**Воспитатели:** Орехова Светлана Васильевна.

**МБДОУ д/с №82 «Родничок», Россия, Белгородская обл., г. Белгород.**

# Консультация для родителей «Воспитание у детей младшего дошкольного возраста самостоятельности в самообслуживании»

1.Самостоятельность - ценное качество, необходимое человеку в жизни, и оно должно воспитываться с раннего возраста.

Дети по своей природе активны. Задача взрослых - развивать эту активность, направлять ее в нужное русло, а не глушить назойливой опекой. Кому из вас незнакомо стремление ребенка к самостоятельности. «Я сам», - говорит он каждый раз, когда взрослые начинают натягивать на него рубашку, колготки, кормить его.

Взрослые торопятся прийти па помощь ребенку, спешат сделать за него сами. Им кажется, что ребенок не может выполнить это самостоятельно: порвет, упадет, уколется, а взрослый сделает все быстрее и лучше.

Но такие действия взрослых членов семьи причиняют только вред. Ребенка лишают самостоятельности, подрывают у него веру в свои силы, приучают надеяться на других. Да и себе взрослые не облегчают работы, если подсчитать, сколько времени они тратят на обслуживание ребенка. Полезнее было бы матери или отцу потратить время на то, чтобы научить ребенка необходимым навыкам, делая это настойчиво, терпеливо. На просьбу ребенка «я сам» не следует отвечать: «Мне некогда», а лучше дать ему возможность испробовать свои силы. И родители скоро убедятся, что ребенок стал более ловким, умелым, меньше обливается при умывании, может сам раздеться и т. п.

Конечно, малыш не сразу и с большим трудом приобретает необходимые навыки, ему потребуется помощь взрослых. Прежде всего, следует создать в семье необходимые условия: приспособить к росту ребенка вешалку для одежды, выделить индивидуальную полку или место на полке для хранения предметов туалета (носовых платков, лент, носков, постоянное и удобное место для полотенца и т. д.

Но создания условий еще недостаточно для формирования навыков самообслуживания и воспитания самостоятельности у детей. Необходимо также правильно руководить действиями детей. Прежде чем требовать от ребенка самостоятельности в самообслуживании, его учат действиям, необходимым в процессе одевания, умывания, еды. Обучая детей тем или иным действиям (надеть и снять кофту, завязать шарф, намыливать руки, правильно держать ложку и т. д., наглядно демонстрируют способ их выполнения. Показ желательно производить в несколько замедленном темпе. Если ребенок не может сразу следовать образцу, нужно оказать ему помощь. Внимание детей обращают на рациональность тех или иных способов действия, например:

полотенце после употребления нужно сначала расправить, а потом уже вешать - так оно лучше просыхает, не падает на пол;

чтобы пятка сразу оказалась на месте, колготки надевают с носка, предварительно собрав их в «гармошку»;

чтобы правильно надеть платье или свитер, сначала нужно определить, где у них перед (на одежде детей младшего возраста должны обязательно быть отличительные признаки: застежка, метка, вышивка).

Желательно, чтобы показ действий и попытки детей выполнять их самостоятельно взрослые сопровождали не только объяснениями, но и вопросами, направляющими внимание ребенка на необходимость действовать определенным образом;

Обучая детей, учитывайте их опыт.

Постепенное усложнение требований, перевод ребенка на новую ступень самостоятельности поддерживают его интерес к самообслуживанию, позволяют совершенствовать навыки.

В труде по самообслуживанию ребенка учат доводить начатое дело до конца, выполнять работу качественно. В закреплении навыков самообслуживания большое место принадлежит игре. В играх с куклой можно, например, закрепить знания детей о последовательности в одевании, раздевании, умывании. С помощью игровых персонажей (куклы, мишки, петрушки) можно понаблюдать за тем, как ребенок ест, умывается, одевается.

Воспитывая самостоятельность, старайтесь как можно реже прибегать к замечаниям, наставлениям, порицаниям. Больше опирайтесь на поощрения и похвалу. Как отмечают психологи, чувство стыда ребенок переживает менее остро, чем чувство гордости. Поэтому по отношению к детям младшего дошкольного возраста чаще применяют положительную оценку. Положительная оценка порождает у них интерес, стремление улучшить свой результат, дает им возможность увидеть, чему они научились, чему еще нужно научиться. За что можно похвалить ребенка в труде по самообслуживанию? Похвалы заслуживает старание, усидчивость, находчивость ребенка, стремление оказать внимание, помощь родителям, овладеть новыми действиями.

Оценивая то или иное действие ребенка, недостаточно ему сказать: «Молодец» или «Неправильно», следует конкретно указать, что сделано ребенком хорошо, а что ему не совсем удалось. Ваши оценки важны для ребенка, именно потому вы должны быть тактичными и придерживаться меры, чтобы не порождать рядом с уверенностью самоуверенность. Похвала не должна быть фальшивой, преувеличенной. Она должна быть заслуженной. Объективная оценка помогает укреплять у детей желание делать все самим, умение преодолевать трудности, добиваться результата.

В младшем дошкольном возрасте дети обладают большой подражательностью. Все виденное ими, и хорошее, и плохое, отражается в их поведении. Поэтому, желая воспитать у детей самостоятельность, аккуратность, отец и мать должны быть примером дли подражания. Если они сами не будут класть вещи на место, аккуратно с ними обращаться, а станут лишь требовать этого от детей, то им не удастся воспитать у своего ребенка привычки к аккуратности. Дети школьного возраста также должны быть примером для младших братьев и сестер.

