

Список источников

1. Жугина, Л. Ф. Клиническая оценка эффективности зубной пасты «32 жемчужины» / Л. Ф. Жугина // Стоматол. журн. — 2003. — № 2. — С. 57—58.
2. Леус, П. А. Микробный биофильм на зубах. Физиологическая роль и патогенное значение / П. А. Леус // Стоматол. журн. — 2007. — № 2. — С. 129—133.
3. Тристенъ, К. С. Педагогу о болезнях зубов у детей : учеб.-метод. пособие / К. С. Тристенъ. — Барановичи : РИО БарГУ, 2007. — 104 с.
4. Тристенъ, К. С. Гигиена полости рта : учеб.-метод. комплекс / К. С. Тристенъ. — 2-е изд., испр. и доп. — Барановичи : РИО БарГУ, 2008. — 100 с.
5. Тристенъ, К. С. Участие студентов педагогического факультета в воспитании навыков сохранения стоматологического здоровья у ребёнка в дошкольном учреждении // Сер. Педагогика, психология и социология : наук. пр. : [в ? ч.] / К. С. Тристенъ. — Донецк : [б. в.], 2009. — Вип. 5 (155). — Ч. 2. — С. 324—329.
6. Тристенъ, К. С. Педагогу о стоматологических заболеваниях у детей : моногр. / К. С. Тристенъ. — Барановичи : РИО БарГУ, 2009. — 280 с.
7. Улитовский, С. Б. Гигиена и профилактика. Типирование зубных паст / С. Б. Улитовский // «Дент-Информ» : информ. бюлл. — 2000. — С. 24—25.
8. Axelsson, P. Mechanical plaque control / P. Axelsson // Proceedings of the I European Workshop on Periodontology ; Eds. N. P. Land, T. Karring. — Berlin : Quintessenz, 1993. — P. 219—243.
9. Jenkins, S. The mechanism of action of chlorhexidine. Astady of plaque growth on enamel inscirts in vivo / S. Jenkins [et al.] // L. Clin. Peridontol. — 1988. — 15, № 7. — P. 415—424.

Материал поступил в редакцию 02.01.2014 г.

УДК 613.9(075.8)

В. Ф. Черник

БГПУ им. М. Танка, Минск

МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОЛОВОГО ВОСПИТАНИЯ И ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Введение. Половое воспитание детей дошкольного возраста нередко представляют сложным и противоречивым вопросом, поскольку не разработаны полностью методические основы в решении данной проблемы, имеющей свои возрастные особенности. Поэтому изучение полового воспитания и формирования навыков личной гигиены у детей дошкольного возраста весьма актуальны.

Основная часть. Родители должны объяснять то, что хотят знать малыши; реагировать на вопросы детей по половому развитию и созреванию так, чтобы исключить собственное удивление и возмущение. Ответы и пояснения, которых ждут дети, не должны противоречить законам природы. Они должны быть краткими, чёткими, спокойными, не касающимися физиологических механизмов полового развития. Отвечать на вопросы нужно серьёзно и ясно. Например, ответ должен быть: «Дети появляются и растут в животе у мамы». При объяснении нужно идти от известных фактов к неизвестному. Например, легче объяснить рождение ребёнка, если показать размножение бабочек, появление на свет цыплят, котят.

Вопросы, которые задают дети, чаще всего проявление их любознательности, наблюдательности. Например, детей очень интересует сам факт рождения человека. У нормально развивающегося ребёнка сверхсособого интереса к половым вопросам не бывает. Однако в поведении дошкольников могут проявиться особенности, которые вызывают у родителей неопределённую реакцию или даже панику. Ребёнок исследует своё собственное тело. Интересные игры со сказочными персонажами, с куклами переключают внимание ребёнка на другие занятия.

Детей часто интересует, почему половые органы имеют разное строение. Им следует объяснить, что мальчики и девочки неодинаковы, и органы устроены по-разному. Когда в семье появляется грудной ребёнок, дети видят половое сходство или различие и воспринимают это как должное. Желательно, чтобы они присутствовали при раздевании и купании ребёнка. Для того чтобы половое воспитание было успешным, родителям надо знать физиологические особенности полового развития ребёнка (т. е. какие внешние проявления половой системы принимать за норму, а какие следует считать отклонениями от нормы).

