

ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ САМООБСЛУЖИВАНИЯ

У ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

В настоящее время многие родители и даже педагоги уделяют больше внимания обучению детей чтению, математике и языкам, чем самообслуживанию, часто не учитывая, что для многих из них гораздо актуальнее научиться самостоятельно пить, есть, одеваться, умыться и т.д. Почему это так важно? Дело в том, что самообслуживание играет определённую роль в развитии ребёнка, так как способно резко поднять его самооценку и тем самым знаменует самый большой шаг на пути к его независимости. Вряд ли найдётся хоть одна мама, которая захочет в будущем видеть своего ребёнка беспомощным, не уверенным в себе, не способным самостоятельно решать проблемы, нытиком, постоянно прибегающим к родителям, чтобы пожаловаться на неудачи и поплакаться в «жилетку», рассказывая о тщетных попытках добиться чего-либо. А ведь именно с раннего возраста начинают формироваться такие черты характера как воля, уверенность в себе, желание добиться успеха, стремление к цели, активность и упорство в её достижении. А происходит это именно с привития навыков самообслуживания.

Формирование навыков самообслуживания у детей раннего возраста процесс длительный и требующий от окружающих взрослых не только терпения, но и определённых знаний о физиологических и психологических особенностях детей 1 -3 лет.

Что включает в себя понятие «самообслуживание» для детей раннего возраста? Самообслуживание включает в себя освоение следующих навыков:

- Приёма пищи;
- Одевания и раздевания;
- Гигиены тела;
- Опрятности.

Каждый ребенок – индивидуальность, и развитие всех навыков у каждого происходит по-своему и в свое время. Но есть приблизительные возрастные ориентиры появления тех или иных умений и навыков.

РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ ПРИЁМА ПИЩИ

- | | |
|--|-------------|
| • Берет пищу пальцами и помещает в рот | 1 г. 1 мес. |
| • Пьет из чашки, которую держит двумя руками | 1 г. 3 мес. |
| • Подносит ко рту ложку и ест, часто проливая | 1 г. 5 мес. |
| • Пьет из чашки, которую держит одной рукой | 1 г. 7 мес. |
| • Зачерпывает пищу ложкой из тарелки | 1 г. 8 мес. |
| • Ест и пьет самостоятельно достаточно аккуратно | 2 года |



- | | |
|--|-------------|
| • Переливает жидкость из одной емкости в другую | 2 г. 6 мес. |
| • Перекладывает ложкой из одной емкости в другую | 2 г. 6 мес. |
| • Пользуется салфеткой без напоминания | 3 года |



- Помогает убрать со стола

3 года



- Помогает накрыть на стол
- Ест вилкой

3 года

3 года

РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ ОДЕВАНИЯ И РАЗДЕВАНИЯ

- Подает руку, ногу по просьбе взрослого 1 год
- Стягивает носки 1 г. 2 мес.
- Снимает ботинки 1 г. 6 мес.
- Снимает или надевает шапку 1 г. 8 мес.
- Снимает расстегнутую куртку, кофту 1 г. 10 мес.
- Снимает колготки 2 года
- Снимает джемпер, платье, футболку 2 г. 6 мес.
- Застегивает (не вставляя) и расстегивает молнию 3 года
- Застегивает и расстегивает крупные пуговицы 3 года
- Надевает рубашку, платье, футболку, брюки, колготки 3 года и старше



штанину.

Любое действие можно разделить на маленькие поддействия, выполняемые в определённом порядке. Обучая ребенка новому навыку, составьте алгоритм и действуйте каждый раз согласно ему. Так, например, процесс одевания штанишек может выглядеть так:

1. Сядь на стульчик.
2. Возьми штанишки обеими руками.
3. Подними одну ножку и вдень её в штанину.
4. Поставь ножку на пол.
5. Подними вторую ножку и вдень её в другую



6. Встань и подтяни штанишки наверх обеими руками.



РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ ГИГИЕНЫ

- Активно участвует в мытье и вытирании рук 1 г. 6 мес.
- Позволяет почистить себе зубы 2 года
- Самостоятельно моет руки, лицо 2 года
- Вытирает нос, когда дают платок 2 года
- Самостоятельно вытирает руки и лицо 2 г. 6 мес.



- Самостоятельно моет руки с мылом 3 года



- С помощью взрослого чистит зубы зубной щёткой 3 года
- Самостоятельно пользуется носовым платком 3 года

Большое значение по формированию навыков самообслуживания занимает использование веселых стишков, потешек. Они помогают вызвать у детей желание умываться и сделать для них этот процесс лёгким и приятным.

Например:

«Знаем, знаем, да, да, да!

Где тут прячется вода!

Выходи, водица, мы пришли умыться!

Лейся на ладошку по-нем-нож-ку!

Нет, не понемножку – посмейся,

Будем умываться веселей!»

Водичка, водичка, умой моё личико

Чтобы глазоньки блестели, чтобы щёчки покраснели

Чтоб смеялся роток, чтоб кусался зубок.

Увлечь ребенка деятельностью по самообслуживанию можно вызвав у него интерес к предмету. Можно предварительно рассмотреть сюжетные картинки, где изображен ребенок, который умывается; картинки с изображением предметов, необходимых для умывания (мыло, мыльница, полотенце на вешалке, кран с водой)

РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ ОПЯТНОСТИ

- Реагирует на мокрые или грязные штанишки 1 г. 2 мес.
 - Реагирует на потребность в туалете беспокойством 1 г. 6 мес.
- Или голосом
- Дает знать взрослому, что хочет в туалет доступными 1 г. 10 мес.
- Ему средствами (не словами)
- В течение дня остается сухим 2 года
 - Снимает сам штанишки, садясь на горшок 2 года
 - Просится в туалет (используя слова) 2 г. 3 мес.
 - Под присмотром взрослого ходит в туалет (снимает штанишки, садится на горшок, одевается сам) 3 года



- Под руководством взрослого использует по назначению туалетную бумагу 3 года

Если занятые родители изо дня в день сажают ребенка на горшок тогда, когда, по их мнению, подошло время, не побуждая в малыше никакой инициативы к самостоятельным действиям, то ребенок вряд ли скоро начнет ходить в туалет сам. Некоторые дети сами чувствуют, что хотят в туалет, поэтому молча садятся на горшок, как правило, забывая снять штанишки. Для того, чтобы ускорить этот процесс и приучить ребёнка пользоваться горшком, важно первым делом научить его понимать то, о чем с ним говорят. Важно не только хвалить малыша за понятливость (за то, что он своевременно просится на горшок), но и все время говорить о том, чтобы он делал это каждый раз, как захочет.

Кроме того, ребенок может в этот период не только учиться обслуживать себя, но и оказывать простейшую помощь по дому родителям (убрать свои игрушки, разложить хлеб в тарелке, ложки на столе, отнести за собой использованную посуду к раковине).



Задача родителей – создать все необходимые условия для того, чтобы в самостоятельной деятельности ребенок мог использовать накопленные знания и опыт. Ласковый и уверенный тон родителей позволяет достигнуть взаимопонимания с маленьким ребенком и помогает приучить его к самостоятельности. В некоторых случаях ребенка рекомендуется «подкупать», предлагая ему какое-нибудь поощрение, подарок в случае, если он сделает то, о чем его просят.

Скорость формирования навыков самообслуживания зависит от индивидуальных особенностей ребенка, типа нервной системы (холерик, флегматик, сангвиник, меланхолик), от скорости запоминания, от семейного отношения к чистоте и опрятности, так как именно пример родителей и близких людей является главным для малыша.

Источник: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2015/01/24/formirovanie-navykov-samoobsluzhivaniya-u-detey>