Рекомендации для родителей

«Формирование и развитие навыков самообслуживания у детей»

Формирование навыков самообслуживания одна из важнейших задач воспитания и обучения детей.

Нужно помнить, что семья — первое общество, где формируется характер ребенка, его нравственные качества, привычки, жизненно необходимые навыки.

Навыки самообслуживания - это соблюдение гигиенических правил, уход за одеждой, выполнение простого труда по дому. Ребёнка приучают самостоятельно одеваться, умываться, убирать свою постель, ставить на место игрушки, наводить порядок в игровом уголке.

Такие навыки самообслуживания как одевание и раздевание образуются не сразу. Для того чтобы ребёнок освоил их нужно, чтобы он хорошо понимал, как это следует делать, а затем постоянно упражнять его в этой работе.

При обучении ребёнка самостоятельному одеванию и раздеванию придерживайтесь общих правил:

\*Одежда должна быть удобной, просторной, чтобы её можно было легко снимать и надевать.

Сначала, управляя руками ребенка, взрослый помогает ему снять необходимую одежду, затем лишь слегка приспускает ее, предоставляя ребенку завершить действие. При формировании навыков одевания и раздевания взрослый должен находиться позади ребенка, чтобы дать ему ощущение, что он действует сам, и в то же время он чувствует готовность взрослого помочь. Постепенно взрослый ослабляет помощь, будучи готовым эту помощь предоставить в случае, если она снова понадобится.

\*Поощряйте ребенка. По началу не мало важным является похвала ребенка уже за то, что он сидит на стульчике, пока «мы вместе надеваем колготки». Затем руками ребенка взрослый начинает подтягивать колготки вверх на завершающем этапе одевания. По мере увеличения активности и самостоятельности ребенка в выполнении данного действия начинает подключать его раньше и раньше, хвалит за малейшие самостоятельные движения эмоциональными восклицаниями.

Для того, чтобы не произошло пресыщения похвалой, сохранялась ее ценность, похвалу необходимо ослаблять за те действия, которые у ребенка уже получаются без помощи взрослого, и переносить свое внимание (похвалу) на те операции, которые ребенок не выполняет.

\*Когда ребёнок научится снимать и надевать простую одежду, подберите для него такие вещи, которые его заинтересуют (с застёжками «молния», «липучками», пуговицами).

\*Постоянно уделяйте внимание обучению одеваться, выделите для этого время среди других дел**.** Формируя навыки самообслуживания, воспитывайте параллельно и бережное отношение к вещам. Показывайте и проговаривайте, как надо складывать вещи, вешать их на стульчик, в шкаф и т.д.

\*Отрабатывайте навыки, связанные с умением самостоятельно одеваться во время совместной игры с ребёнком. Используйте игры с переодеванием, предложите ребёнку одеть и раздеть его любимую куклу**.** Использование игровых приёмов поможет лучше укрепить в его сознании правильность выполнения действий. Можно предложить ребенку поиграть в игры «Оденем куклу Машу на прогулку», «Кукла испачкалась, давай переоденем ее», «Подбери кукле одежду по цвету» и т.д.

\*Одевая ребёнка, не спешите. Дайте ему возможность самому принять участие в одевании. Позволяя ему одеваться и раздеваться в комфортном для него месте, мы выработаем у него стереотип действий, не вызывая у него нежелательных реакций на предстоящую деятельность.

\*При формировании умения, необходимо придерживаться определённой последовательности обучения, переходя от простого к сложному.

В процессе привития навыков культуры питания используйте следующие приёмы:

\*Детальный показ и подробное объяснение каждого движения в их последовательности. Решающее значение при этом имеет активное участие в выполнении данного действия.

\*Сохранение неизменным одного и того же способа, одной и той же последовательности действий для выработки алгоритма.

\*Многократное повторение одних и тех же действий в определённой последовательности.

\*Постепенный переход от показа к подробным словесным объяснениям.

Важными задачами гигиенического воспитания являются:

\*Учить детей пользоваться столовыми приборами и салфетками.

\*Учить тому, что, чем и как едят (хлеб, котлета, салат, суп, каша, бутерброд, запеканка).

\*Познакомить с разновидностями посуды (чайная, столовая, кухонная).

\*Учить сервировать стол к чаю.

\*Привлекать внимание к заданному образцу правильного общения во время приёма пищи.

Все сведения о культуре питания прививаются детям в повседневной жизни в процессе разнообразных видов деятельности и отдыха. Для закрепления знаний и навыков личной гигиены перед приёмом пищи желательно давать детям различные поручения. В игровой форме нужно помочь ребёнку не только правильно накрыть на стол и поставить посуду, но и твёрдо усвоить, что, перед тем, как приступить к выполнению своих обязанностей, необходимо тщательно помыть руки с мылом и привести себя в порядок, причесаться.

Формируя у ребёнка простейшие культурно- гигиенические навыки, приучая его к соблюдению правил гигиены, обыгрывайте выполняемые действия и объясняя их смысл. Воспитывайте привычку быстро и правильно умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем, чистить зубы, мыть ноги перед сном, правильно пользоваться носовым платком, расчёской, следить за чистотой одежды, обуви и т.д.

Навыки детей становятся более прочными, если они постоянно закрепляются в различных ситуациях. Главное, чтобы детям было интересно, и чтобы они могли видеть результаты своих действий.

Постепенно круг обязанностей ребёнка по самообслуживанию расширяется, у него формируется привычка, устойчивый навык выполнения необходимых самостоятельных действий, что снижает его зависимость от помощи взрослого и делает более уверенным в себе.

Используемые источники:

https://stayki.rooivacevichi.gov.by

[https://infourok.ru/prezentaciya-na- temu-rekomendacii-roditelyam-po-formirovaniyu-umenij-samoobsluzhivaniya-u-detej-s-opfr-v-seme-4638055.html](https://infourok.ru/prezentaciya-na-%20temu-rekomendacii-roditelyam-po-formirovaniyu-umenij-samoobsluzhivaniya-u-detej-s-opfr-v-seme-4638055.html)

<https://www.maam.ru/detskijsad/formirovanie-kulturno-gigienicheskih-navykov-u-detei-s> -ogranichenymi-vozmozhnostjami-zdorovja.html

ГУСО «Пружанский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации»

Рекомендации для родителей

«Формирование и развитие навыков самообслуживания у детей»

Подготовил

воспитатель «А» класса

Чередниченко Н. В.

Февраль 2024