У детей дошкольного возраста появляется стремление к общению с лицом противоположного пола. Уже в три года ребёнку может нравиться какой-нибудь мальчик или девочка (причём, мальчику — девочка, а девочке — мальчик). При этом мотивы дружбы разные (красивая, добрая, хорошо танцует или рисует). В дошкольном возрасте у девочек появляется желание наряжаться, украшать себя. Они, подражая взрослым, красят губы, надевают туфли на высоком каблуке. Надо не высмеивать раннее стремление девочек к красоте, а прививать им основы хорошего вкуса, чувство меры. В данном случае половое воспитание непосредственно связано с эстетическим. У детей дошкольного возраста чётко формируется понятие половой принадлежности. В этой связи воспитатели должны подходить к ним

дифференцированно: «Ты должен поступать так, потому что ты мальчик», «Надо убирать в комнате, ведь ты девочка». Формированию половой принадлежности способствует также то, что взрослые постоянно подчёркивают: это маленькая девочка, это мальчик. В 3—4 года ребёнок чётко знает свою половую принадлежность.

В дошкольном возрасте у детей наблюдаются игры, например, в мамы и папы, «свадьбу», делают уколы, измеряют температуру; маленькие девочки иногда подкладывают под платье различные вещи и заявляют: «У меня будет ребёночек». В данной ситуации огорчаться не следует, так как дети используют в игре то, что видели и слышали, не понимая смысла и значения своих действий. Необходимо у детей воспитывать правильное отношение друг к другу. Дети по-разному начинают вести себя с представителями своего и противоположного пола. Например, мальчик относится к девочкам с чувством нежности или их не трогает, а с другими мальчиками дерётся, обижает их.

Уже в дошкольном возрасте необходим дифференцированный подход к воспитанию мальчиков и девочек как будущих мужчин и женщин. В любой семье отец и мать по-разному относятся к дочери и к сыну: мальчику покупают машинки, девочке — куклы, приучают выполнять неодинаковую домашнюю работу. Игры у детей разных полов различаются: мальчики играют в войну, подражая героям, а девочки — в куклы, подражая матерям. Так неосознанно формируются мужской и женский типы характеров. Воспитание сына в семье — это, прежде всего, воспитание будущего гражданина, мужа и отца. Поэтому с раннего возраста надо воспитывать у мальчика уважение к матери, бабушке, сестре, жене. Отношение к мальчику должно быть строже, выше требования к его физической силе, смелости, решительности.

Дошкольников необходимо обучать гигиеническим навыкам. Гигиеническое воспитание, как и половое, в дошкольном учреждении образования является частью общего воспитания и осуществляется на основе формирования у ребёнка условных рефлексов, постоянного их закрепления. Личная гигиена включает вопросы гигиены тела, быта (поддержание чистоты воздуха в жилище), уход за одеждой и постельными принадлежностями, создание оптимальных условий для сна и отдыха.

Ребёнку нужно объяснить, что руками он берёт различные предметы: карандаши, ручки, книги, тетради, мячи, игрушки, гладит домашних животных, берётся за дверные ручки, притрагивается к различным предметам в туалетных комнатах, на которых есть микробы, невидимые глазом и остающиеся на коже пальцев. Затем дети сами делают вывод, что необходимо мыть руки перед едой, после посещения туалета, после их загрязнения (уборка комнаты, работа в огороде, игра с животными) и перед сном. С помощью игровой технологии (на игрушках) надо показать ребёнку, как происходит механизм инфекционного процесса и почему совершенно недопустимо сосать пальцы, грызть ногти и твёрдые предметы (карандаши, ручки). Ребёнок должен усвоить, что грязные ногти — признак неаккуратного человека. Опираясь на личный опыт детей, взрослые обращают внимание на то, что длинными ногтями можно поцарапать кожу себе и окружающим, следовательно, их необходимо аккуратно подстригать, поскольку грязь, скапливающуюся под длинными ногтями, удалить трудно.

