) В: Что расскажете дома? Д:(ответы детей) В: Было ли что-то трудным для вас? Д:(Ответы детей) В: Ребята, сегодня мы с вами узнали правильную	Анализируют свои действия, отвечают на вопросы, оценивают действия других (самоанализ, взаимоконтроль). Слушают воспитателя	Вопросы к детям, поощрения	Дети участвуют в подведении итогов. Дети правильно отвечают на вопросы

	последовательность одевания. Помогли кукле Кате и сами попробовали одеть куклу. У вас получилось очень хорошо, вы верно запомнили последовательность, теперь сможете самостоятельно одеваться в саду и дома. Сейчас мы пойдем на прогулку и вы сможете применить все свои полученные знания. Я вами очень горжусь!			
--	---	--	--	--

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

«МЫТЬЁ РУК В ГРУППЕ РАННЕГО ВОЗРАСТА»

«Научим кузнечика Кузю правильно мыть руки»

1. Цель : формировать у детей культурно - гигиенические навыки детей, приучать следить за своим внешним видом, воспитывать навыки опрятности.

2. Задачи:

- **Образовательная:** формировать умение правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место;
- **Развивающая:** развивать познавательную и трудовую активность, способность наблюдать и видеть, сравнивать, анализировать, делать простые умозаключения
- **Воспитательная:** воспитывать интерес к умыванию; желание все делать самостоятельно аккуратно и быстро.

3. Форма организации труда ребенка: совместный труд с взрослыми.

4. Основные методические приемы: положительный пример взрослого, показ действий и словесный объяснение, сюрпризный момент, стихотворение

5. Оборудование: игрушка кузнечик-Кузя, полотенце для Кузи, мыло, на каждого ребенка по полотенцу и по одному куску мыла, грязное полотенце, дидактические игры «С добрым утром, кукла Тася», пед.образец - изображение микробов

6. Индивидуальная работа: с 3-мя детьми: Лера, Настя, Аня; помогать ребенку промыть руки под водой после мыла.

7. Предварительная работа: чтение стихотворение «Я под краном руки мыла», рассматривание иллюстраций к произведению.

8. Словарная работа: мыльные перчатки

9. Планируемый результат: Дети правильно пользуются мылом, аккуратно моют руки, лицо; пользуясь индивидуальными предметами насухо вытираются после умывания. Вешают полотенце на место.

Ход работы:

<u>Этапы:</u>	<u>Деятельность воспитателя:</u>	<u>Деятельность детей:</u>	<u>Методы, приемы:</u>	<u>Планируемый результат:</u>
1. Вводный этап:	<i>(Дети занимаются свободной деятельностью. Неожиданно в группу вбегает Кузя перепачканный и грязный, в верхней одежде, обуви).</i> Кузя: Ой, куда я попал? Как тут	Ответы	Сюрпризный момент Беседа	Мотивация на совместную деятельность через сюрпризный момент.

	здорово! Воспитатель: Ребята, посмотрите, у нас гость. А это кто, ребята к нам пришел? Правильно дети - это Кузнечик-Кузя. Пойдемте, поприветствуем его. -Здравствуй, Кузя! Кузя: Привет, ребята. Как у вас интересно! А сколько игрушек! Ребята, я хочу с вами играть, можно? Воспитатель: Мы с ребятами, конечно, рады тебя видеть, но приходить в гости и играть в таком виде, как у тебя, некультурно. Пожалуйста, раздевайся и переобувайся.	детей (Кузя) Дети вместе с воспитателем здороваются с Кузей. Дети внимательно смотрят и слушают.		
--	--	--	--	--

	Кузя: <i>(Снимает верхнюю одежду и обувь. Озадаченно)</i> А какой у меня вид? Самый замечательный. Воспитатель: Ребята, вы согласны с Кузей? Посмотрите, какой он? Воспитатель: А покажи нам свои руки, Кузя! Кузя: Вот они - грязненькие, хорошие! Воспитатель: Ребята! Посмотрите, какие у Кузи грязные руки. Воспитатель: Ребята, а вам нравится такой Кузя? Воспитатель: Кузя, а ты мыл сегодня руки? Кузя: Я нет, а разве это нужно? (вытирая	Ответы детей (Грязный, неумытый) Ответы детей (Нет!) Ответы детей (руки мыть нужно) Дети внимательно	Стихотворение Беседа Пальчиковая гимнастика	
--	---	---	--	--

	руки полотенцем) Воспитатель: посмотри, какое у тебя грязное полотенце стало. Я думаю руки мыть не нужно, а просто необходимо и не раз в день. А вы ребята как думаете? Правильно ребята, руки мыть с мылом необходимо перед каждым приемом пищи, после прогулки, а так же после похода в туалет. Воспитатель рассказывает стихотворение <i>«Кто не моет руки с мылом?</i> <i>От середины и до</i> <i>середины:</i> <i>На мочалке</i> <i>полотенце</i> <i>Отпечатаны следы.»</i> Воспитатель: Кузя, а давай мы вместе с ребятами тебя	слушают стихотворение. Ответы детей (Вода, мыло, полотенце) Ответы детей (жесты кулирую, показывают на умывальную комнату) Ответы детей (зарядка для пальчиков, ручек) Дети внимательно слушают, смотрят и выполняют движения, в соответствии		
--	---	---	--	--

