**Методика формирования представлений о себе у дошкольников**

Для эффективности процесса социализации важно, чтобы ребенок научился осознавать свою принадлежность к человеческому роду, чтобы он не только узнавал о своих человеческих способностях и возможностях, но и учился управлять своим телом, своими чувствами, своими поступками.

Содержание работы с детьми, направленной на воспитание интереса к себе и «помощи» себе в собственной социализации, можно объединить в несколько групп: организм человека; чувства, мысли, умения, поступки; место среди других людей. Все это вместе и поможет ребенку составить представление о себе как о человеке

В своей работе воспитатель должен следовать определенной логике, основанной на учете возможностей возраста, которая обеспечит усвоение познавательного материала и воспитание нравственных чувств и отношений. Эта логика такова:

I этап

Прежде всего, надо уточнить знания детей о названиях и положении разных органов чувств и частей тела у человека вообще, у них самих, у животных. Эта работа проводится с детьми в раннем возрасте («Покажи, где у тебя (у мамы, у собачки) глазки, носик, ушки, язычок...»). Воспитатель (родители) задают детям вопросы и подкрепляют ответы малышей поощрительной улыбкой, похвалой. Ребенка просят показать то же самое на картинках. Читают народные песенки, потешки. Используются простые упражнения типа «Закрой глазки, нет, не руками, просто закрой»; «Покажи язычок»; «Давай спрячем носик от мороза»; «Ножками потопай, ручками похлопай»; «Покажи пальчики, сожми их в кулачок» и т. д.

Значение этого первого этапа заключается в том, что взрослый фиксирует внимание детей на их органах чувств и частях тела, закрепляет соответствующие знания.

II этап

Далее взрослые выясняют, понимает ли ребенок назначение органов чувств и частей тела («3ачем тебе глаза, нос, рот?..»). При этом следует учитывать, что, например, на вопрос «Зачем тебе язычок?» ребенок трех лет может ответить: «Чтобы показывать». Для малыша этого возраста подобный ответ можно считать правильным, так как ребенок правильно соотнес орган с тем, как он сам «использует» его в жизни, как, например, использует его собака в жаркий день. Из-за наглядности и конкретности мышления, неумения устанавливать причинные связи и зависимости да и в силу своего небольшого социального опыта ребенок в три года и не может дать другого ответа.

Результатом таких единичных знаний явится обобщение, которое ребенок сделает самостоятельно при тактичной помощи воспитателя: каждый орган чувств и часть тела необходимы человеку для чего-то, все органы чувств помогают нам больше узнать об окружающем.

Когда речь пойдет о частях тела - руках, ногах, можно рассказать детям об их строении и функционировании. Воспитатель предлагает дошкольникам рассмотреть на картинке, на себе, друг на друге, из каких частей состоят рука и нога; ответить на вопросы, почему они устроены именно так. А что было бы, если бы рука не сгибалась в локте, а нога в колене?

После того как воспитатель убедится в умении ребенка называть и свои органы чувств, и части тела, объяснять, для чего они человеку, можно переходить к следующему, третьему этапу.

III этап

С помощью воспитателя дети находят ответы на вопросы, как функционируют органы чувств, как они устроены, каковы их особенности.

При этом нужно разделить вопросы об органах чувств и частях тела. Об устройстве и функционировании органов чувств можно рассказать только тем детям, которые проявят к этому интерес, для всех будут полезны и интересны сведения об особенностях органов чувств у человека и животных (у кого самые зоркие глаза, кто лучше всех слышит, кто видит в темноте и т.п.).

IV этап

Четвертый этап - овладение способами бережного отношения к своим органам чувств и частям тела.

После того как дети на практике убедятся, как важны органы чувств и части тела, можно переходить к следующему этапу. Первая беседа с детьми проходит на тему «Что тебе вредит или есть ли враги у твоего организма».

V этап

И наконец, заключительным этапом ознакомления детей с органами чувств и частями тела является воспитание сочувственно-доброго отношения к людям-инвалидам. Эта часть работы носит ярко выраженный нравственный характер. Ощущение собственного здоровья и собственной полноценности должно с детских лет сочетаться у ребенка с состраданием, сочувствием к тем, кто лишен этого блага.

Детям старшего дошкольного возраста можно рассказать и о внутренних органах человека, их значении и функционировании. Конечно, выбор должен быть предельно ограничен: сердце, желудок, легкие, мозг. И лишь для детей, проявляющих особый интерес к подобной информации, эту программу можно расширить.

Методика аналогична той, которую воспитатель использует при ознакомлении с внешними органами: познакомить с названием, примерным расположением, через упражнения и наблюдения дать возможность почувствовать орган (сердце сильно бьется после бега, плавания, прыжков; дыхание учащается, можно вдохнуть и выдохнуть воздух и т. д.).

Главная цель работы воспитателя - научить ребенка анализировать свои «человеческие» проявления, сравнивать их с проявлениями других людей (детей и взрослых), животных.