При воспитании у детей самостоятельности в самообслуживании учитываются их возрастные особенности. Так, если поручить ребенку, которому нет еще трех лет, самостоятельно завязывать шнурки, то эта задача окажется для него слишком сложной. Конечно, можно достичь определенного результата, но это будет победа ценой излишнего возбуждения ребенка. Раз это далось ему не сразу, значит задача предложена несвоевременно или подана неумело.

Труд должен приносить ребенку радость. Поэтому не надо упрекать его в медлительности и небрежности. Это может вызвать отрицательное эмоциональное состояние, повлечь за собой нежелание принять участие в труде следующий раз. Опыт придет постепенно. Сначала нужно вызвать интерес.

Важно, чтобы с раннего детства ребенок усвоил, что работать трудно, но почетно. Учебный труд, который станет впоследствии для ребенка основным видом труда, потребует от него больших усилий, упорства, настойчивости, т. е. тех умений, которыми он овладеет в дошкольном возрасте.

Что дети младшего возраста должны научиться делать самостоятельно:

мыть руки, засучивая рукава; мыть лицо, не разбрызгивая воду; правильно пользоваться мылом;

не мочить одежду; сухо вытираться полотенцем, без напоминания вешать его на отведенное место;

одеваться и раздеваться в определенной последовательности:

одежду снимать, надевать, складывать, вешать, - вывертывать на лицевую сторону, пуговицы застегивать, расстегивать, завязывать шнурки ботинок;

замечать непорядок, в одежде и самостоятельно устранять его или обращаться за помощью взрослому;

своевременно пользоваться носовым платком, туалетом;

пить из чашки, есть, хорошо пережевывая пищу с закрытым ртом;

правильно пользоваться ложкой, вилкой (к концу четвертого года жизни, салфеткой;

убирать игрушки, книжки, строительный материал на определенное место.

Условия, необходимые для развития самостоятельности ребенка в самообслуживании

В одевании:

вешалка для верхней одежды, соответствующая росту ребенка;

индивидуальная полка или место на полке для хранения предметов туалета (носовых платков,

лент, носков) ;

постоянное место для хранения ночной рубашки, пижамы (желателен специальный мешок) ;

удобная для одевания одежда (легко застегивающиеся пуговицы; шнурки для обуви с твердыми

наконечниками; достаточно свободные резинки на юбках, трусах, колготах, шортах; соответствующий голове ребенка размер ворота, удобные застежки на платьях, кофточках) .

В умывании:

устойчивая подставка под ноги (расстояние от нее до края раковины должно быть примерно 55см, а до крана - 65-70см, т. е. равняться расстоянию от пола до согнутой в локте руки ребенка) ;

постоянное и удобное место для зубной пасты, щетки, стаканчика или подставки для нее (при покупке данных вещей нужно позаботиться об их внешней привлекательности: яркая окраска,

красивая этикетка, оригинальная форма);

отдельная мыльница с туалетным мылом, разрезанным на 2-4 части;

удобное место для полотенца (детское полотенце не должно соприкасаться с полотенцами других членов семьи. Если в семье несколько детей, подбираются разные по цвету или орнаменту полотенца. Удобный для ребенка размер полотенца - 40-50см в ширину, 50-70см в длину).

При приеме пищи:

стул в соответствии со столом (расстояние от сиденья до крышки стола должно равняться 18-19 см, под ноги нужно сделать подставку, расстояние от нее до сиденья стула - 25-28см);

небольшого размера столовый прибор: тарелка, чашка, вилка, ложка;

на доступном для ребенка расстоянии хлебница с хлебом, нарезанным мелкими ломтиками.

2. Режим дня, необходимость соблюдения режима дня.

Режим дня - это распорядок различных видов деятельности и отдыха в течение суток.

Нервная система маленьких детей очень чувствительна к различным воздействиям окружающей среды. Они быстро устают и поэтому нуждаются в частой смене занятий и продолжительном отдыхе. Соблюдение режима дня благоприятно сказывается на здоровье детей.

В дошкольном учреждении все виды деятельности расписаны по времени и режим соблюдается неукоснительно. Желательно соблюдать режим и дома. Ребенок должен твердо знать, что режим не будет нарушен ни при каких обстоятельствах, и тогда не придется уговаривать малыша ложиться спать или есть.

Главный вид отдыха - сон. Необходимо приучить ребенка ложиться спать и вставать в определенное время, при этом вырабатывается соответствующий условный рефлекс. Перед сном рекомендуются только спокойные игры, очень полезна получасовая прогулка на свежем воздухе.

Ужинать надо не позднее, чем за 1-1, 5ч до сна. Перед ночным сном ребенок должен почистить зубы, вымыть лицо, шею, руки и ноги водой комнатной температуры.

Утром, проснувшись, ребенок должен сразу встать с постели.

В режиме дня должна быть предусмотрена прогулка. В летнее время ребенку нужно как можно больше времени бывать на свежем воздухе; осенью и зимой - тоже, по крайней мере, несколько часов. В случае плохой погоды прогулки могут быть кратковременными, но частыми. После активной прогулки у ребенка всегда хороший аппетит и глубокий сон.

3.Правильный распорядок дня, строгое соблюдение режима - залог правильного формирования нервной системы ребенка, выработки уравновешенности и трудолюбия.

Это дает возможность привить ребенку необходимые навыки, которые, закрепившись, остаются на всю жизнь и обеспечивают устойчивость организма к воздействию неблагоприятных факторов.