

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ - ДЕТСКИЙ САД № 31**

МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД ЕКАТЕРИНБУРГ

620146 г. Екатеринбург, ул. Академика Бардина, 47А

тел/факс 8(343)240-17-40, /8(343)240-06-95

E-mail: [mdou31@.eduekb.ru](mailto:mdou31@eduekb.ru)

Проект

«ЧИСТЮЛЬКА»



Автор: Воспитатель
Рябухина Татьяна Анатольевна
Учитель-логопед
Кожанова Лариса Леонидовна

2023 г.

Содержание проекта

1. Актуальность проекта
2. Краткая аннотация проекта
3. Реализация проекта
4. Эффективность проекта
5. Вывод

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА.

Образовательная область здоровье требует от нас формировать у детей привычки к здоровому образу жизни, которые всегда стоят на первом месте.

В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались.

Гигиеническая культура столь же важна для человека, как и умение разговаривать, писать, читать. Уход за собой дарит человеку прекрасное ощущение чистоты, здоровья: каждая клеточка организма начинает жить в оптимальном режиме, не огорчая ее владельца. Сколько радости доставляет человеку ощущение хорошо и слаженно работающего организма!

Главная задача - формировать простейшие навыки опрятности и самообслуживания, закладывать фундамент гигиенической культуры.

Формирование привычек и навыков осуществляется под непосредственным педагогическим воздействием взрослых и всей окружающей обстановки. Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах.

В конечном счете, от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых.

При этом детей приучают выполнять не только то, что им приятно, но и то, что необходимо, преодолевая трудности разного характера.

В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались.

Сначала детей приучают к выполнению элементарных правил: мыть руки перед едой, после пользования туалетом, игры, прогулки и т. д. Ребенку старше двух лет прививают привычку полоскать рот питьевой водой после приема пищи, предварительно научив его этому.

Формируют навыки личной гигиены: умение детей быть всегда опрятными, замечать неполадки в своей одежде, самостоятельно или с помощью взрослых их устранять. Приучают правильно сидеть за столом во время еды, аккуратно есть, тщательно,



бесшумно пережевывать пищу, уметь пользоваться столовыми приборами, салфеткой. Детям, которые дежурят по столовой, нужно не только уметь правильно накрыть стол и ставить посуду, но и твердо усвоить, что, перед тем как приступить к выполнению своих обязанностей, необходимо тщательно помыть руки с мылом, привести себя в порядок, причесаться.

Воспитание культурно-гигиенических навыков включает широкий круг задач, и для их успешного решения рекомендуется использовать целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей: прямое обучение, показ, объяснение, пояснение, поощрение, беседы, упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр, систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила гигиены и постепенное повышение требований к ним. Широко используются, особенно в младшем возрасте, игровые приемы: дидактические игры, потешки, стихотворения.

В младшем дошкольном возрасте необходимые навыки лучше всего усваиваются детьми в играх специально направленного содержания. Важно, чтобы эти игры были интересны, могли увлечь детей, активизировать их инициативу и творчество.

Гигиенические знания целесообразны и на занятиях по физической культуре, труду, ознакомлению с окружающим, с природой. Для этого используются некоторые дидактические и сюжетно-ролевые игры. Интересны детям и литературные сюжеты «Мойдодыр», «Федорино горе» и др. На их основе можно разыгрывать маленькие сценки, распределив роли между детьми.

Чтобы ускорить формирование культурно-гигиенических навыков необходимо в процессе игр напоминать ребёнку: "Ты всегда моешь руки перед едой. Не забыл ли ты помыть руки своей дочке?". Таким образом, усвоенные культурно-гигиенические навыки обогащают содержание детских игр, а игры в свою очередь становятся показателем усвоения культурно-гигиеническими навыками.

Культурно-гигиенические навыки связаны не только с игрой. Они лежат в основе первого доступного ребёнку вида трудовой деятельности - труда по самообслуживанию. Малыш научился надевать платье, колготки, туфли и начинает осваивать последовательность одевания: что сначала, что потом. При этом сформированные навыки объединяются, образуя схему действий в ситуациях одевания, умывания, укладывания спать и т. д. Таким образом, можно утверждать, что сформированные культурно-гигиенические навыки обеспечивают переход к более сложным видам деятельности, стимулируют их развитие, обогащают содержание этой деятельности.