	научим правильно мыть руки с мылом! Кузя: конечно, хочу, я буду очень стараться! Воспитатель: Ребята , а, давайте расскажем Кузе, что нам нужно, чтобы вымыть руки? А где это у нас в группе находится? Воспитатель: Дети, а что мы с вами делаем, чтобы ручки у нас не уставали? Воспитатель: Прави льно, это зарядка для наших пальчиков, а мы Кузе покажем её? Пальчиковая гимнастика «Части тела». <i>У меня есть голова, Грудь, живот, а там</i>	со словами.		
--	---	-------------	--	--

	– спина. <i>Ножки - чтобы поскакать, Ручки - чтобы поиграть!</i>			
2. Основной этап:	Воспитатель: Ребята пойдем те умываться и Кузя тоже проходи с нами. Воспитатель: (читает стих) <i>Знаем, знаем. Да, да, да,</i> <i>Где тут прячется вода.</i> <i>Выходи водица</i> <i>Мы пришли умыться!</i> <i>Лейся на ладошку по-нем-нож-ку,</i> <i>Будем умываться веселей!</i> Воспитатель: Ребята давай те с вами рукава закатим,	Дети внимательно слушают стихотворение.	Беседа Беседа Стихотвор	Достижение игровой задачи.

	теперь откроем кран, и будем умываться. Кто мне поможет? Вижу, Лера хочет прийти на помощь. Воспитатель: Лера, а что мы моем сначала? (руки) Лера, как мы это будем делать, покажешь нам? Лера: Намочим немного, возьмем мыло и оденем на руки мыльные перчатки.(Педагог комментирует действия) Воспитатель: (<i>читает стих,</i>) <i>Мыло душистое, белое. Мыльное.</i> <i>Мыло глядит на грязнулю с ухмылкою.</i> <i>Ты бы грязнуля</i>	ю (Лера) Дети слушают внимательно стихотворе- ние. Ответы детей (Нет! Еще надо лицо умыть, оно грязное.) Показывает как нужно мыть	ение Дети участвуют в совместно й деятельнос- ти с воспитате- лем по обучению Кузи правильно й последова- тельности умывания. Стихотвор- ение	
--	--	--	--	--

	<i>вспомнил про мыло,</i> <i>Мыло тебя наконец</i> <i>бы отмыло!</i> Воспитатель: Ребята, Кузя смыл мыло с рук. Он теперь в порядке, как вы считаете? Воспитатель: Аня, хочешь показать Кузе, как мыть лицо? Аня: Надо ладошки сложить лодочкой, наполнить и помыть лицо.(Педагог комментирует действия ребенка) Воспитатель: Правильно. Дети, а давайте вспомним стихотворение и расскажем Кузе, которое мы знаем про «Водичку»? Воспитатель: <i>«Водичка, водичка,</i>	Дети вместе с воспитателем рассказывают стихотворение. Ответы детей: Кран будем закрывать. Ответы детей: Вытереться полотенцем.	Беседа Дети участвуют в совместной деятельности с воспитателем по обучению Кузи правильно последовательности умывания.	
--	---	--	--	--

	<i>умой мое личико.</i> <i>Чтобы глазки</i> <i>блестели,</i> <i>Чтобы щечки</i> <i>краснели,</i> <i>Чтоб смеялся роток,</i> <i>Чтоб кусался зубок!»</i> Воспитатель: Что же дальше будем делать? Воспитатель: Тепер ь мы чистые. Что нужно дальше делать? Воспитатель: У каждого ребенка оно личное, на своем месте. А вот и для тебя, Кузя, есть, у нас есть запасное. Воспитатель: Посмо три, Кузя, как Настя умеет пользоваться полотенцем. Воспитатель: Снача ла мы			
--	---	--	--	--

	вытираем лицо, а затем руки. Теперь вешаем аккуратно полотенце на вешалку.			
3. Заключительный этап:	Воспитатель: Ребята давайте посмотримся в зеркало, какими мы стали чистыми и красивыми. А Кузя теперь стал таким же ребята? Воспитатель: Кузя, тебе нравится таким быть? Будешь умываться? Кузя: Я теперь всегда буду таким, как сейчас. Воспитатель: А вы ребята, как думаете, каким лучше быть: каким Кузя пришел к нам в гости, или каким стал сейчас, как вы считаете?	Дети, Кузя смотрятся в зеркало. Ответы детей (Да, он стал чистым и красивым) Ответы детей (каким он стал у нас сейчас)	Беседа	Рефлексия

	Кузя: У вас, ребята, очень интересно! Можно мне остаться и поиграть с вами? Воспитатель: Хорошо, пойдете в группу, располагайтесь на ковре. Кузя: Да, ребята, удивили меня! Вы уже такие самостоятельные, умелые.			
--	--	--	--	--

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ПО САМООБСЛУЖИВАНИЮ ПРИЁМ ПИЩИ

Группа: 2-3 года

Тема занятия: «Тётушка Кастрюля в гостях»

Цель: Продолжать воспитывать культуру поведения во время еды:
правильно пользоваться столовыми приборами (столовой ложкой и вилкой);
пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать во время еды.

