

## Формирование навыков самообслуживания



Ранний возраст (1-3 года) – самый эффективный период для начального формирования навыков самообслуживания.

С первых дней пребывания ребёнка в детском саду, взрослые должны стараться обеспечить, прежде всего, психологический и физический комфорт для детей.

Для комфорtnого самочувствия ребёнка в этот период большое значение имеет, то в какой мере у него сформированы навыки самообслуживания (одевания, еды и др.).

Между тем не во всех семьях уделяется достаточное внимание формированию этих навыков и привычек (ещё маленький, в детском саду научат и т.д.). Многие дети приходят в детский сад не умеют самостоятельно есть, не просятся на горшок (привыкли к памперсам), не умеют раздеваться, пользоваться носовым платком, мылом, полотенцем и т.д.

Вырабатывать у детей навыки самообслуживания необходимо терпеливо, спокойно, лишь постепенно усложняя требования к ребёнку, которые должны быть посильны и выполнимы.

У детей дошкольного возраста преобладает конкретное наглядно-образное мышление. В связи с этим для успешного формирования у них гигиенических навыков необходимо прибегать к показу и объяснению. Детям становится понятна целесообразность требований (руки мыть чисто, не лить воду на пол и т.д.).

Умелое руководство взрослых сокращает время овладения навыками личной гигиены. Необходимо создать установку у ребёнка на все предстоящие режимные процессы: «Сейчас Анечка будет кушать», «Миша будет спать» и т.д.

Слова настраивают ребёнка на предстоящий процесс (в то время, как молчаливое действие обычно пугает ребёнка).

Все режимные процессы должны проводиться спокойно, без лишней суеты, без причинения ребёнку неприятных ощущений.

Особенно важен контроль на начальной стадии формирования навыков самообслуживания: дети могут неправильно держать ложку, вилку, забывать пользоваться носовым платком, небрежно складывать одежду.

### Рекомендации родителям:

- ☺ Страйтесь поддерживать стремление ребёнка к самостоятельности.
- ☺ Поощряйте, хвалите, своего ребёнка даже за небольшие достижения.
- ☺ Навыки самообслуживания прививаются быстрее, если взрослый покажет и прокомментирует, как, что и в каком порядке делать.
- ☺ Нельзя торопить ребёнка с выполнением какого-либо действия, надо дать ему возможность выполнять всё спокойно, самостоятельно.
- ☺ Если у малыша, что-то не получается не спешите ему на помощь, пока он этого не просит.
- ☺ Страйтесь всегда поддерживать активность и эмоциональный настрой ребёнка.
- ☺ В процессе воспитания используйте потешки, стишки, личный пример.
- ☺ Страйтесь использовать игровую ситуацию.
- ☺ Всегда придерживайтесь доброжелательного эмоционального настроя.

**Желаем вам успехов по формированию навыков самообслуживания у ваших детей!**

*педагог-психолог*

*Ирина Владимировна Панина*