

Гигиеническое воспитание в дошкольных учреждениях

Гигиеническое воспитание и обучение тесно связаны с общим образованием, выработкой материалистического мировоззрения, политехническим и трудовым обучением, с нравственным и эстетическим воспитанием.

Система гигиенического воспитания и обучения детей различных возрастных групп основывается на ряде принципов: систематичность, преемственность, целенаправленность, дифференцированность. В задачу гигиенического воспитания и обучения входит систематическое сообщение обучающимся основных сведений по охране здоровья, привитие осознанных прочных гигиенических навыков.

Важное значение в системе гигиенического воспитания имеет принцип преемственности. Это значит, что содержание гигиенического воспитания должно не только учитывать, но и закреплять, углублять уже имеющиеся у детей знания и навыки.

Гигиеническое воспитание должно содержать сведения о личной и общественной гигиене, гигиене умственного труда, об оздоровительном значении физкультуры и спорта, закаливании, гигиене питания, профилактике травматизма, гигиенических аспектах нравственного (полового) воспитания.

Детям с раннего возраста необходимо разъяснять смысл и значение каждого гигиенического навыка. Учитывая, что навыки — это своего рода рефлексy, их надо выполнять систематически, последовательно, в одно и то же время.

Прививать гигиенические навыки детям должны родители, медицинские работники, воспитатели, учителя, педагоги, общественность. Все заинтересованные в проведении данной работы лица должны действовать в тесном контакте друг с другом, дополнять один другого. Медицинские работники учебно-воспитательных учреждений должны оказывать постоянную консультативную, методическую помощь работникам других учреждений в деле гигиенической подготовки воспитанников. Функциональной обязанностью медицинских работников является специальная гигиеническая и санитарная подготовка обслуживающего персонала детских учреждений, так как они все являются проводниками санитарной культуры в детских коллективах.

Быстрота и прочность усвоения знаний детьми зависят от условий, которые окружают их, от соблюдения санитарно-гигиенических и санитарно-противоэпидемических правил и норм в семье, учебно-воспитательных учреждениях, требовательности воспитателей (родители, педагоги, учителя) к

себе и окружающим. Всегда аккуратный, подтянутый, опрятный, строго выполняющий все правила личной гигиены воспитатель (родитель, учитель, педагог) является хорошим примером для подражания.

Прививая гигиенические навыки детям, мы тем самым развиваем у них эстетическое чувство и вкус. И наоборот, обучая детей понимать, создавать и ценить красивое, мы помогаем воспитанию и закреплению прочных гигиенических знаний и навыков. Приучая детей заботиться не только о своем здоровье, но и о здоровье своих близких, друзей и т. д., мы способствуем воспитанию у них чувства товарищества, коллективизма и дружбы.

Гигиеническое воспитание в дошкольных учреждениях осуществляется по нескольким направлениям:

1. Гигиеническое воспитание детей различных возрастных групп.
2. Гигиеническая подготовка заведующих и воспитателей дошкольных учреждений.
3. Гигиеническая подготовка медицинского персонала.
4. Гигиеническая подготовка технического персонала.

Санитарно-просветительную работу и гигиеническое воспитание в яслях, яслях-садах осуществляют заведующие дошкольными учреждениями, педагоги, медицинские работники. Большая роль в воспитании гигиенических навыков у дошкольников принадлежит родителям. Важно помнить, что выполнение любых гигиенических правил и процедур должно сопровождаться положительными эмоциями. Например, во время умывания можно обратить внимание ребенка на душистое мыло, красивое полотенце, использовать народную потешку: «Водичка, водичка, умой мое личико...» Это формирует у малыша положительное отношение к умыванию, вызывает у него желание быть чистым. В дошкольный период необходимо сформировать навыки личной и общественной гигиены; содержать руки, лицо, тело волосы в чистоте, мыть мылом руки перед едой, после игры с животными, посещения туалета, пользования общими игрушками, книгами, после прогулки, мыть перед сном ноги, чистить зубы утром после сна и вечером перед сном, полоскать рот после каждой еды. Ребенка необходимо приучить соблюдать чистоту и аккуратность в одежде, в комнате, на рабочем месте, бережно обращаться с игрушками, книгами, поддерживать порядок в шкафах и на стеллажах.

Детей 2--3 лет учат аккуратно есть, самостоятельно умываться, пользоваться носовым платком, причесываться, чистить зубы, убирать на место свои игрушки, книги. В последующие годы эти навыки совершенствуются, число их

увеличивается, и они превращаются в устойчивую привычку. В гигиенических целях необходимо, чтобы каждый ребенок имел предметы индивидуального пользования: мыло, зубную щетку, расческу, мочалку, полотенце, кружку для полоскания рта, посуду.