Краткая аннотация проекта



Название проекта: «Чистюлька»

ФИО участников проекта	Должность
1. Рябухина Татьяна Анатольевна 2. Кожанова Лариса Леонидовна 3. Дети: Воспитанники 2-ой младшей группы «Солнышко» 4. Родители воспитанников группы.	Воспитатель Учитель-логопед
Ответственные за проведения мероприятия: воспитатели	

Характеристика проекта

Цель проекта: Развитие культурно-гигиенических навыков ребенка – первый шаг в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни.

Задачи проекта:

1. Развитие культурно-гигиенических навыков, формирование простейших навыков поведения во время еды, умывания;
2. Формирование привычки следить за своим внешним видом, умения правильно пользоваться мылом, мыть руки, лицо; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой, носовым платком;
3. Формирование навыков поведения за столом: пользоваться правильно ложкой, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать за столом, не разговаривать с полным ртом;
4. Формировать начальные представления о ценности здоровья, что здоровье начинается с чистоты тела, что чистота-красота-здоровье – это неразделимые понятия;
5. Формировать потребность в соблюдение навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни;
6. Активно привлекать родителей к соблюдению и развитию навыков личной гигиены дома.

Вид: краткосрочный (недельный).

Срок реализации: май 2024 года.

Тип: игровой

**Ожидаемые результаты для детей:**

1. Повышение уровня освоения культурно-гигиенических навыков;

2. Эмоциональная отзывчивость в процессе применения практических умений;
3. Усиление инициативности во взаимоотношениях с взрослым.

Ожидаемые результаты для родителей:

1. Повышение знаний для обеспечения успешного развития детей;
2. Получение консультаций по вопросам формирования культурно-гигиенических навыков;
3. Укрепление связей между детским садом и семьей.

Ожидаемые результаты для воспитателей и младшего воспитателя:

1. Повышение знаний по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста;
2. Единство требований со стороны персонала группы;
3. Изменить отношение педагогов к своему здоровью;
4. Улучшение отношений между детьми;
5. Укрепление связи с родителями.



Реализация проекта

День недели	Мероприятия	Ответственные
Понедельник	Занятие: «Чтобы быть здоровым» Информация на информационном стенде для родителей «Личная гигиена» Анкета для родителей «Навыки самообслуживания у детей младшеговозраста дома».	Воспитатель
Вторник	Дидактическая игра «Чудесный мешочек» Отгадывание загадок о предметах гигиены.	Воспитатель
Среда	Чтение художественной литературы «Мойдодыр», «Федорино горе», «Что такое хорошо, что такое плохо». Беседа по содержанию прочитанного.	Воспитатель Учитель-логопед, помощник воспитателя
Четверг	На основе прочитанных произведений разыграть маленькие сценки, распределив роли между детьми.	Воспитатель
Пятница	Пальчиковая игра под потешку «Водичка серебристая» (музыка свободная). Презентация «Итоги проекта Чистюлька».	Учитель-логопед,



Эффективность проекта

Важной задачей в работе с детьми младшей группы детского сада является воспитание гигиенических навыков – опрятности, аккуратности в быту, навыков культуры еды, как неотъемлемой части культуры поведения.

Чтобы облегчить ребенку освоение новых навыков, необходимо делать этот процесс доступным, интересным и увлекательным. И делать это надо педагогически тонко и ненавязчиво. При этом воспитателю важно учитывать возрастную особенность детей 4-го года жизни - стремление к самостоятельности. В своей работе, по формированию культурно - гигиенических навыков мы отдаём предпочтение играм. Это создаёт у детей хорошее настроение и формирует положительное отношение к выполнению культурно – гигиенических навыков.