Необходимо приучить ребёнка следить за гигиеной тела. С помощью сказочных персонажей из мультфильмов возможно доказать это. Дети делают вывод, что необходимо ежедневно мыть ноги и вытирать специальным полотенцем, носки менять (не реже, чем через день), дома надевать домашние туфли или тапочки. Водные процедуры утром и вечером перед сном имеют гигиеническое значение, закаляют организм и укрепляют нервную систему. Всё тело необходимо мыть не реже одного раза в неделю дома в ванне, под душем. Мыться нужно обязательно тёплой водой, натирая тело мочалкой с мылом. Обучение ребёнка гигиене волос проводится с использованием куклы-тренажёра. Нужно на кукле показать, как детским шампунем очень тщательно мыть волосы. Нужно мыть волосы не реже одного раза в неделю, после мытья их расчёсывать индивидуальной расчёской.

Обучение ребёнка гигиене тела также является частью полового воспитания. В дошкольном возрасте важно уметь проводить туалет половых органов, не фиксируя на этой процедуре внимание ребёнка, так как она должна восприниматься так же естественно, как мытьё рук, чистка зубов. В 4—5 лет ребёнок должен самостоятельно мыть лицо, уши, грудь и руки, а с 6-летнего возраста — обтираться до пояса.

Для профилактики кариеса необходимо следить, чтобы дети ограничили употребление сладостей (между основными приёмами пищи и на ночь); включать в рацион продукты, содержащие фтор, кальций, железо и фосфор (рыбу, творог, отварное мясо, овощи и фрукты). Нужно научить ребёнка пользоваться зубной нитью для удаления частиц пищи в промежутках между зубами. Используя игрушки-муляжи, надо доказать, почему нельзя применять для этого иголки и булавки и резко переходить от горячей пищи к холодной.

Необходимо объяснять детям вред привычки держать во рту бусинки, монетки, мелкие детали от детских игрушек, поскольку они могут попасть в гортань, бронхи, пищевод, что очень опасно. Детей можно научить полоскать рот и горло, наглядно поэтапно личным примером показав, как это делается, закрепив рефлекс полоскания рта водой утром, после еды. На схеме можно продемонстрировать, что если ребёнок возьмёт в рот немытыми руками продукты питания, то они попадают в желудок инфицированными и вызывают отравление. Затем дети должны сами сделать вывод, что необходимо мыть руки перед едой, после посещения туалета и загрязнения. Дети должны сделать вывод, почему неприемлемо сосать пальцы, грызть ногти и твёрдые предметы.

Сквозное проветривание позволяет снизить загрязнённость воздуха. Оно должно производиться зимой не менее трёх раз в день (утром, днём и перед сном) продолжительностью не менее 30 минут. Во избежание сырости следует избегать сушки белья в жилых помещениях. Уборка должна быть влажной. Ребёнок, придя с улицы, должен щётками ежедневно чистить от пыли и затем проветривать свою одежду; далее переодеться в специальную чистую одежду для дома. Верхнюю одежду необходимо хранить отдельно. Следует обратить внимание на гигиену сна: у ребёнка должна быть отдельная немягкая кровать, длина которой на 20—25 см превышает рост ребёнка. Спать он должен в ночной рубашке из мягкой хлопчатобумажной ткани. Постельные принадлежности (простыни, пододеяльники и верхние наволочки) следует менять не реже одного раза в неделю, а одеяла вытряхивать на открытом воздухе.

Заключение. Таким образом, для формирования гигиенических навыков у детей дошкольного возраста практикуется наглядный показ правильного выполнения гигиенических процедур, используются куклы-тренажёры, игрушки, специальные компьютерные программы, разработанные на основе сказочных сюжетов, а также личный пример педагога и пример сверстников. Разнообразные игры на гигиенические темы, особенно с куклами, стихи и рассказы для детей, разъяснения с использованием иллюстраций, слайдов помогают формированию гигиенических навыков ребёнка, являющихся составной частью полового воспитания. Только при повседневном формировании гигиенических навыков (связанных с половым воспитанием), коррекции и контроле выполняемых действий ребёнком можно достичь положительных результатов.

Список источников

1. *Кравцов, М. П.* Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста : учеб. пособие / М. П. Кравцов. — Минск : [б. и.], 2002.
2. *Шпаков, А. И.* Основы гигиены в детских дошкольных учреждениях / А. И. Шпаков. — Гродно : [б. и.], 2003.
3. *Белкина, Л. В.* Адаптация детей раннего возраста к условиям детского дошкольного учреждения : практ. пособие / Л. В. Белкина. — М. : [б. и.], 2004.

Материал поступил в редакцию 10.01.2014 г.