

## Рекомендации для родителей по формированию социальных навыков (навыков самообслуживания) у детей младшего возраста.

- Как воспитать в детях самостоятельность?
- Как сделать так, чтобы ребенок научился убирать за собой вещи?
- Что нужно, чтобы по возвращению с работы, видеть, что все игрушки стоят на своих местах?
- Что уже умеет Ваш ребенок, и чему ему стоит обучиться?
- Как научиться НЕ делать все за ребенка?

Если Вас интересуют ответы на эти и другие вопросы, связанные с воспитанием в ребенке навыков самообслуживания, тогда читайте и применяйте простые и конкретные рекомендации, представленные в данной статье.

В целом, навыкам трудового воспитания можно обучать ребенка с самого раннего детства. И одним из самых первых и нужных навыков – это умение **обслуживать себя самостоятельно**. К самообслуживанию относится выполнение всех необходимых обязанностей по отношению к самому себе, таких как: одевание, умывание, самостоятельный прием пищи, уборка игрушек и своей постели, комнаты.

### Основное значение самообслуживания в воспитании ребенка:

- Чем раньше и лучше у ребенка сформируются навыки самообслуживания, тем более приспособленным к жизни он вырастет;
- Обслуживая себя самостоятельно, ребенок научается, таким образом, проявлять заботу к своим близким. Начинает ценить проявленную к нему заботу;
- Ребенок становится не только более самостоятельным, уверенным в себе, но и тренирует стремление к достижению цели, активность, упорство, также идет формирование волевых качеств;
- Постоянство требований родителя к детям, а также повторяемость, обеспечивают прочность в закреплении полученных навыков;
- Формирование правильных привычек у ребенка: потребности в чистоте и опрятности.



### Что могут делать дети младшего возраста?

- мыть руки, при этом убирая рукава;
- мыть лицо не разбрызгивая воду;
- правильно пользоваться мылом и зубной щеткой;
- насухо вытираться полотенцем и без напоминания вешать его на место;
- одеваться и раздеваться в определённой последовательности: одежду снимать и надевать, складывать, вешать, выворачивать на лицевую сторону, застёгивать и расстёгивать пуговицы, завязывать и развязывать шнурки, застегивать молнию.
- замечать, что одежда неопрятна, или загрязнена, и самостоятельно устранять это, или обращаться за помощью к взрослому;
- своевременно (без напоминания!) пользоваться носовым платком, туалетом;
- пить из чашки, есть, хорошо пережёвывая пищу с закрытым ртом;
- правильно пользоваться ложкой (к концу четвёртого года жизни, салфеткой);
- убирать игрушки, книги, канцелярские принадлежности после игры на место.

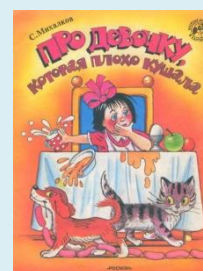
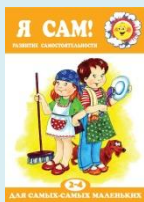
### 10 советов «Как воспитывать у детей самостоятельность в самообслуживании»

➡ **Чтение художественных произведений.** Приобщение к самостоятельности в самообслуживании возможно через прочтение художественных произведений (сказки, стихи, потешки, рассказы, прибаутки), т.к. дети, погружаясь в произведение, ненавязчиво сопереживают главному герою, пытаются сравнить его с собой, подсказывают правильное решение в трудной ситуации. Тем самым обучаются самостоятельно.



Рекомендованная литература для формирования правильных привычек и навыков самообслуживания:

- ✓ В. Н. Орлова «Хрюшка обижается»;
- ✓ С. В. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала»;
- ✓ Э. Н. Успенский «Дети, которые плохо едят в детском саду», «Удивительное дело»;
- ✓ И. Муравейка «Я сама»;
- ✓ Н. П. Саконская «Где мой пальчик»;
- ✓ С. Капутикян «Кто скорее допьёт»;
- ✓ А. Л. Барто «Девочка чумазая»;
- ✓ Л. Воронькова «Маша - растеряша»;
- ✓ З. Александрова «Что взяла клади на место», «Гопотушка»;
- ✓ К. Чуковский «Мойдодыр», «Федорино горе»;
- ✓ В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо»;
- ✓ Чтение юмористических частушек Г. Ладонщикова из книги: «Про знакомые дела»;
- ✓ А. Аринушкин, С. Махотин «Я сам! Медвежонок, который хотел делать все САМ!».



➡ **Личный пример.** Для того чтобы ребенок научился не только правильно и хорошо умываться, но и последовательно одеваться - родителям, в первую очередь, необходимо показать, как это правильно делается! А затем закреплять положительный результат через многократные повторения вместе с ребенком.

