

«Привитие культурно-гигиенических навыков у обучающихся с интеллектуальными нарушениями».

Чугунова О.В., воспитатель

ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай

«Забота о здоровье – это важнейший труд педагога.

**От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их
духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие,
прочность знаний, вера в свои силы...»**

В.А. Сухомлинский

Главной задачей обучения и воспитания детей, находящихся в интернате, является развитие их потенциальных познавательных возможностей, коррекция поведения, привитие им культурно-гигиенических навыков, трудовых и других социально значимых навыков и умений. Культурно-гигиенические навыки очень важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, причёски, одежды, обуви продиктовано не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что если они регулярно будут соблюдать эти правила, то у них проявляется уважение к окружающим и возникнет представление о том, что неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, не будет одобрен окружающими людьми. Кроме того, воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах.

В процессе повседневной моей работы с обучающимися стремлюсь к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались.

Задачи заключаются в следующем:

- познакомить детей с алгоритмом выполнения культурно-гигиенических навыков;
- приучать следить за своим внешним видом, продолжать формировать умение правильно чистить зубы, пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши, ноги, мыться в бане; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расчёской и носовым платком; своевременно и аккуратно пользоваться туалетом.
- формировать простейшие навыки поведения за столом: правильно пользоваться столовой ложкой, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережёвывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом, не шуметь;
- создавать условия для развития умений у детей самостоятельно использовать

полученные навыки в повседневной жизни;

- формировать потребность у детей в соблюдении навыков гигиены и опрятности.

Педагогические приёмы, которыми я пользуюсь для обеспечения успешного решения поставленных задач:

- прямое обучение;
- показ;
- упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр;
- систематическое напоминание детям о необходимости соблюдения правил гигиены;

Использую игровые и практические методы. Чтобы выявить уровень развития культурно-гигиенических навыков обучающихся, в начале каждого учебного года проводится диагностика. На основе анализа диагностики, составляю план воспитательной работы. В группе есть дети – инвалиды, есть и со сложной структурой дефекта (Никита П., Максим Н., Слава С.), с трудностями в обучении. Мальчики разные по своему физическому развитию и заболеваниям, в результате которых у всех наблюдаются нарушения развития психических, познавательных процессов: восприятия, памяти, мышления, речи. Эти дети отличаются крайне медленным темпом деятельности, несамостоятельны при выполнении навыков самообслуживания, у них нарушена координация движений, мелкая и общая моторика. Они с трудом вовлекаются в коллективную (групповую или парную) работу, словарный запас минимальный, речь скудная, односложная. В работе с этими детьми применяется индивидуальный подход, как при отборе заданий, так и при выборе форм и методов её освоения, которые соответствуют их личностным и индивидуальным особенностям. Данные ребята требуют постоянного контроля, психологической и медикаментозной коррекции. Поэтому включила в календарно-тематическое планирование больше практической работы с элементами игры, сюрпризными моментами, чтобы улучшить показатели по всем критериям. Выполняем различные упражнения для развития мелкой и общей моторики. Провожу индивидуальные практические занятия с учащимися. Для отработки того или иного умения провожу короткие занятия: «Чистые руки», «Здоровые зубы», «Красивые ногти», «Культура питания», «Сам одеваюсь на прогулку», «Поведение за столом». Основной формой работы на данном этапе обучения является индивидуальная работа с ребенком. Я постоянно проговариваю действия, которые выполняю вместе с ребенком, называю используемые предметы, указываю на сделанные ошибки, отмечаю

даже самые незначительные успехи, а также стимулирую речь ребенка. В умывальной комнате у нас оформлен стенд «Личная гигиена».

Все ребята в группе, кроме Никиты П., умеют правильно умываться, чистить зубы, одеваться. С ним провожу ежедневную, индивидуальную работу, направленную на формирование умений и навыков самообслуживания. В процессе гигиенического воспитания и обучения детей сообщаю им разнообразные сведения: о значении гигиенических навыков для здоровья, о последовательности гигиенических процедур в режиме дня, формирую у детей представление о пользе физкультурных упражнений. Для этого использую дидактические и сюжетно-ролевые игры. Навыки детей быстро становятся прочными, если они закрепляются постоянно в разных ситуациях. Главное, чтобы детям было интересно, и чтобы они могли видеть результаты своих действий, (кто-то стал значительно опрятнее и т.д.)

Воспитательские часы на тему здоровья соответственно по тематическому планированию. На занятиях знакомя с профилактическими мерами по укреплению здоровья. Обучающиеся получили знания о сортах лечебного чая, где выращивают чай, познакомила с местными лекарственными растениями, отгадывали загадки.

Благодаря планомерно проводимой работе улучшается самочувствие детей, снижается заболеваемость, а также закрепляются умения и навыки по культурно-гигиеническим навыкам. Правила, которыми должны руководствоваться дети в повседневной жизни: **«Если товарищу трудно, помоги ему», «Если тебе трудно - обратись за помощью».**

Планируемые результаты:

- обучающиеся должны самостоятельно выполнять гигиенические процедуры;
- самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдать элементарные правила поведения во время еды, умывания;
- иметь элементарные представления о необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни;
- умеет замечать беспорядок в одежде и устранять его при небольшой помощи взрослых.

Важными условиями проведения коррекционной работы в данном направлении являются регулярность занятий, их вариативность в организации и проведении, непрерывность воспитательного процесса, единство требований педагогов и родителей. Только в этом случае сформированные у детей навыки станут осознанными действиями, а затем и привычкой.