Умение выражать свое эмоциональное состояние воспитатель у дошкольников формирует в играх-драматизациях, а также театрализованных играх, требующих от ребенка использования многих средств выразительности: интонации, силы голоса, мимики, жестов и др. И хотя в играх ребенок берет на себя чью-то роль, но переживания у них «свои», и он опосредованно обучается реальным формам выражения и чтения чувств.

Необходимо учить детей способам выражения чувств. Этой цели служат многочисленные упражнения, которые проводятся в непринужденной обстановке. Один из методических приемов - «Школа жеста» («Учись жестами выражать свое эмоциональное состояние и отношение к окружающим. Скажи жестом, без слов: здравствуйте, проходите, пожалуйста; до свидания; иди сюда; не делай этого!» и т. п.). Воспитатель обращает внимание детей на жесты, которые могут быть обидными для другого человека или просто некрасивыми.

Так же воспитатель анализирует с детьми их поступки и умения. Цель анализа - привлечь внимание ребенка к самому себе и вызвать желание становиться лучше.

Очень важно формировать у ребенка представление о такой отличительной особенности человека, как способность думать («Я - человек, и потому я умею думать и умею рассказывать о том, что я думаю»). При этом решаются две задачи. Первая задача - формирование представления о себе как мыслящем существе, способности думать самостоятельно, оригинально, заранее планировать свою деятельность, поступки, высказывания. В процессе ее решения детям прививается любовь к процессу «думания», к умственной нагрузке и ее результатам.

Вторая задача - воспитывать представление о том, что и другие люди умеют думать и их мысли могут не совпадать с твоими; несмотря на это, нужно с уважением и вниманием относиться к мыслям другого человека и уметь выслушивать и понимать его, а в случае несогласия высказывать свое мнение уважительно.

Познание ребенком самого себя происходит и при осознании им его социальной роли в семье и понимании своей связи с близкими людьми, принадлежности к своему роду, родословной. Такое понимание способствует эмоциональной устойчивости личности, воспитанию уверенности в самом себе, чувства собственного достоинства, т. е. всего того, что делает человека личностью.

Содержание педагогической работы в этом направлении можно распределить на несколько взаимосвязанных частей.

Очень важно, чтобы ребенок знал свою фамилию, домашний адрес, номер телефона, имена родителей, близких людей. Это необходимо ему для осознания своей уникальности, а также для того, чтобы было на что опереться в сложной ситуации (если вдруг ребенок заблудился). Вместе с тем надо, чтобы дети знали, когда можно, а когда нельзя называть свой адрес, номер телефона и даже свою фамилию.

Интересная и важная работа может быть проведена по ознакомлению дошкольников с понятиями имени и фамилии (почему появились имена, фамилии, что они обозначают, что обозначают имена и фамилии конкретных детей, что обозначают имя и фамилия воспитателя).

Следующая часть работы - уточнение понятия «семья», а также социальной роли всех членов семьи и самого ребенка в его семье («Кто ты для мамы, дедушки, твоей тети?», «Сколько в вашей семье мам, пап, сыновей, дочерей?»). Выяснять и уточнять знания детей можно не только в беседе, но и на занятиях изодеятельностью («Нарисуй свою семью»), в играх-драматизациях и сюжетно-ролевых играх в семью.

И наконец, значительная часть работы, важная для интеллектуального и нравственного развития ребенка, посвящается ознакомлению детей с их родословной. К этой работе следует привлекать и взрослых членов семьи, объясняя родителям ее значение и необходимость. Методы могут быть разные: рассматривание семейных фотографий, сравнение ребенка с фотографиями других членов семьи для нахождения сходства, рассказы воспитателя, родителей о своей родословной, организация в дошкольном учреждении «Праздника семьи» и др. Важно прививать детям любовь к своему роду и гордость за принадлежность к нему.

 Приложение

**Упражнения и опыты, направленные на ознакомление дошкольников со значением органов чувств и частей тела.**

**«Розовые ручейки»**

Цель: дать детям первые представления о крови и кровеносной системе, развивать любознательность; формировать способность анализировать результаты опытов.

Методические рекомендации: Готовясь к данному занятию, воспитатель должен уточнить для себя, как выглядят детские ладошки на просвет, иначе его указания окажутся неточными и неконкретными.

Эксперимент лучше проводить в яркий солнечный день. При недостатке света включают электрическую лампу.

Методика проведения: дети сидят за столами по двое или вокруг одного большого стола.

Взрослый сообщает детям о том, что кровь, которая вытекает из ранки, немного другого цвета, чем та, которая находится внутри организма. Чтобы узнать ее цвет, он предлагает детям повернуться лицом к окну (электрической лампе), сложить ладошки вместе и накрыть ими глаза. Советует прикрывать плотнее, чтобы свет не пробивался между пальчиками. Глаза не закрывать. После этого просит детей посидеть спокойно, чтобы глаза привыкли к темноте. Дети видят, что через ладошки просвечивает кровь. Вопросы к детям: Какого она цвета? Отличается она от той крови, которую вы видели? Кто знает, для чего нужна кровь?

С помощью воспитателя дети приходят к выводу: детские ладони прозрачны, на розовом фоне хорошо видны темные контуры костей. У взрослых видно то же, только ладони менее прозрачны.

