

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад «Звёздочка»

р.п. Степное, Советский район, Саратовская область

## «Гигиенические основы в воспитании детей 2-7 лет»



Подготовила

Воспитатель первой квалификационной категории

Мусабаева Алия Ивановна

Ноябрь 2022 год

Гигиена детей призвана обосновывать и разрабатывать профилактические мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения. Эта дисциплина изучает влияние различных факторов окружающей среды, анализирует, оценивает и прогнозирует их воздействие на растущий организм. На основе научных данных разрабатываются гигиенические нормативы, санитарно-гигиенические и санитарно-противоэпидемические правила и нормы, обосновываются лечебно-профилактические и оздоровительные мероприятия, направленные на снижение заболеваемости, совершенствование функциональных возможностей, повышение работоспособности и гармоническое развитие детей и подростков.

Гигиена детей опирается на гигиенические знания и опыт коммунальной гигиены, гигиены питания, гигиены труда, эпидемиологии, социальной гигиены. Кроме того, она тесно связана с различными клиническими, биологическими, педагогическими, техническими науками.

Задача гигиены — создание наиболее благоприятных условий для взаимодействия организма со средой путем гигиенического нормирования факторов окружающей среды и выработки у организма способности максимальной адаптации к различным воздействиям.

Ведущими направлениями являются: гигиена обучения и воспитания детей в различных учебно-воспитательных и оздоровительных учреждениях; гигиена трудового и профессионального обучения подростков; гигиена физического воспитания и спорта; гигиена питания подрастающего поколения; состояние здоровья детей и подростков.

Обучение детей гигиеническими навыками – задача родителей, педагогов детских садов, школ. Участковый врач помогает родителям советом в своевременности обучения определённым навыкам.

### **Гигиеническое воспитание детей дошкольного возраста**

Основной задачей гигиенического воспитания детей дошкольного возраста является сообщение им элементарных гигиенических сведений и формирование на их основе умений, навыков и привычек, а также воспитание культуры поведения.



Детям с ранних лет прививают гигиенические умения и навыки (мытьё рук, умывание, чистка зубов и т. д.), и к 6 годам они переходят в привычку. Это становится возможным в силу того, что у детей дошкольного возраста особенно сильно развиты тяга к подражанию, наблюдательность, любознательность. Как правило, дети в этом возрасте стремятся все делать самостоятельно). В этот период дети наиболее восприимчивы к различного рода сведениям о важности, смысле, значимости того или иного гигиенического навыка для сохранения и укрепления навыков.



К 6 годам дети должны самостоятельно, без напоминания взрослых выполнять все правила личной гигиены, уметь чистить одежду, обувь, содержать в порядке свои игрушки, рабочее место, соблюдать порядок в своей комнате. Дети должны быть обучены правилам поведения за столом при приеме пищи. Они должны уметь правильно пользоваться столовыми приборами, салфетками, правильно есть: не спеша, тщательно пережевывая пищу. Старшие дошкольники должны уметь выполнять посильную работу, связанную с сервировкой стола, уборкой своего уголка дома.

В дошкольном возрасте прививаются интерес и уважение к труду, умение трудиться в коллективе. Работа в живом уголке, на участке, посадка, прополка и поливка овощей, цветов и т. д. требуют соблюдения определенных гигиенических правил, способствующих выработке у детей соответствующих гигиенических привычек. Например, дети должны знать о том, что когда кормишь животных, нельзя есть самому; перед тем как съесть ягоду с грядки, надо ее тщательно вымыть чистой водой и др.

В целях профилактики детского травматизма ребят старшего дошкольного возраста надо научить пользоваться острыми, режущими, колющими предметами, тогда при работе с ножами, ножницами, иглами и т. п. они не получат травму сами и не нанесут ее другим.

Методы и формы гигиенической подготовки детей дошкольного возраста разнообразны. Широко используются такие методы, как наглядный показ правильного выполнения гигиенических процедур, демонстрация плакатов, фотографий, детских кино- и мультфильмов на различные гигиенические темы, а также различные игры детей, особенно с куклами. Наиболее популярны игры в дочки-матери, детский сад, школу,

больницу и т. п. Во время игры детям необходимо подсказывать, как нужно правильно выполнять ту или иную процедуру.

В дошкольном возрасте ребенок приобретает начальные гигиенические знания и навыки, которые еще не крепкие и, если их не повторять в дальнейшем, теряют свое значение. В школьном возрасте проводится дальнейшее их закрепление и совершенствование.

Воспитывать привычку к чистоте и аккуратности нужно педагогически тонко, ненавязчиво, избегая поучительного тона и назиданий, используя игровые формы как основные средства воспитания. При этом важно учитывать возрастные, физиологические особенности малыша и степень его самостоятельности.

Только когда учитываются постоянно возрастающий опыт детей, совершенствование их навыков, умение всё более самостоятельно выполнять установленные правила, только тогда у них формируются устойчивые привычки, не разрушающиеся при переходе в новые условия. Если этого не учитывать, то у детей вырабатывается, лишь умение подчиняться требованию взрослого.

