

Тема: Навчання, виховання і розвиток дітей в процесі фізичного виховання.

План.

1. Виховання культурно-гігієнічних навичок (поняття, значення, умови формування).
2. Методика формування КГН в різних вікових групах.

Література:

- Поніманська Т.І. Дошкільна педагогіка. ст. 184-188, 192-196.
- Основи дошкільної педагогіки. Поніманська Т.І. ст. 196 – 198.
- Богина О. Режим дня в д/с. ст. 65-70 (конспект)

Самостіна робота:

- Підібрати матеріал до проведення режимних процесів.
- Підібрати прислів'я про фізичне виховання дітей.

Перевірка знань:

- Розкрити значення і завдання фізичного виховання дітей дошкільного віку.
- Хто з вчених приділяв увагу фізичному вихованню дітей дошкільного віку?
- Які види загартування використовуються в ДНЗ?
- Що означає руховий режим?
- Яке значення рухового режиму?

1. Поняття.

Культурно-гігієнічні навички (КГН)- це навички з дотримання чистоти тіла, культури їжі, підтримання порядку в оточуючому та культури взаємовідносин між дітьми та дорослими.

В процесі повсякденної роботи з дітьми треба намагатися прагнути до того, щоб виконання правил особистої гігієни стало для них природним, а гігієнічні навички з віком постійно удосконалювались.

Формування навичок особистої гігієни передбачає уміння дітей бути завжди охайними, бачити недоліки у своєму одязі, самостійно або з допомогою дорослих їх виправляти.

Фізіологічної основою КГН – є утворення умовно-рефлекторних зв'язків, вироблення динамічного стереотипу.

Гігієнічне виховання та навчання невід'ємно пов'язане з вихованням культури поведінки.

Значення КГН (виховання у дітей навичок особистої та суспільної гігієни грає найважливішу роль в охороні їх розвитку):

- ✦ сприяють правильній поведінці в побуті, в суспільстві
- ✦ сприяють виробленню позитивних звичок
- ✦ сприяють розвитку моральних якостей, сили волі, сміливості, подолання труднощів, страху, лінощів . . .
- ✦ сприяють формуванню самостійності у дітей
- ✦ сприяють естетичному розвитку (чистота, охайність...)
- ✦ сприяють трудовому вихованню (догляд за собою, підтримання порядку в оточуючому).

Умови:

- раціонально організоване життя дітей – *чистота приміщення, якісне прибирання, провітрювання;*
- чіткий режим дня – *все в один час постійно, це формує звичку їх виконання, закріплюється все в іграх, праці, побуті;*
- керівництво дорослих – *узгодженість між сім'єю і ДНЗ;*
- неперервність виховного процесу – *тільки в такому випадку сформовані навички стають свідомою дією, а потім звичкою;*
- висока санітарна культура працівників ДНЗ
- єдність вимог всіх дорослих

Зміст КГН

- **Навички їжі** (акуратно їсти, користуватися посудом, серветкою)
- **Навички утримання в чистоті і порядку одягу, додержання порядку в приміщенні, його прибирання**
- **Навички догляду за тілом** (умивання, чищення зубів, розчісування волосся)

Зробити перелік КГН і трудових навичок за віковими групами.

Див. програму «Дитина» ст.. 28, 78, 139, 209.

Вікова група	Навички			
	Особистої гігієни	Самообслуговування	Культури їжі	Трудової діяльності
Молодша				
Середня				
Старша				

Методика формування КГН

Виховання КГН включає в себе багато різних задач, а для їх реалізації необхідно використовувати цілий ряд педагогічних прийомів:

Молодший дошкільний вік	Старший дошкільний вік
<ul style="list-style-type: none">➤ показ і пояснення➤ вправлення у виконанні дій в процесі дид. ігор➤ приклад дорослих➤ приклад самих дітей➤ ігровий прийом➤ використання художніх творів, фольклору	<ul style="list-style-type: none">➤ систематичне нагадування➤ поступове підвищення вимог➤ заохочення➤ зауваження➤ варіантні завдання➤ бесіди, поради

Для дітей мол.дош.віку використовують прямі прийоми впливу, а для старшого д.віку – непрямі прийоми впливу.

Використання художніх творів «Мойдодир», «Федорино горе», «Доктор Айболит», «Что такое хорошо, а что такое плохо»; ігри – «Аптека», «Дочки-матері», «Поліклініка»; дидактичні ігри, спортивні свята, розваги «Зимові розваги», «Сонце, повітря і вода – наші найкращі друзі». . .

Культурно-гігієнічні навички поєднують у собі явища гігієни і культури.

Валеологія – наука про збереження і зміцнення здоров'я.

Суть – людина повинна пізнати і створити себе, навчитися берегти і зміцнювати своє здоров'я.

Основні напрями роботи з валеологічного виховання дітей дошкільного віку є:

- Формування мотиваційних установок на здоровий спосіб життя як основну умову збереження і зміцнення здоров'я.
- Формування до бережного ставлення до власного здоров'я.
- Прищеплення навичок особистої гігієни.
- Ознайомлення дітей із способами профілактики захворювань і запобігання травматизму.
- Формування культури діяльності, дотримання гігієнічних вимог до організації життєдіяльності загалом.

Набуття дітьми валеологічної культури передбачає:

- Оволодіння первинними знаннями про свій організм і здоров'я.
- Вміння дотримуватися доцільного режиму життя і діяльності, харчування, сну, відпочинку.
- Систематичне і якісне здійснення гігієнічних процедур, заходів запобігання хворобам.

Загартування – підвищення опірності організму, розвиток здатності швидко і без шкоди для здоров'я пристосуватися до різноманітних впливів зовнішнього середовища (підвищення або зниження температури повітря, вологості, руху повітря).

До комплексу загартовуючих процедур входять – загартування повітрям, сонцем, водою (обтирання, обливання ніг, купання)