Кровь переносит и кислород, а уносит ненужные вещества.

**«Сердечные» помощники»**

Цель: дать детям представления о влиянии физической нагрузки на частоту сердцебиения.

Методика проведения: воспитатель напоминает детям, что сердце стучит ровно и спокойно всю жизнь. Даже, когда они еще не родились, их сердце уже работало. Оно никогда не устает, никогда не останавливается. Отдыхает оно в перерывах между ударами.

Затем детям предлагается узнать, как работает их сердце, когда они бегают.

Начинаем бег на месте!

Веселее, дружно, вместе!

2-3-4-5 - никому нас не догнать!

1-2-3-4 - бегаем по всей квартире!

1-2-3-4-5 и 6 - надо всем на место сесть!

После этого дети слушают сердце ухом друг у друга.

С помощью воспитателя малыши делают вывод: если человек занимается физкультурой, его сердце работает быстрее. Оно становится все более сильным, потому что работает быстрее и чаще.

**«Где спрятался пульс?»**

Цель: дать детям представления о пульсе, учить находить пульс.

Методика проведения: воспитатель сообщает детям, что толчки крови можно прочувствовать и на крупных сосудах. Это называется «пульс». Дети повторяют хором. Предлагает детям найти пульс на шее: приложить к нему кончики пальцев. Пульс «прослушивается» кончиками пальцев с обеих сторон шеи чуть ниже угла нижней челюсти. Напоминает, что сильно не нужно сдавливать сосуды, иначе пульс не будет слышен. После этого детям предлагается поискать пульс на висках. Пульс обнаруживается в ямке около середины ушной раковины.

С помощью воспитателя дети делают вывод: если отсутствует пульс, то сердце не работает. Сосуды и сердце надо беречь, они должны служить человеку всю длинную жизнь. Сердце могут укрепить занятия физкультурой. Человек должен заботиться о своем здоровье.

**«Как работает ухо»**

Цель:дать простейшие понятия детям о строении и функционировании уха.

Материалы: воронка, склеенная из плотной бумаги (по количеству детей); для педагога - пластмассовая воронка, вода, картон, магнитофон с музыкальной кассетой.

Методика проведения: воспитатель предлагает детям представить себе, что воронка - это ухо. Широкая часть воронки - ушная раковина, узкая - наружный слуховой проход. Вода - это звук, который проходит в ухо. Картон - барабанная перепонка. Советует смотреть и слушать. Воздух через ушную раковину идет к барабанной перепонке и ударяется о нее. Перепонка дрожит. Чем сильнее звук, тем сильнее дрожит перепонка. Воспитатель сопровождает объяснения экспериментом - льет воду на картон через воронку. Дети слышат звук, возникающий от удара воды о картон. Вначале вода льется отдельными каплями; при повторении воспитатель льет воду струей. Эти опыты имитируют слабый и сильный звуки.

Затем воспитатель предлагает посмотреть, как помогает ушная раковина слышать звуки. С этой целью дети берут бумажную воронку и приставляют ее к уху, узким концом к слуховому проходу. Потом убирают. Как будет лучше слышна музыка? Педагог включает магнитофон так, чтобы сила звука была слабой. Дети проверяют качество восприятия звуков и делают вывод: при использовании воронки слабые звуки слышны лучше.

Воспитатель спрашивает: «Что может произойти с перепонкой, если поковырять булавкой или тонкой палочкой в ухе?» Ответы детей: тонкая перепонка прорвется, проколется. Педагог делает в картоне или в бумаге большое отверстие. Льёт воду. «Что получается?» Надо постараться, чтобы вода лилась в таз через это отверстие бесшумно. Ответы детей.

Дети с помощью воспитателя делают вывод: при травмировании перепонки человек может остаться глухим на всю жизнь.

**«Мои помощники»**

Цель: дать детям представления о частях тела, их назначении

Методика проведения: Воспитатель предлагает нарисовать человека и продолжает обсуждение рисунков с точки зрения того, каких помощников человека дети изобразили и почему они считают их помощниками. Воспитатель предлагает детям вспомнить стихи, поговорки, загадки о глазах, ушах, поразмышляют над вопросом воспитателя, зачем человеку два глаза, два уха, две руки, две ноги. После их ответов можно прочесть шуточные стихи С. Я. Маршака:

Одна дана нам голова.

Одна нога, одна рука,

А глаза два,

Зато два рта, два языка, -

И уха два,

И два виска, и две руки,

Зато один и нос и рот.

А будь у нас наоборот,

Мы только бы и знали,

Что ели да болтали.

Когда речь пойдет о частях тела - руках, ногах, можно рассказать детям об их строении и функционировании. Воспитатель предлагает дошкольникам рассмотреть на картинке, на себе, друг на друге, из каких частей состоят рука и нога; ответить на вопросы, почему они устроены именно так. А что было бы, если бы рука не сгибалась в локте, а нога в колене?

Дети с помощью воспитателя учатся называть свои органы чувств и части тела, объяснять, для чего они человеку.