Вывод:

Детям свойственно стремление подражать взрослым, вести себя так, как ведут себя окружающие их люди. Они легко усваивают не только положительные примеры, но и отрицательные. Поэтому воспитателям в беседах с родителями следует подчеркивать, что манеру поведения, разговора, вредные привычки дети стараются копировать с них. Поэтому, не только в детском саду, но и дома нужно установить общий порядок выполнения всех действий, четко определить места расположения вещей, игрушек, порядок их уборки и хранения. Необходимо воспитывать культурно-гигиенические навыки у детей с раннего возраста и в семье, и в детском саду, для развития таких важных качеств как воля, нравственность, самостоятельность, основ эстетического вкуса, этического развития, а также для такого важного процесса как социализация. Так как основой полноценного физического развития ребенка младшего возраста является приобщение его к основам здорового образа жизни, т.е. освоению основ культуры гигиены.

Поэтому формирование у детей культурно-гигиенических навыков является одной из важнейших задач воспитания. Для того чтобы она реализовывалась успешно требуются следующие условия: непрерывность воспитательного процесса, высокая санитарная культура персонала дошкольного учреждения, единство требований со стороны взрослых, активное участие родителей в процессе воспитания и закрепления, полученных в детском саду КГН.

Культурно-гигиенические навыки нуждаются в постоянном закреплении. Изменение системы



воспитательной работы, отсутствие внимания к формированию и использованию навыков может привести к их быстрой утрате.

Анкета для родителей
(Навыки самообслуживания у детей младшего возраста дома)

Критерии самообслуживания	С помощью взрослого	Самостоятельно
Следит за собой (опрятность).		
Старается быть аккуратным в быту.		
Может кушать самостоятельно.		
Может пользоваться носовым платком.		
Может раздеваться.		
Может одеться.		
Складывает свои вещи.		
Может убрать за собой игрушки.		
Ходит в туалет.		
Моеет и вытирает руки.		



«Чтобы быть здоровым»

Программное содержание:

- развивать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур.

Оборудование:

Иллюстрации с изображениями: мальчик, чистящий зубы, и грязный мальчик, книга со стихотворением К. Чуковского «Мойдодыр»

Ход занятия:

Воспитатель предлагает послушать отрывок из стихотворения В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо», последовательно демонстрируя иллюстрации:
Этот мальчик любит мыло и зубной порошок.
Этот мальчик очень милый, поступает хорошо.
Этот в грязь залез и рад, что грязна рубаха.
Про такого говорят: «Он плохой. Неряха!».

Вопросы:

- Какой из мальчиков вам больше нравится?
- Почему вам понравился опрятный, аккуратный мальчик?
- А другой мальчик кому-нибудь понравился?
- Почему не понравился?
- Какие туалетные принадлежности нужны, чтобы смыть грязь и быть чистым?
- Что, кроме мыла и губки, необходимо для мытья?

Воспитатель предлагает показать, как дети моют руки и лицо (*имитации движения*), а затем вспомнить, в каком стихотворении есть слова:

Давайте же мыться, купаться,
Плескаться, нырять, кувыркаться
В лохани, в корыте,
В реке, в ручейке, в океане,
И в ванне, и в бане.

Всегда и везде

Вечная слава воде!

Педагог предлагает выучить чистоговорку:

Мама Милу мыла мылом.

ТЕМА: «ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА»

Именно в дошкольном возрасте очень важно воспитать у ребенка привычку к чистоте, аккуратности, порядку. В эти годы дети могут освоить все основные культурно-гигиенические навыки, научиться понимать их важность, легко, быстро и правильно выполнять. Особое внимание надо уделять детям до пяти лет, которым «самостоятельное» умывание и одевание обычно доставляют большое удовольствие. У детей старшего дошкольного возраста, 5—7 лет, следует совершенствовать уже приобретенные навыки и следить за неукоснительным и правильным их выполнением. Навыки и привычки, прочно сформированные в дошкольном возрасте, сохраняются на всю жизнь.



При воспитании культурно-гигиенических навыков большое значение имеет пример окружающих. Если взрослые после утренней гимнастики принимают душ, то и ребенок считает естественным его обязательность. В семье, где родители, старшие братья и сестры не сядут за стол, предварительно не вымыв руки, и для малыша это становится законом. Но общий правильный уклад жизни в семье еще не гарантирует усвоение ребенком всех доступных ему навыков.