Задачи:

1. Воспитывать уважительное, бережное отношение к труду взрослых, воспитывать уважение к людям знакомых профессий;
2. Развитие трудовых навыков, их совершенствование и постепенное увеличение содержания трудовой деятельности;
3. Продолжать учить пользоваться столовыми приборами.

Образовательные области: социально - коммуникативная, художественно - эстетическая, познавательное развитие, социально-коммуникативное.

Оснащение занятия:

Материалы для продуктивной деятельности детей: кастрюля;

Зрительный ряд: иллюстрация повара, кастрюли;

Музыкальный ряд: Моцарт «Соната до мажора»

Литературный ряд: потешка «нужно мыться непременно»

Предварительная работа: беседа по теме: «правила поведения за столом», «полезные овощи и фрукты».

Этапы занятия	Деятельность воспитателя	Деятельность детей	Организация детей	Методы и приёмы
Организационный	- Дети, к нам сегодня пришли гости, давайте с ними поздороваемся! Пока мы с вами гуляли, к нам в группу пришла Тетушка Кастрюля. Она важная и вменяемая. Целыми днями Тетушка Кастрюля готовит еду для всего детского сада вместе с поварами. Профессия повара, очень сложная, ведь каждый день нашим поварам приходится кормить всех деток, воспитателей-всех сотрудников детского сада. Наши повара кормят нас очень вкусно и сытно! И есть такая старинная русская пословица: «Добрый повар стоит доктора». -От питания во многом зависит здоровье человека. Питание всухомятку, на бегу, не вовремя может привести к болезням желудка, так же, как и питание однообразное, в котором не хватает витаминов и других полезных веществ. -Поэтому, наши повара	Здороваются с гостем <i>-Здравствуйте!</i> Внимательно слушают воспитателя и рассматривают гостью (Тётушку Кастрюлю) <i>- Да, покажем!</i> <i>-Помыть руки!</i>	Организуются в группой комнате стоя вокруг воспитателя в групповой комнате, стоя	Игровой (создание особой обстановки) Словесный (Игровой (воображаемая ситуация)) Словесный (рассказ) Словесный (беседа)

	заботятся о нашем здоровья, а Тётушка Кастрюля им в этом всегда помогает. И сегодня ей стало интересно, как дети обедают в группе и знают ли правила поведения за столом. - Покажем ей чему мы с вами научились? Но прежде всего после прогулки и перед едой мы должны с вами, что сделать? Организация гигиенических процедур после прогулки проводится постепенно, небольшими группами детей. Перед тем как пойдем мыть руки давайте вспомним, какие правила мы должны соблюдать: • правила поведения в умывальной комнате (не толкаться, мыть руки по очереди, подходить к раковине друг за другом) • последовательность действий при мытье рук (закатывание рукавов при необходимости, правильное намыливание, смывание пены, отжимание рук); • вытирание лица, рук и последовательность	Отвечают на вопросы воспитателям: - с мылом - чтобы, на руках не было микробов Слушают воспитателя	друг за другом возле умывальников. Организуются в умывальной комнате, стоя друг за другом возле умывальников	Словесный (напоминание) Словесный (вопросы детям) Словесный (чтение художественной литературы)
--	--	--	--	---

	действий; • правильное пользование полотенцем. - Молодцы! Первыми у нас идут девочки. (с помощником воспитателя). Беседа с мальчиками: • С чем мы моем руки? • Почему надо мыть руки с мылом? Правильно: <i>Нужно мыться непременно Утром, вечером и днем, Перед каждою едой, После сна и перед сном.</i> Мальчики идут мыть руки.			
Основной	Тетюшка Кастрюля предлагает поиграть в игру «Как вести себя за столом». - Я буду называть правила поведения за столом, а вы будите хлопать в ладоши, если так можно себя вести за столом, а если нет, то сжимаем кулачки. Игра «Как вести себя за столом» -Кушать с закрытым ротиком -Ковырять в зубах пальцами -Вытирать рот рукавами -Пить быстро -Хорошо пережевывать пищу -Не говорить за столом -Благодарить за вкусную	Внимательно слушают правила игры Выполняют игровые действия в соответствии с правилами игры.	Организуются в групповой комнате, стоя полукругом вокруг воспитателя.	Игровой (воображаемая ситуация) Практический (выполнение игровых действий)