Ребенок должен УПРАЖНЯТЬСЯ в своем навыке. И только после того, как ребенок научился подражать Вам в показывании - можно переходить на подробные словесные объяснения: «Мы собираемся в детский сад. Для этого нам надо с тобой одеться. Давай возьмем белые колготки из нижнего ящика шкафа и наденем их на себя. Сначала надеваем колготки на правую ногу .и т. д». Чем подробнее Вы будете говорить ребенку где взять ту или иную вещь, и что с ней делать – тем быстрее навык надевания на себя одежды сформируется.

И только после того, когда родители увидели, что ребенок все запомнил, и подробные объяснения более не требуются можно переходить к общим фразам, таким как: «Завяжи шарф хорошо, как я, или твоя сестра», «Повесь свои вещи в шкаф, а я посмотрю, правильно ли ты это сделал».



*Важно не только упражнять ребенка в навыках самообслуживания, но и проверять правильность выполнения. Это необходимо делать до тех пор, пока нужный навык полностью не закрепится. Когда ребенок сам научится, например, надевать и снимать с себя одежду, даже без Ваших общих фраз – напоминаний.*

➡ **Похвала.** Хвалите ребенка! Но хвалите правильно! Если вы довольны тем, что ребенок выполнил что-то правильно, например, завязал шнурки на ботинках, и они не развязались в течении 10 минут – похвалите его. При этом, лучше сказать, не просто: «какой ты умница, молодец, хороший», а акцентировать внимание на том, что Вы довольны, как он сегодня сделал то-то и то-то. Таким образом, у ребенка появится понимание того, за что его похвалили, и он будет обучаться данным навыкам с большей активностью и мотивацией.

➡ **Учет инициативы.** Если решили, что ребенок уже обучается навыкам, например, в чистке зубов – перестаньте делать это за него. Вместе с ним – сколько угодно, но за него уже не делайте. Иначе навык будет закрепляться намного дольше.



➡ **Не спешить.** Любое обучение не требует спешки. Обучение навыкам самообслуживания к этому тоже относится. Если Вы (родитель) торопитесь куда-то, стараетесь успеть сделать несколько дел одновременно, при этом обучить чему-то ребенка – лучше оставьте это дело.



Например: Вы учите ребенка самостоятельно надевать одежду, чтобы он САМ собрался в детский сад. При этом, Вы опаздываете. Встали несколько позже. И вместо того, чтобы подождать, пока ребенок все-таки вставит ножки в брюки – решаете сделать это за него. И так изо дня в день. Вы подгоняете ребенка, переживаете и делаете вновь и вновь что-то за него.



**ИТОГ:** навык сформирован НЕ БУДЕТ! Ребенок просто расстроится, потеряет мотивацию, и не захочет больше учиться. Или привыкнет, что за него все делают, и будет постоянно просить Вас о помощи.

Как исправить? Вставайте пораньше, и дайте возможность ребенку надевать на себя одежду столько, сколько ему потребуется. Словесно контролируйте его, например, говоря об очередности вещей.

➡ **Не следует сравнивать!** Ни в коем случае не сравнивайте ребенка с кем-то другим. Например, такие фразы как: «Вот Саша уже умеет застегивать курточку, а ты до сих пор» - должны быть по строжайшим запретом!

Ребенку нужна помощь со стороны взрослых! Он хочет чувствовать и ощущать поддержку от родителей. Поэтому поощряйте своего ребенка, и ни в коем случае не смейтесь и не критикуйте его действия.

➡ **Напоминание.** Дети младшего возраста могут забывать о поручениях и изучении навыков. Им об этом необходимо напоминать. Для этого используйте специальные «напоминалки». Например, Вы можете повесить на дверях картинку, на которой изображена лейка и цветок. Это позволит ребенку вспомнить, что пора полить цветы.



Или над кроватью разместите фотографию заправленной кровати, или схему, как правильно убрать свою кровать. Это также напомнит ребенку с утра, что кровать необходимо убирать!

Такие «напоминалки» могут быть размещены по всей квартире: в ванной комнате, на кухне, в туалете и у шкафа с детскими игрушками. Причем, «напоминалки» должны висеть не все время, а появляться незаметно для ребенка, чтобы он не привыкал к их образу. Тем самым, он будет уделять им больше внимания.

➡ **Единые требования.** Обучая ребенка дома, старайтесь соблюдать единство в требованиях.



Если обучаете навыку самообслуживания «Убери за собой игрушки», используя ряд слов и примеров, то эти же слова и примеры должны использоваться другими членами семьи.

➡ **Посильные требования.** Навык должен быть по силам ребенку. Выше уже были даны рекомендации по поводу того, что может уметь делать ребенок до 5 лет. Старайтесь, чтобы ребенок шаг за шагом изучал каждое из перечисленных навыков. И только при условии, что все навыки не только выучены, но и закреплены и перешли в стадию «автоматизма» - можно предлагать ему следующие.

