

Адаптация детей младших групп к ДОО, приобщение детей к гигиене и самообслуживанию.

Начнём с того, что **Адаптация** - это приспособление организма к изменившимся условиям жизни, к новой обстановке. А для ребенка детский сад, несомненно, является новым, неизведанным пространством, где он встречает много незнакомых людей и ему приходится приспосабливаться.

Адаптационный период протекает у всех по-разному? Для начала нужно отметить, что каждый ребенок индивидуально проживает этот нелегкий период. Одни привыкают быстро – за 2 недели, другие дети дольше – 2 месяца, некоторые не могут привыкнуть в течение года.

До прихода в дошкольное образовательное учреждение дети находятся под постоянной опекой самых близких людей: папы и мамы, бабушки и дедушки. Можно и представить, что происходит во внутреннем мире ребёнка? Ему кажется, что оставили его с чужой тетей. Поэтому насколько быстро он поймёт, что воспитатель тоже его «родной человек», будет зависеть спокойствие малыша, а так же его родителей.

Поэтому в период адаптации:

- Позволяем ребёнку приносить из дома его любимую игрушку.
- Сокращаем время расставания ребёнка и родителей перед входом в группу.
- Учитываем домашние привычки.
- Исполнение колыбельных песен перед сном.
- Стараемся отвлечь внимание ребёнка игрушками, картинками.
- Знакомим родителей с условиями адаптации (подготовка ребёнка к тому, что ему нужно ходить на горшок, запрет использования подгузников и пустышек).
- Побуждаем ребёнка к общению с детьми
- Используем элементы телесной терапии (обнять, погладить).

В быстрой адаптации детей к детскому саду очень важное значение играет семья. Несмотря на различные воспитательные функции, для развития ребёнка необходимо взаимодействие семьи и детского сада.

В дошкольном учреждении ребёнок получает всестороннее образование, приобретает умение взаимодействовать с другими детьми и взрослыми, проявлять собственную активность. Основная особенность семейного воспитания – эмоциональный микроклимат семьи, благодаря которому у ребёнка формируется отношение к себе, определяется чувство самоценности, появляются ценностные ориентации и мировоззрение.

Воспитание культурно – гигиенических навыков направлено на укрепление здоровья ребёнка. Вместе с тем оно включает важную задачу – воспитание культуры поведения. Забота о здоровье детей, их физическом развитии начинается с воспитания у них любви к чистоте, опрятности, порядку.

«Одна из важнейших задач детского сада, - писала Н.К.Крупская – привить ребятам навыки, укрепляющие их здоровье. С раннего возраста надо учить ребят мыть руки перед едой, есть из отдельной тарелки, ходить чистыми, стричь волосы, вытряхивать одежду, не пить сырой воды, вовремя есть, вовремя спать, быть больше на свежем воздухе и так далее».

Основные условия успешного формирования культурно – гигиенических навыков:

- Рационально организованная обстановка,
- Четкий режим дня,
- Руководство взрослых.

Методы и приемы формирования у детей дошкольного возраста культурно – гигиенических навыков:

- ✓ личный пример взрослых
- ✓ образовательная деятельность
- ✓ показ
- ✓ объяснение
- ✓ пояснение
- ✓ поощрение
- ✓ беседы
- ✓ упражнения в действиях
- ✓ дидактические игры
- ✓ потешки
- ✓ стихотворения
- ✓ пословицы, поговорки
- ✓ игровые приемы
- ✓ развлечения
- ✓ прием повторения действий (например, попросили перед мытьем: «Покажите, как вы засучили рукава» или после мытья посмотрели, насколько чисто и сухо вытерты руки.)

Критерии опрятной еды включают умение:

- Правильное пользование столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой;
- Не крошить хлеб;
- Пережевывать пищу с закрытым ртом;
- Не разговаривать с полным ртом;
- Тихо выходить по окончании еды из-за стола;
- Благодарить;
- Пользоваться только своим прибором.

Мытьё рук и личной гигиены включают умение:

Мыть лицо, руки

Закатать рукава;

Смочить руки;

Взять мыло, намыливать до появления пены;

Смыть мыло;

Сухо вытереть руки, аккуратно сложить полотенце и повесить в свою ячейку;

Пользоваться расческой.

Снимания и надевания одежды в определенном порядке включают умение:

- Расстегнуть пуговицы;
- Снять платье (брюки);
- Аккуратно повесить;
- Снять рубашку и аккуратно её повесить на брюки, шорты;
- Снять обувь;
- Снять колготки, повесить на рубашку (платье);
- Надеть в обратной последовательности.

Для успешного формирования культурно-гигиенических навыков необходимы следующие условия:

- ✓ организация привлекательной и удобной для выполнения действий и заданий обстановки в детском саду и дома (мебель, оборудование, соответствующие росту детей, закрепленные места хранения вещей, доступные для пользования и т.д.);
- ✓ разделение осваиваемых действий, следующих в строго установленном порядке, на ряд операций, что способствует более быстрому созданию прочных динамических стереотипов;

- ✓ многократные упражнения детей в действиях с выделением способа и порядка их выполнения (особенно на начальном этапе обучения). При этом характер действий должен быть неизменным, формы - разные; индивидуальная работа с каждым ребенком, учет уровня его развития и темпов овладения культурно-гигиеническими навыками;
- ✓ организация ситуаций, обеспечивающих контроль над выполнением осваиваемых детьми в непривычной обстановке действий;
- ✓ безукоризненное выполнение взрослыми всех гигиенических и культурных требований.

МЫ ПЕДАГОГИ, ДОЛЖНЫ ПОМНИТЬ!

- Обучая детей нужно учитывать их опыт. Нельзя, например, начинать учить ребёнка пользоваться вилкой, если он ещё не научился правильно есть ложкой.
- Очень важна последовательность в обучении. Так, действия, связанные с раздеванием, быстрее осваиваются детьми, чем действия с одеванием; ребёнку легче сначала научиться мыть руки, а потом лицо.
- Постепенное усложнение требований, переводит ребёнка на новую ступень самостоятельности, поддерживает его интерес к самообслуживанию, позволяет совершенствовать навыки.

Культурно-гигиенические навыки - важная составляющая часть культуры поведения. Педагоги и родители должны постоянно помнить, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течение всей его последующей жизни.

Формируя у детей дошкольного возраста культурно - гигиенические навыки, мы параллельно влияем на многие психические процессы в развитии ребёнка, при этом педагог должен набраться большого терпения и понимания.