	пищу - Я думаю, Тетушка кастрюля очень довольна нашими знаниями. - А знаете, что Тетушка Кастрюля приготовила сегодня на обед? Например: На первое –рассольник. Он очень вкусный и полезный, изготовленный из овощей. <i>Съешь его и подрастешь.</i> <i>Будешь ты во всем хорош!</i> На второе –голубец ленивый –такой румяный и красивый. <i>Чтоб был совсем ребенок рад, в меню у нас еще салат.</i> <i>Салат из овощей, в которых много витаминов.</i> <i>От простуды и ангины помогают витамины.</i> В стаканы вкусный сок разлит. У всех прекрасный аппетит! Пока мы беседовали и играли, Алена Петровна (младший воспитатель) накрыла на столы и пригласила нас к столу. -Давайте. Поблагодарим Алину Петровну, за то, что она накрыла нам на стол. А Тетушка Кастрюля посмотрит, как вы спокойно	<i>-Нет!</i> Внимательно слушают воспитателя. Благодарят младшего воспитателя Благодарят воспитателя: <i>-Спасибо!</i> Внимательно слушают воспитателя.	Сидят полукругом перед воспитателем Садятся за столы Сидят за столами	Словесный (разъяснение, чтение художественной литературы) Игровой (создание особой обстановки) Словесный
--	--	---	--	---

	садитесь за столы. Первыми проходят девочки, затем мальчики. - Я вам желаю приятного аппетита! А Тетушка Кастрюля останется и посмотрит, как вы будете кушать. Садятся за столы. Сначала девочки, затем мальчики - А для тех, кто съест весь обед и будет правильно себя вести за столом, Тетушка Кастрюля приготовила флажки на лучший стол. Напоминаю о правильном использовании столовыми приборами: «Дети, не забываем, что ложку мы держим в правой руке, а хлеб в левой. За столом сидим прямо, спина прямая, ноги стоят тоже прямо, вилка у нас всегда «смотрит» вниз.» Во время приема пищи провожу индивидуальную работу с детьми: хвалю детей за аккуратность, неторопливость.			й (разъяснение)
Заключительный	Ребята, наша гостья, Тетушка Кастрюля сказала, что ей понравилось, как вы обедали и вели себя за столом. И сейчас она поставит флажки	Дети принимают гигиенические процедуры. Прощаются с гостьей.	Встают из-за столов	Словесный (беседа, педагогическая)

	на лучшие столы. (ставит флажки и хвалит детей). Тетушка Кастрюля спешит в другую группу, давайте скажем ей до свидания.			оценка) Сюрприз ный момент.
--	---	--	--	--

ИГРЫ НА ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКА САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ОДЕВАНИЯ

"Уложим куклу спать"

Цель: познакомить с предметами одежды, ее деталями, рисунком, цветом.

Оборудование: кукла с комплектом кукольной одежды, кукольная кроватка.

Ход. Взрослый предлагает ребенку уложить куклу спать. Ребенок раздевает куклу а взрослый комментирует его действия: «Сначала надо снять платье и повесить его на спинку стула. Чтобы снять платье, надо расстегнуть пуговицы» и т. д. По ходу игры взрослый должен активизировать речь ребенка, задавая наводящие вопросы: «Что надо расстегнуть на платье?» Если малыш затрудняется ответить, взрослый отвечает сам.

«Кукла проснулась»

Цель: уточнить названия кукольной одежды, ее деталей, рисунка, цвета.

Оборудование: кукла на кроватке, комплект кукольной одежды.

Ход. Взрослый демонстрирует ребенку куклу, которая спит на кроватке. Затем он объясняет, что кукла проснулась, и ее нужно одеть. Ребенок одевает куклу, а взрослый сопровождает его действия речью: «Оденем кукле маечку, чистую белую маечку». Для активизации речи детей взрослый задает ребенку вопросы: «Что ты надеваешь кукле? Какого цвета маечка?»

"Нарядим куклу"

Цель: активизировать словарь по теме.

Оборудование: картонная кукла, набор бумажной одежды.

Ход: Взрослый предлагаем ребенку одеть куклу для разных ситуаций (кататься на лыжах, на праздник, на пляж и т. д.). Ребенок одевает ее, например, на прогулку. Взрослый описывает одежду куклы; «Наденем кукле синее пальто. У пальто есть воротник, рукава, карманы. Застегивается оно на

пуговицы». Активизируя речь ребенка, взрослый спрашивает: «Где у пальто рукава? Покажи. Что ты показал?»

"Один - много"

Цель: научить образовывать множественное число имен существительных.

Оборудование: мяч.

Ход. Взрослый называет одежду в единственном числе и бросает мяч ребенку. Ребенок называет его во множественном числе и возвращает мяч взрослому(майка – майки, платье – платья, кофта кофты, рубашка – рубашки, куртка - куртки и т. д)

«Кто во что одет?»

Цель: сравнить одежду мальчика и девочки, активизировать словарь по теме.

Оборудование: картинки с изображением мальчика и девочки.