**Обучение в игре.** Играйте с ребенком! Придумывайте всевозможные игры, через которые ребенок будет обучаться навыкам самообслуживания. Обязательно используйте его любимые игрушки.



## Игры, способствующие формированию у детей навыков самообслуживания

### Игра: «Убери со стола»

**Цель:** сформировать у ребенка навык самостоятельных действий: убирать посуду со стола.

**Оборудование:** посуда.

**Ход игры:** Родитель показывает ребенка, как убирать посуду со стола на поднос, предлагает ему повторять за собой. При этом взрослый может комментировать свои действия: «Мы кладем на поднос тарелку, чашку, ложку и т.д.» Затем ребенку дается возможность действовать самостоятельно.

**Усложнения:** Постепенно можно просить ребенка называть каждый предмет, который он ставит на поднос.

### *Игра: «Кукла заболела»*

**Цель:** научить ребенка пользоваться носовым платком.

**Оборудование:** кукла, носовые платки или бумажные платочки (на выбор).

**Ход игры:** Родитель показывает ребенку куклу и говорит: «Вот наша кукла Даша, и она заболела, у нее насморк и ей так трудно дышать через нос. Но у Даши в кармане всегда лежит носовой платок. Давай поможем Даше очистить свой носик!» Взрослый также может произнести потешку:

*Даша заболела, трудно ей дышать,  
Будем МЫ платочком носик вытирать!*

Родитель показывает ребенку, как правильно пользоваться носовым платком, демонстрируя это на кукле. Предлагает ребенку повторить действие самостоятельно на его любимой кукле, или на Даше.

### *Игра: «Оденем кукол».*

**Цель:** познакомить ребенка с разными видами застежек и способами застегивания.

**Оборудование:** куклы, одежда на застежках (молния, пуговицы, липучки, кнопки, крючки), коляска.

**Ход игры:** Родитель предлагает ребенку одеть кукол и покатать их в коляске, при этом говорит: «Посмотри, какая у кукол красивая одежда! В ней точно можно пойти на улицу! Давай соберем их на прогулку». После чего, вместе с ребенком рассматриваете каждый предмет, обращая внимание на застежки, и демонстрируя способы застегивания.

Ребенку можно предложить самостоятельно одеть всех кукол, после чего покатать в коляске.

### *Игра: «Обед у кукол»*

**Цель:** сформировать интерес у ребенка к самостоятельным действиям при накрывании стола к обеду.

**Оборудование:** игрушечная посуда, скатерть, две куклы.

**Ход игры:** Родитель просит ребенка накрыть стол для кукол, при этом показывает необходимые предметы и действия с ними. Затем предлагает ребенку посадить кукол за стол и угостить обедом.

Усложнения: Постепенно можно ограничиваться только фразой: «А давай покормим наших кукол, но для этого, накрой, пожалуйста, на стол!».

### *Игра: «Вымой руки»*

**Цель:** научить ребенка самостоятельно мыть руки.

**Оборудование:** резиновый заяц (или любая другая резиновая игрушка).

**Ход игры:** Родитель обращается к ребенку: «Мы пришли с прогулки, нам нужно вымыть ручки. Зайчик будет смотреть, как мы моем ручки. Давай покажем Зайчику, как это правильно делать!».

Родитель ставит игрушку на край умывальника и показывает ребенку движения руками под струей воды. Затем просит ребенка повторить за ним. В конце процедуры родитель от имени Зайчика хвалит ребенка.

### *Игра: «Волшебный шнурок»*

**Цель:** развитие движений мелкой моторики рук, научить ребенка вдевать и выдергивать шнурок в отверстия по сюжетной картинке.

**Оборудование:** игра-книжка «Волшебный шнурок» и шнурки.

**Ход игры:** Родитель вместе с ребенком рассматривает игру-книжку, и предлагает ребенку завязать на ней шнурочки, при этом, для начала, вдев шнурки в отверстия на книге. Родитель ОБЯЗАТЕЛЬНО показывает ребенку правильность выполнения задания.

**1 Этап:** Показать ребенку как вдевать шнурки в отверстия на книге. Дать ребенку возможность повторить эти действия совместно с родителем. Затем предложить ребенку самостоятельно выполнить все необходимые действия.

**2 Этап:** Показать ребенку как завязывается узел на шнурках. Повторить совместно с ребенком, затем предложить ему завязать узел самостоятельно.

**3 Этап:** Показать ребенку как завязывать шнурок. Обязательно повторить ВМЕСТЕ с ребенком, держа его руки в своих руках. Затем предложить ребенку выполнить самостоятельно.

Если у ребенка не получается выполнить действия самостоятельно, родитель совместно с ним воспроизводит эти действия, помогая ребенку справиться с трудностью.