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 групповой комнате и спальне дошкольного учреждения. 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, групповой комнаты, спальни, участка.

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 получают 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, диапозитивов, 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 спокойно, ненавязчиво 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

В дошкольные годы детям сообщают элементарные сведения о болезнях, которые передаются от человека к человеку через грязные руки, невымытые овощи

и фрукты. Необходимо познакомить их с понятием «осанка» во время ходьбы, сна, на занятиях и в доступной для детского восприятия форме сообщить о значении соблюдения ее для здоровья и красоты человека.

Залогом здоровья служит выполнение ребенком режима дня. Детям важно разъяснить значение необходимого для их возраста режима, заложить положительное отношение к тем режимным процессам, которые они выполняют с нежеланием (заигравшись, не хотят вовремя лечь спать, делать утреннюю зарядку, проводить закаливающие процедуры и т. д.). В последний год пребывания в детском саду воспитанников знакомят с режимом дня школьника.

Гигиеническое воспитание помогает решать общие задачи воспитания, способствует развитию воли, дисциплинированности и других положительных черт характера.

Заведующие дошкольными учреждениями организуют воспитательный процесс таким образом, чтобы обеспечить, прежде всего, охрану и укрепление здоровья детей. Они создают гигиенические условия воспитания и развития детей в дошкольных учреждениях. В их обязанности входит организация полноценного питания, правильного режима дня, пребывания детей на свежем воздухе, участие в проведении закаливающих процедур. Они контролируют соблюдение гигиенических требований на занятиях, прогулках, во время игр, приема пищи, сна и др.; обеспечивают методическую подготовку воспитателей, оказывают им административную помощь; осуществляют контакт с родителями для обеспечения единства гигиенических требований в дошкольном учреждении и в семье.

В большей степени гигиеническое воспитание детей в группах осуществляют воспитатели. Используя методы дидактики и дошкольной педагогики, они прививают ребятам гигиенические навыки, сообщают научные гигиенические сведения. Гигиенические навыки и представления дети приобретают на занятиях по развитию речи, физической культуре, труду и др. Важным достижением работы воспитателей является обучение детей проводить анализ своих действий на основе уже имеющихся гигиенических представлений и сформированных навыков. Для этого не следует при наличии навыка давать детям прямое указание, что надо сделать. Например, можно детям сказать, что игра закончилась, через 10 минут будет обед или дневной сон. Дети сами должны догадаться, что пора мыть руки или готовиться ко сну. Такой прием хорошо обнаруживает сознательное применение закрепленного навыка.

При проведении гигиенического обучения воспитатели, учитывая особенности конкретного восприятия и мышления детей Дошкольного возраста, должны использовать игры, прогулки, пользоваться книжками-картинками, плакатами на гигиенические темы и просить детей рассказывать по ним.

Воспитатели устанавливают и поддерживают контакт с родителями для обеспечения единства требований при гигиеническом воспитании дошкольников.

Общие вопросы гигиенического воспитания детей, укрепления здоровья и физического развития, сообщение об опыте лучших дошкольных учреждений района, о формах и методах работы передовых коллективов и отдельных семей по воспитанию здоровых детей выносятся на родительские собрания.

Технические работники дошкольного учреждения, ежедневно выполняя свои обязанности, тесно соприкасаются с детьми. При несоблюдении ими правил личной гигиены и мер профилактики инфекционных заболеваний они могут сами оказаться источником их распространения. Санитарное просвещение технического персонала необходимо. Эти работники обеспечивают санитарный режим, уборку и проветривание помещений, правильное обслуживание детей. Своим примером и поведением они должны способствовать гигиеническому воспитанию детей.

Для повышения санитарного уровня технического персонала организуются специальные курсы, где рассматриваются вопросы профилактики инфекционных заболеваний, пути и источники их распространения, меры их предупреждения, вопросы личной гигиены, санитарные правила уборки помещения и участка дошкольного учреждения, правила гигиенического обслуживания детей.

Медицинские работники, заведующий дошкольным учреждением и воспитатели проводят беседы с техническим персоналом по всем вопросам жизни дошкольного учреждения, знакомят со специально подобранной медицинской литературой, памятками, брошюрами и другими материалами санитарного просвещения. Беседы могут проходить и индивидуально. Весь технический персонал должен постоянно повышать свой санитарно-культурный уровень, самостоятельно изучая необходимую специальную литературу.