Ход: Взрослый сравнивает одежду детей: «У Насти - платье, и у Саши рубашка и брюки. У Папиного платья рукава короткие, а у Сашиной рубашки - длинные» и т.д. Ребенка взрослый активизирует вопросами: «Какая одежда у Насти? А у Саши? Какого цвета Настино платье?»

«Про кого я говорю»

Цель: развивать наблюдательность, умение ориентироваться на основные признаки описываемого объекта.

Взрослый описывает сидящего перед ним ребенка, называя детали его одежды и внешнего вида, например: «Это девочка, на ней юбка и кофточка, волосы у нее светлые, бант красный. Она любит играть с куклой Таней».

«Чего не хватает?»

Цель: развитие у ребенка целостного восприятия предмета.

Оборудование: картинки с изображением брюк без одной брючины, платья без рукава, рубашки без пуговиц.

Ход. Ребенок всматривается в нарисованную одежду и находит ту часть, которой не хватает.

Игра «Большая и маленькая»

Цель: закреплять знание предметов одежды, развивать зрительное внимание; учить употреблять в речи имена существительные с уменьшительно-ласкательными суффиксами; развивать фонематический слух.

Описание игры. Покажите детям картинку «Девочка и кукла». (Девочка большая, а кукла маленькая, у них одинаковые предметы одежды: шапка, шуба, шарф, штаны, варежки, сапоги.) Скажите, что это девочка, а рядом ее кукла. Одежда у них одинаковая, только у девочки большая, а у куклы маленькая. Попросите детей рассказать об этой одежде следующим образом: «У девочки большая шуба, а у куклы маленькая шубка. У девочки большая шапка, а у куклы маленькая ... (шапочка). У девочки большой шарф, а у куклы маленький ... (шарфик). У девочки большие штаны, а у куклы маленькие ... (штанишки). У девочки большие варежки, а у куклы маленькие ... (варежечки). У девочки большие сапоги, а у куклы маленькие ... (сапожки)».

Можно продолжить разговор и о той одежде, которой нет на рисунке: «Под шубой у девочки большая кофта, а у куклы маленькая ... (кофточка). У девочки большая юбка, а у куклы маленькая ... (юбочка)». В завершение игры

попросите детей показать на картинке шубку. А затем уточните: «Видна ли на рисунке юбка?»

Игра «Когда это носят?»

Цель: развивать зрительное внимание и мышление.

Описание игры. Покажите детям картинки с разными предметами одежды и обуви (босоножки, валенки, кепка, меховая шапка, шуба, сарафан). Спросите: «В какое время года это носят — зимой или летом?»

ИГРЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКА МЫТЬЯ РУК

Чистоплотные дети

Задачи игры. Проверить знания детей о предметах гигиены и их назначении.

Ход игры. Воспитательница говорит детям, что хочет убедиться в том, что они чистоплотные и аккуратные: пусть они скажут, что нужно для того,

чтобы волосы, руки и лицо были чистыми (*чем больше они смогут об этом рассказать, тем лучше*).

Затем воспитательница говорит: "Руки". Дети, которых она вызывает, отвечают: "Мыло, щетка, полотенце". Подобным же образом дети реагируют на слова "волосы" (*гребень, щетка, ножницы, шампунь, мыло*), "купание" (*ванна, полотенце, душ, умывальник, губка, мыло и пр.*).

Вариант. Воспитательница задает вопрос: "Что нам нужно, когда мы утром встаем? " Дети знают, что должны назвать предметы гигиены, которые используются утром (щетка для рук, паста, мыло, платок).

Что нужно кукле!

Задачи игры. Упражнять культурно-гигиенические навыки.

Пособия Картинки с изображением предметов, используемых при умывании, оде, одевании, мыло, зубная щетка, полотенце, зубная паста, гребень, .

Ход игры. Воспитательница знакомит детей с картинками, спрашивает их, для чего нужен каждый предмет, затем перемешивает картинки и раздает их, берет куклу и говорит детям: "Наша куколка встала и хотела бы умыться, но чем? "

Дети приносят картинки, на которых нарисованы предметы, нужные кукле для умывания. Игра продолжается. Воспитательница направляет игру так, чтобы чередовались все виды деятельности. Например она говорит: "Наша кукла умылась и хотела бы причесаться, но чем? Наш; кукла умылась, но еще не завтракала. Что мы ей дадим есть? Наша кукла собралась на прогулку, что она наденет? "

Что ты можешь о них сказать?

Задача игры. Познакомиться с предметами гигиены и их использованием.

Пособия. Гребень, мыло, полотенце, умывальник, ножнички, вода в кружке, резиновые куколочки.

Ход игры. Предметы гигиены лежат возле воспитательницы на столике и на стуле.

Воспитательница называет по имени одного ребенка: "Петя, скажи, что ты видишь здесь? " Ребенок называет отдельные предметы и показывает их. Если он что-либо пропустил, другие дети его дополняют до тех пор, пока все предметы не будут названы.

