

***РАЗВИТИЕ КУЛЬТУРНО-  
ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ И  
НАВЫКОВ САМООБСЛУЖИВАНИЯ У  
УМСТВЕННО ОТСТАЛЫХ ДЕТЕЙ  
МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО  
ВОЗРАСТА***

Работа выполнена: Бондаревой Галиной Алексеевной , воспитателем шестой семейной группы Ояшинского детского дома-интерната для умственно отсталых детей.



- **Актуальность**

*Культурно – гигиенические навыки очень важная часть культуры поведения. 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.*



**Цель работы** - формирование культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания в процессе совместной деятельности воспитателя и ребенка.

**Во время работы решаем следующие задачи:**

- научить ребенка правильно самостоятельно мыть руки , лицо;
- насухо вытирать руки полотенцем;
- правильно держать ложку и аккуратно есть, тщательно пережёвывать пищу;
- самостоятельно пить из кружки;
- самостоятельно раздеваться (снимать носки, трико, футболку).



## ***Учимся мыть правильно руки!***

***Задача:*** в центре внимания – совершенствование правильного разворачивания действий (серийные действия), допускается помощь на отдельных этапах до тех пор, пока ребенок не освоит их.

***Материал:*** умывальник, мыло.

***1)*** Ребенок должен держать свои руки в горизонтальном положении. Нужно встать позади ребенка, взять его руку и вместе закатать рукава кофты, открыть кран с водой.



*2) Подставим руку ребенка под струю воды. Нужно дать ему возможность почувствовать температуру воды и понять, что она еще прохладная и не совсем приятна на ощупь, с помощью крана отрегулировать температуру воды.*



3) Возьмем вместе с ребенком мыло и намылим ему руки. Нужно показать ему как намылить руки, потереть их и побудить ребенка повторить эти движения.



*ДЕЛАЕМ МЫЛЬНЫЕ ПЕРЧАТКИ.*



*«Добрая  
водичка!  
Помоги  
немножко:  
Вымой у  
ребятков  
грязные  
ладошки!  
Ты, кусочек  
мыла, мыль  
нас, не жалея,  
Станут наши  
ручки чище и  
белее!».*



*Выходи, водица, мы хотим умыться*





*Проявив самостоятельность, Рома решил помыть себе нос.*



# Учимся делать лодочку и мыть лицо

Учимся делать лодочку и мыть лицо



Встряхнули ручки и закрыли кран.



# Учимся вытирать руки!

**Задачи:** ребенок должен научиться:

- 1) координации действий правой и левой руки;
- 2) понимать происходящее действие;
- 3) участвовать в конкретных бытовых ситуациях.

**Материал:** полотенце.

1) После мытья рук покажем ребенку как взять полотенце (оно должно браться доминирующей рукой).



2) Ребенок должен вытереть своей доминирующей рукой (чаще правой) не доминирующую руку. Для этого он должен привести руки в положение перед собой и развернуть ладонками вверх. Затем ребенок должен, поворачивая руку, вытереть кисти. Обязательны движения к себе – от себя. *Полотенчиком пушистым вытираем ручки очень быстро!*



3) Потом ребенок должен взять полотенце в обе руки и вытереть лицо.



4) Помогаем ребенку сначала действиями своих рук, позднее – только словами, постепенно уменьшая помощь:



5) Необходимо следить, чтобы последовательность действий всегда была одна и та же.





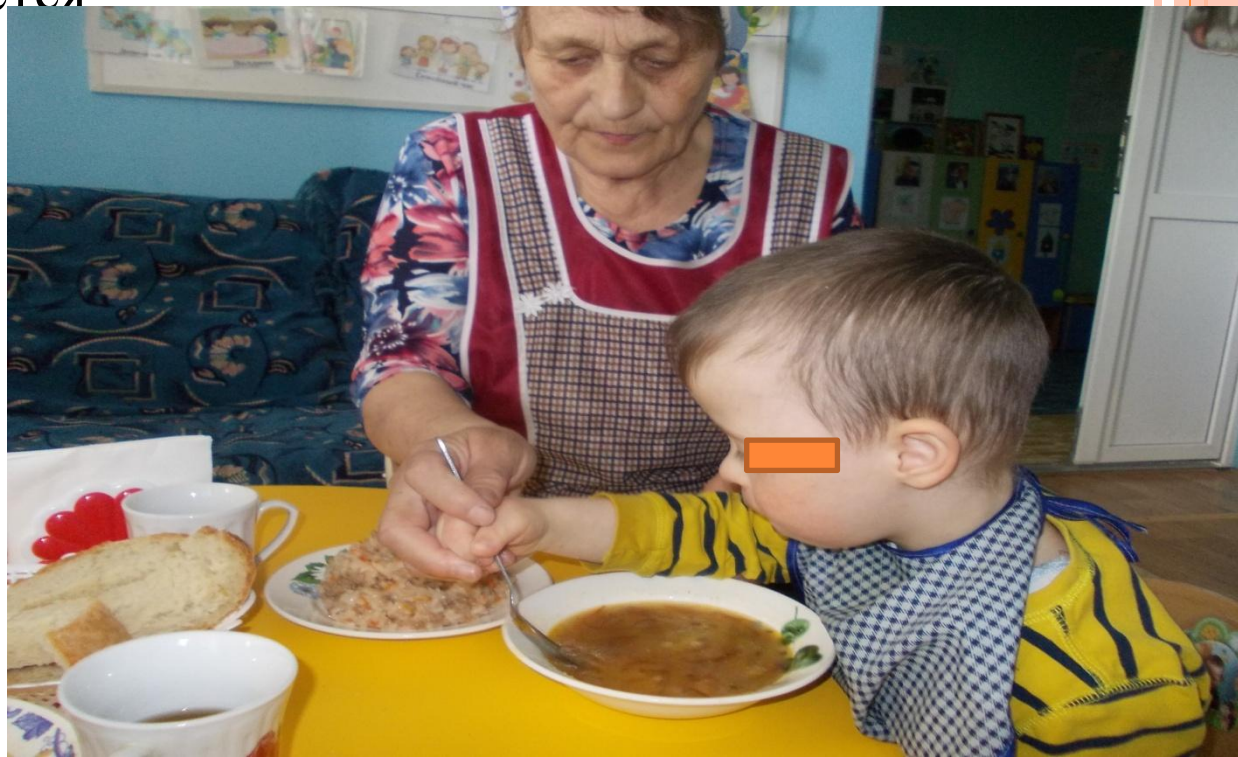
## Учимся есть ложкой!