Их воспитанию приходится уделять специальное внимание. Прежде всего, следует обеспечить постоянное, без всяких исключений, выполнение ребенком установленных гигиенических правил. Ему объясняют их значение. Но не менее важно помочь ребенку, особенно на первых порах, правильно усвоить нужный навык. Так, например, прежде чем начать мыть руки, надо закатать рукава, хорошо намылить руки. Вымыв руки, тщательно смыть мыло, взять свое полотенце, насухо вытереть руки.

Не следует торопить малыша, если он сосредоточенно повторяет одно и то же действие (например, мылит руки). Тем более не следует выполнять это действие за него. Осваивая навык, ребенок обычно стремится многократно выполнить определенное движение. Постепенно он научается все более самостоятельно и быстро справляться с поставленной задачей. Взрослый только напоминает или спрашивает, не забыл ли ребенок сделать то или другое, а в дальнейшем предоставляет ему почти полную самостоятельность. Но проверять, правильно ли ребенок все сделал, приходится на протяжении всего дошкольного возраста. Хорошо сформированные навыки выполняются ребенком легко и быстро, по собственной инициативе, без напоминаний. Если он и забудет о каком-либо из них, например прибежит и сядет за стол, не вымыв руки, то малейшего намека, напоминания оказывается достаточно, чтобы он (даже несколько смущенно) исправил свою ошибку. Но если у ребенка соответствующие навыки не сформированы, то выполнение их требует от него больших усилий. Нередко



возникают малоприятные и для родителей, и для него «переговоры»: «Ваня, ты забыл вымыть руки». — «Они у меня чистые». — «Все равно перед обедом надо вымыть». — «Я их недавно мыл»...

После ночного сна и утренней гимнастики ребенку полезнее всего принять душ. Он моет руки, лицо и освежает все тело под струями воды. Температура воды (как при всех общих водных процедурах) вначале должна быть близкой к температуре тела. К концу приема душа ее можно снизить на 2° по сравнению с началом, потом опять повысить и снова снизить. Если же душа в квартире нет, детей с 3—4 лет следует приучать по утрам мыться до пояса.

Необходимо, чтобы после душа или умывания ребенок вытерся насухо. Раз в неделю ребенка моют особенно тщательно (в этот день моют и голову с мылом). Если ребенок ежедневно не принимает душ или ванну, то его надо купать 2 раза в неделю. В дошкольном возрасте дети должны и могут усвоить, что мыть руки надо перед едой, после пользования уборной, по возвращении с прогулки, игры с животными и всегда, когда они грязные. Ноги надо мыть не только перед ночным сном (даже если нельзя было принять общую водную процедуру), но и перед дневным. Особенно важно это правило соблюдать летом.

К навыкам личной гигиены, которые ребенок должен усвоить в дошкольном возрасте, относится и уход за полостью рта. С трехлетнего возраста ребенка следует научить полоскать рот, с четырех лет — правильно чистить зубы (сверху вниз — вверх, с наружной и внутренней стороны) перед ночным сном. Утром после сна достаточно полоскать рот. Полоскать рот теплой водой надо и после еды.

Волосы следует причесывать не реже двух раз в день (и своей собственной расческой!). А всегда ли у вашего ребенка в кармашке чистый носовой платок? Умеет ли он сам замечать непорядки в одежде — развязался шнурок, расстегнулась пуговка — и сразу их устранять? Вытирает ли он ноги, входя в помещение?

Привычку быть чистым и опрятным воспитать у ребенка, в общем, несложно. Здесь важна прежде всего ваша последовательность. Если вы обращаете внимание на то, что руки у малыша грязные, и моете их, если вы всегда вытираете ему лицо, когда он измазался едой, если не позволяете ходить ему с грязным носом, малыш через какое-то время начинает ощущать необходимость привести себя в порядок. И пока он не приведет себя в порядок — сам или с помощью взрослого, он испытывает своеобразное неудобство.