Далее воспитательница задает другому вызванному ребенку следующий вопрос: "Яна, есть у вас дома мыло? "

Когда ребенок ответит утвердительно, воспитательница просит: Принеси мыло. Посмотри на него внимательно и понюхай его. Что мы с ним делаем? Для чего нам мыло? "

Если ребенок не рассказал о мыле чего-либо важного, воспитательница может вызвать следующего ребенка. *(Когда мыло уже не нужно, она откладывает его в сторону.)*

Воспитательница может задать и наводящие вопросы: "Для чего мама купила мыло? " *(Она хочет стирать.)* "Что сделает мама, когда полотенце станет грязным? " *(Выстирает его.)* "Для чего маме гребень? Какие гребни у вас дома? ".

В заключение дети умывают и купают кукол, вытирают их и т.д.

"Водичка, водичка!"

Цель: воспитывать стремление к самостоятельности при выполнении навыков самообслуживания.

Оборудование: две куклы.

Ход игры: взрослый показывает детям двух кукол и говорит, что куклы хотят обедать, но у них грязные руки и лицо. Взрослый спрашивает: "Что надо сделать? — Надо вымыть куклам руки! Попросим водичку: Водичка, водичка, умой мое личико, чтобы глазоньки блестели, чтобы щечки краснели, чтоб кусался зубок, чтоб смеялся роток!" Показывает и рассказывает детям, как надо мыть куклам руки и лицо перед обедом. Далее

предлагает детям вымыть свои руки и лицо, при этом взрослый повторяет потешку "Водичка, водичка!"

"Чистые ручки"

Цель: учить ребенка мыть руки.

Оборудование: заяц резиновый.

Ход занятия: взрослый обращается к ребенку: "Мы пришли с прогулки, нам нужно вымыть ручки. Зайчик будет смотреть, как мы моем ручки". Взрослый ставит игрушку на край умывальника и показывает ребенку движения руками под струей воды. В конце процедуры взрослый от имени зайчика хвалит ребенка.

"Сделаем лодочки"

Цель: учить ребенка последовательно выполнять действия при мытье рук, подражать действиям взрослого.

Ход занятия: взрослый обращает внимание ребенка на то, что при мытье рук надо соблюдать последовательность действий:

засучить рукава взрослый произносит потешку:

"Кто рукавчик не засучит, тот водички не получит!";

открыть кран;

сложить ладони рук "лодочкой";

намылить *«как рукавички»*

подставить руки под струю воды;

закрыть кран;

стряхнуть воду или отжать *«замочком»*

вытереть руки полотенцем.

Затем ребенку предлагают выполнить действия, подражая взрослому, который обращает внимание ребенка на положение рук.

"Мыльные перчатки"

Цель: учить ребенка намыливать руки с внешней и внутренней стороны.

Оборудование: детское мыло, полотенце.

Ход занятия: взрослый подводит ребенка к умывальнику, стоит за его спиной, берет в руки мыло и показывает круговые движения рук при намыливании. Затем передает ребенку кусок мыла и просит его повторить движения намыливания.

Движения нужно делать до тех пор, пока не образуется белая пена. Обращает внимание ребенка на белые ручки, взрослый говорит: "Вот, какие у нас перчатки — белые!" Далее взрослый помогает ребенку смыть пену под струей воды, при этом произносит одну из потешек:

Например:

Ладушки, ладушки, с мылом моем лапушки, Чистые ладошки, вот вам хлеб, да ложки! В кране булькает вода. Очень даже здорово! Моет рученьки сама Машенька Егорова (*взрослый называет имя ребенка*).

Знаем, знаем да, да, да! Где тут прячется вода!

В конце игры взрослый хвалит ребенка, обращает внимание на его чистые руки. В случае необходимости используются совместные действия взрослого и ребенка.

"Умывалочка"

Цель: учить ребенка умываться.

Оборудование: зеркало, полотенце.

Ход занятия: взрослый приводит ребенка (*после сна*) в ванную комнату, просит посмотреть на себя в зеркало, обращает его внимание на глазки, ротик, щечки и т.д. Предлагает ребенку умываться вместе с ним, при этом показывает, как это нужно сделать. Взрослый произносит потешку:

Выходи, водица, мы пришли умыться! Лейся на ладошку, по-нем-нож-ку... Нет, не понемножку — посмелей, Будем умываться веселей!

В конце умывания взрослый учит малыша вытирать лицо насухо полотенцем, просит посмотреть на себя в зеркало, говорит: "Аи, какой чистый ребенок, посмотри на себя в зеркало!"

ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ

«Моем руки»: ритмично потирать ладошки, имитируя мытье рук.

Ах, вода, вода, вода!

Будем чистыми всегда!

«Стираем водичку с рук»; пальцы сжаты в кулачок, затем с силой выпрямить пальчики, как бы стряхивая водичку.

Брызги – вправо, брызги – влево!

Мокрым стало наше тело!

«Вытираем руки»: энергичные движения имитируют поочередное вытирание каждой руки полотенцем.

Полотенчиком пушистым

Вытираем ручки очень быстро.