**Задача:** отрабатывается координация рука – рот. Цепочка действий (набрать еду в ложку – поднести ложку ко рту – взять в рот пищу с ложки – вернуть ложку в исходное положение) должна соблюдаться в определенной последовательности.

**Материал:** тарелка, любимое блюдо ребенка, ложка.

1) Нужно сесть справа рядом с ребенком. Перед ребенком стоит тарелка, наполовину заполненная кашеобразной едой, с ложкой в тарелке. Положим свою руку на руку ребенка и будем вести ее ко рту ребенка, а затем к тарелке с едой. Лучше предложить ребенку пищу, которая легко удерживается

в ложке – каши, пюре, творог.



3) Спустя некоторое время отпускаем руку ребенка и побудим его есть самостоятельно:

*«Я дружу немножко*

*Со столовой ложкой.*

*Только ротик открываю,*

*Ложка с кашей заезжает,*

*Плюх! Ко мне на язычок,*

*Щёчки дружно чмок-чмок-чмок!*

*Все довольны: я, мой ротик*

*И мой сытенький животик!».*



# Учимся пить из кружки!

**Задача:** ребенок должен с закрытым ртом пить жидкость из кружки без одновременного заглывания воздуха.

**Материал:** кружка с небольшим количеством молока, сока или воды.

1) Держим кружку у губ ребенка. Побудим ребенка к тому, чтобы он открыл рот. Положим край кружки на губу и обратим внимание на открытие рта.

Вольем небольшое количество жидкости между губами, не отводя кружку после первого глотка.



2) Ребенок не должен наклонять голову вниз, для того, чтобы выпить, иначе он не сможет глотать. Если ребенок достаточно ловок, для того чтобы пить с чьей-либо помощью, положим его руки на кружку и побудим его пить самостоятельно:

*«Как из кружки мне попить,*

*Чтоб ни капли не разлить?»*

*Знает каждый, что не просто,*

*Пить из чашки, словно*

*взрослый!*

*Нужно этому учиться,*

*И не надо торопиться,*

*Ведь у тех, кто учиться,*

*Все всегда получится »*





Приучаю  
после еды  
пользоваться  
салфеткой.



Учимся снимать кофту.



НЕ ПОЛУЧИЛОСЬ! ЖДЕМ ПОМОЩЬ.



Кофту сняли, а теперь надо повесить на спинку стула.





## Учимся снимать носки (колготки)!

**Задача:** научиться снимать носки легче, нежели их надевать. Здесь ребенок должен прежде всего постичь сам «моторный» процесс.

**Материал:** носки.

1) Необходимо взять толстые носки, желательно на два размера больше ноги ребенка, так как их легче захватывать. Посадим ребенка на стул и продемонстрируем как нужно снимать носок.



## 2) Побудим ребенка снять носок самостоятельно:

*Одевается Роман  
Сам от шапки до носок.  
Но случилась незадача:  
Потерял один носок.  
Поискал его повсюду,  
Заглянул во всю посуду.  
Сел и говорит малыш:  
-Ты зачем носок шалишь?  
Собираюсь я гулять,  
Где тебя ещё искать?  
Няня видит: малыш расстроен,  
Надо выручат его.  
-Подними-ка ножку, милый,  
Помогу носок искать.  
Поднял ту, что не одета:  
-Так, тут точно носка нету....  
- А другую подними  
И носок с неё сними...  
Раз носок и два – носок,  
Мы нашли его дружок!*





Учимся  
вещи вешать  
на спинку  
стула.





Ну вот и  
брюки  
повесили на  
спинку стула.





Все дела  
сделаны  
пора и  
отдохнуть!  
Приятного  
сна!.



## ***ПОСЛЕСЛОВИЕ***

***« ДЕЛО ВОСПИТАНИЯ РЕБЕНКА ЕСТЬ ДЕЛО ВЕЛИЧАЙШЕЙ  
СЛОЖНОСТИ И ТРУДНОСТИ...КАЖДЫЙ НАШ ПОСТУПОК,  
КОТОРЫЙ ВИДЯТ ИЛИ СЛЫШАТ ДЕТИ, КАЖДОЕ НАШЕ СЛОВО-  
ИНТОНАЦИЯ, С КОТОРОЙ ОНО ПРОИЗНОСИТСЯ, ЯВЛЯЮТСЯ  
КАПЕЛЬКАМИ, ПАДАЮЩИМИ В ТОТ ПОТОК, КОТОРЫЙ МЫ  
НАЗЫВАЕМ ЖИЗНЬЮ РЕБЁНКА, ФОРМИРОВАНИЕМ ЕГО  
ЛИЧНОСТИ»***

***В.П.КАЩЕНКО***



**Спасибо за внимание!**