Порой родители жалуются, что малыш сопротивляется попыткам взрослых

содержать его в чистоте. О том, чтобы он сам привыкал выполнять гигиенические процедуры, речь здесь и не идет. Но с чего бы это малышу не нравилось умываться и купаться? Скорее всего ему не раз причиняли



неприятные ощущения, а то и боль, когда купали и умывали. Надо стараться, чтобы купание и умывание были приятны малышу. Если в глаза ему попадает мыло, если на него воду льют такой сильной струей, что он захлебывается, если вода слишком холодна или слишком горяча, то не удивительно, что один лишь вид ванночки будет вызывать плач. Если же вода ласкает, если взрослые бережны, ничего, кроме приятных ощущений, купание вызвать не может. То же и с умыванием. Вода должна быть комнатной температуры, рукава малышу нужно засучить, чтобы вода туда не заливалась (это не очень приятно). Постепенно предоставляйте ребенку все большую самостоятельность в умывании.

Естественно, вы покажете, как правильно

мыть руки и лицо, как правильно намыливать их, как вытереться после умывания.

А почему малыш не любит сморкаться? Возможно, ему однажды сделали больно, сильно сжав нос? Между тем почти с самого начала второго года можно приучить ребенка к носовому платку, и если вы всегда вытираете ему грязный нос, после 2 лет он сам будет просить сделать это. В кармане него всегда должен быть чистый

носовой

платок!

Ребенок

будет

становиться старше, и вы получите большую возможность взывать к его собственной сознательности. Он должен понять, что умываться надо не только утром и вечером или перед едой, но и всякий раз, когда измазался. «Посмотри, какие у тебя ручки грязные, ты испачкал их глиной»,

«Нет, я книжку тебе дать не могу, у тебя грязные руки — надо их вымыть, а то ты испачкаешь книжку».

Так же тщательно следите за чистотой и опрятностью одежды ребенка. На третьем году жизни это должно стать и заботой самого малыша. Даже если он еще не в состоянии заметить непорядок в одежде, он должен привыкать устранять его — самостоятельно или с вашей помощью. Запахло платье у девочки — предложите принести чистое и переодеться с вашей помощью. Расстегнулась пуговица — пусть застегнет. Что касается мокрых штанишек, то ваша задача номер один не допускать, чтобы ребенок привыкал к тому, что они мокрые. Напротив, надо постараться, чтобы это стало ему неприятным. Тогда у него будет достаточно серьезная побудительная причина стремиться к опрятности. Намоченные штаны вы смените немедленно и обратите на это внимание малыша (разумеется, без тени упрёка или хотя бы вышучивания).

Дидактическая игра «Чудесный мешочек»

Дети на ощупь угадывают предметы личной гигиены (мыло, расческа, носовой платок, полотенце, зеркало, зубная паста и щетка, щетка для одежды) и рассказывают, для чего они предназначены и как ими пользоваться. Затем воспитатель читает загадки и предлагает найти ответ среди предметов, которые дети достали из чудесного мешочка.

Отгадывание загадок

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится. (Мыло)

Хожу-брожу не по лесам,

А по усам, по волосам.

И зубы у меня длинней,

Чем у волков, у медведей. (Расческа)

Пластмассовая спинка,

Жесткая щетинка,

С зубной пастой дружит,

Нам усердно служит. (Зубная щетка)

И сияет, и блестит,

Никому оно не льстит,

А любому правду скажет –

Все как есть ему покажет. (Зеркало)

Вытираю я, стараюсь,

После ванной паренька.

Все намокло, все измялось –

Нет сухого уголка. (Полотенце)

Хвостик из кости,

На спинке – щетинка.

Эта вещь поможет нам

Чистить брюки и кафтан. (Щетка)



Пальчиковая игра под потешку «Водичка серебристая» (музыка свободная)

1. Водичка серебристая,
Струится из-под крана. (трем ручки друг о друга)
И мыло есть душистое,
Как дома в нашей ванной.
2. Водичка серебристая,
Ты как сюда попала? (трем ладошками щечки)
Через луга душистые
Я в гости к вам бежала.
3. Водичка серебристая,
Зачем ты к нам бежала? (разводят руки в стороны)
Чтоб все вы были чистыми,
Чтоб все вокруг сверкало! (поднимают руки вверх)