«Зайка серый умывается»

Зайка серый умывается, видно в гости собирается.
вымыл ротик, вымыл носик, вымыл глазки, вымыл лобик, вымыл ручки,
вымыл ножки, вымыл ухо, вытер сухо.

ИГРЫ НА ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКА ПРИЁМА ПИЩИ

«Столик, накройся!».

Цель: Закрепить навыки сервировки детского стола.

Ход игры: участники вытягивают листочки с изображением блюд на разные этапы питания (завтрак, обед, полдник, ужин) и при помощи плоскостных фигур накрывают столы.

«Накроем стол для кукол».

Цель. Учить детей сервировать стол, называть предметы, необходимые для справки. Знакомить с правилами этикета (встреча гостей, прием подарков, приглашение к столу, поведение за столом). Воспитывать гуманные чувства и дружеские взаимоотношения.

Ход игры:

Воспитатель входит в группу с нарядной куклой. Дети рассматривают ее, называют предметы одежды. Педагог говорит, что сегодня у куклы день рождения, к ней придут гости – ее подружки. Нужно помочь кукле накрыть праздничный стол (используется кукольная мебель и посуда).

Воспитатель проигрывает с детьми этапы деятельности (помыть руки, постелить скатерть, поставить в центр стола вазочку с цветами, салфетницу и хлебницу, приготовить чашки с блюдами к чаю или тарелки, а рядом разложить столовые приборы—ложки, вилки, ножи). Затем обыгрывается эпизод встречи гостей, кукол рассаживают на места.

Детям старшего дошкольного возраста с целью закрепления навыков дежурства можно показать предметные картинки с изображением перечисленных выше предметов и предложить раскладывать их по порядку, определяя последовательность сервировки стола.

«Научим Чебурашку накрывать на стол»

Цель: Учить детей правильно сервировать стол, узнавать и называть предметы сервировки.

«Напоим Катю чаем»

Цель: Продолжать знакомить детей с предметами сервировки, правильно сидеть за столом.

«Маша обедает»

Цель: Закрепить у детей знания о предметах сервировки.

«Будем кашу варить, будем Сашу кормить»

Цель: Обучать детей правильно пользоваться ложкой.

«Кормление кукол»

Цель: Развивать устойчивое внимание, умение манипулировать предметами (ложкой, чашкой, тарелкой)

Игры с предметными картинками «Дети обедают»

Цель: Закрепить знания детей о поведении за столом, знания о столовой посуде.

«Покормим зверей салатом»

Цель:

- закреплять навык правильной еды - держать правильно ложку (тремя пальцами - указательным, средним, большим);
- нарезать пластилиновые овощи пластмассовым ножом;
- перемешивать большой ложкой салат в миске; кормить кукол салатом.

Словарь: огурец, помидор, лук; салатница, ложка; держу, отрезаю, перемешиваю, кормлю.

Оснащение: игрушечные звери; пластилиновые овощи, пластмассовый нож, вилка.

Ход игры: принесите красиво украшенную коробку и предложите ребенку посмотреть, что в ней (игрушечные звери). Скажите: «Звери пришли к тебе в гости из леса.

В лесу сейчас холодно и голодно. Надо бы их чем-нибудь угостить».

Предложите ребенку сделать овощной салат и угостить зверей.

Рифмовка: Я сегодня не скучаю,

Всех салатом угощаю.

Звери на пенке сидят

И салатик мой едят.

Ребенок должен приготовить "салат":

- нарезать пластилиновые овощи;
- сложить их в салатницу;
- круговыми движениями большой ложкой перемешать салат в салатнице;
- положить салат большой ложкой каждому гостю на тарелочку;
- угостить зверей салатом.

«Чай для кукол»

Цель:

- закреплять навыки пользования чашкой - держать чашку за ручку;
- обогащать игровые действия - научить кукол пить чай из чашки;
- закреплять знание «чайной церемонии»: вскипятить воду, заварить чай, налить в чашку кипятка и заварку.

Словарь: чай, кипяток, заварка, чашка, чайник; наливаю, завариваю, угощаю; горячий, крепкий, вкусный.

Оснащение: игрушечный чайный сервиз, кукла.

Ход игры: расставьте перед ребенком чайный сервиз.

Рассмотрите вместе предметы посуды. Попросите ребенка назвать каждый предмет.

Покажите куклу, скажите, что кукла пришла к ребенку в гости, а гостей принято угощать.

Рифмовка: Таню в гости приглашаю,

Чаем с плюшкой угощаю.

Пей, Танюша, чай!

Пей и не скучай!

Предложите ребенку приготовить чай (положите перед ним мнемокарту с рисунками, изображающими последовательность действий при приготовлении чая). Когда чай будет готов, предложите ребенку напоить кукол и взрослых, играющих с ним.

• **«Мы готовимся к обеду»**

Цель:

- знакомство с названиями предметов столовой посуды, приборов, их формой, цветом;
- учить правильно и красиво накрывать на стол;
- учить кукол культуре поведения за столом.

Д/и «Научим куклу мыть посуду»

- Цель: -воспитывать навыки пользоваться посудой, содержать ее в чистоте;
- приучать использовать посуду по назначению, бережно к ней относиться;
 - называть предметы посуды во время кормления куклы;
 - называть действия (вытирать, ставить).

Дидактическая игра "Что чем едят"

Карточки с изображением различных продуктов и блюд,

- дети должны правильно подобрать карточку - что едят руками

Что едят ложкой

Что едят вилкой

Что едят вилкой и ножом

Спасибо всем, чьи фотографии я использовала для создания данной игры!

Правила поведения за столом

Аккуратно кушай хлеб -

Это кухня, а не хлев.
Не вертись юлой на стуле,
Головой не лезь в кастрюлю.
Будешь печь ты пироги -
Нос, смотри, не обожги.
Супчик кушай аккуратно, Не выплевывай обратно.
Хлебных крошек не кроши, Таракашек не ищи.
Пей чаек, не проливая. Что за лужица большая?
Что за грохот? Что упало? Маша за столом мечтала.
Не корми котлетой кошку, А сама поешь немножко.
Вытирай салфеткой рот И, не капай на живот.
Ложкой ешь кисель и кашу, Суп, пюре и простоквашу.
Вилкой можно брать картошку, Мясо, рис (не надо ложкой).
Ручкой можно брать пирог, Глазированный сырок. И скажи спасибо всем, У
кого ты пищу ел.





АЛГОРИТМ ОДЕВАНИЯ ВЕСНОЙ



колготки



футболка



брюки



кофта



сапоги



шапка



куртка



перчатки



АЛГОРИТМ ОДЕВАНИЯ ЗИМОЙ



**КОЛГОТКИ
И НОСКИ**



футболка



брюки



свитер



сапоги



шапка



куртка



шарф



варежки





КАК ПРАВИЛЬНО ОДЕВАТЬСЯ



1 Продумай, какие вещи нужно надеть, что будешь надевать сначала, а что потом.



2 Надень колготки, затем носочки.



3 Надень футболку или водолазку.



4 Надень тёплые штаны.



5 На футболку надень кофточку или свитер.



6 Обуй ботики или сапожки.



7 Надень шапку или платок, а потом куртку или пальто.



8 Завяжи шарф, в последнюю очередь надень варежки.

На прогулку по порядку одеваются ребятки!



АЛГОРИТМЫ МЫТЬЯ РУК









АЛГОРИТМЫ ПРИЁМА ПИЩИ



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ



1 Нож держи
в правой руке,
а вилку в левой.



2 Не читай
за столом.



3 Не тянись
за едой.



4 Откусывай
небольшими
кусочками.



5 Не разговаривай
с набитым
ртом.

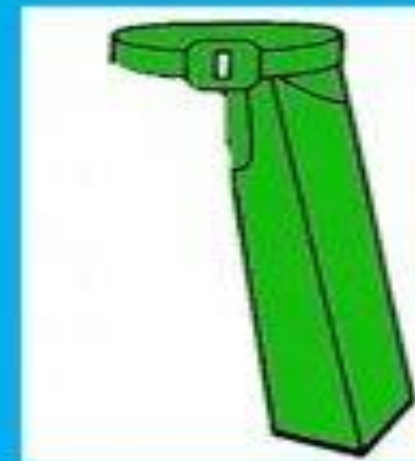


6 Не забудь сказать
СПАСИБО!



КАРТОЧКИ ДЛЯ ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР

Найди чего не хватает







СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральная образовательная программа дошкольного образования от 30 сентября 2022 г. № 874 (зарегистрирован Министерство юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809).
- 3 Бархатова Л. Воспитание культуры поведения.// Дошкольное воспитание, 1989. - №11 - 17-21с
- 4 Белостоцкая Е.М., Виноградова Т. Ф. и др. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 9. - М.: Просвещение, 2011. - 273с
5. Богина Т.Л., Терехова Н.Т. Режим дня в детском саду.- М.: Просвещение, 2007. - 95с
6. Богуславская З.М., Е.О. Смирнова Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста. - М.: Просвещение, 2011. - 207с
- 7 Бондаренко А.К. Дидактические игры в детском саду. - М.: Просвещение, 2011 - 160с.
8. Гурина И. В. Первые шаги от 0 до 3 лет. Засыпаем, кушаем, маму с папой слушаем. - СПб.: Литера, 2007. - 30с.
- 9 Зайцев Г.К. Уроки Мойдодыра. - СПб.: Акцидент, 2009. - 34с.
10. Игуменова Н. Скатерть-самобранка и ложка-невидимка, или о роли предметов-заместителей в детской игре.// Дошкольное образование - 2004 - № 1 - С. 51-52.
- 11 . Чабовская А.П. Гигиена детей раннего и дошкольного возраста - М.: Просвещение, 2011 - 192 с.
- 12 . Чулкова Н. Воспитание культурно-гигиенических навыков // Дошкольное воспитание. - 1991 - №5 - С.11

