

«Я сам»



Консультация для родителей .

**Развитие у детей
гигиенических навыков и
навыков самообслуживания.**

На третьем году жизни продолжается период интенсивного развития самостоятельности во всех сферах жизни и деятельности ребенка. «Я сам», - говорит кроха и выдергивает свои ручки из ваших, чтобы помыть их, или хватается тряпку, чтобы вытереть лужу со стола.



Очень важно **не упустить этот период**, когда ребенок так стремится к самостоятельности. Именно сейчас он очень хочет учиться застегивать пуговицы, умываться и одевать варежки, а также пылесосить, подметать и мыть посуду, и как раз сейчас - наиболее благоприятное время для формирования навыков самообслуживания и бытовых умений.

· Для ознакомления ребенка с действиями по самообслуживанию можно использовать: наблюдения за действиями взрослых и других детей, рассматривание иллюстраций в книгах, дидактические игры, чтение художественных произведений, рассказывание соответствующих потешек и стихов.

· Воспитывайте у ребенка любовь к порядку. Предлагайте ребенку помочь вам, когда вы убираете квартиру, развешиваете одежду, расставляете в коридоре обувь...

· Воспитывайте у ребенка привычку к опрятности: помогайте пользоваться носовым платком, салфеткой, обращайтесь внимание малыша на его одежду (если она мокрая или запачкана, предложите её сменить), учите беречь вещи.

· Прививайте крохе навыки культурного поведения: спокойно сидеть за столом, пользоваться салфеткой, тихо разговаривать при укладывании спать, благодарить за оказанную помощь.

· Будьте постоянны, систематичны и последовательны, соблюдайте ежедневно повторяющиеся ритуалы приема пищи, отхода ко сну, собирания на прогулку и т.д. Ритуалы помогают ребёнку настроиться на определенные действия.

· Пусть малыш лучше плохо, но сам умоется или причешется, чем вы раз за разом будете делать это за него, отбивая желание пробовать свои силы.

И обязательно хвалите малыша за любые усилия.

· Старайтесь сделать процесс привития культурно-гигиенических навыков интересным. Если ребенок напрочь отказывается что-то делать, не стоит идти напролом, лучше применить маленькие хитрости (например, не чистим зубки, а «красим» их «белой краской»).

· Помогайте крохе усваивать культурно-гигиенические навыки и с помощью игровых ситуаций: напоминайте, например, что игрушечному медвежонку тоже надо мыть руки перед едой.

· Для формирования культурно-гигиенических навыков у малыша создайте определенные условия: повесьте крючок для полотенца так, чтобы ребенок легко мог до него дотянуться, подставьте к раковине скамеечку (с нескользящими ножками), чтобы ему было удобно доставать до крана. Ребенок должен иметь возможность посмотреть на себя в зеркало, чтобы проверить свой внешний вид; расческа, щетка для одежды, тоже должны быть ему доступны.

· Учитывайте, что скорость формирования навыков самообслуживания индивидуальна для каждого малыша и зависит от его особенностей, типа нервной системы (холерик, флегматик, сангвиник и меланхолик) и многих других факторов.

Освоенные культурно-гигиенические навыки **только к 5-6 годам** превратятся в привычные действия, выполнение которых станет личной потребностью ребенка. Поэтому у 2-3 летнего ребенка **необходимо постоянно повторять и закреплять навыки самообслуживания**. Иначе, малыш может перестать использовать недавно полученный навык.

Дети с удовольствием кушают под текст потешек. Советую их широко использовать.

Кормление.

Варись, варись, кашка,

В голубенькой чашке.

Варись поскорее,

Булькай веселее.

Из густого молока,

Да из мелкой крупки.

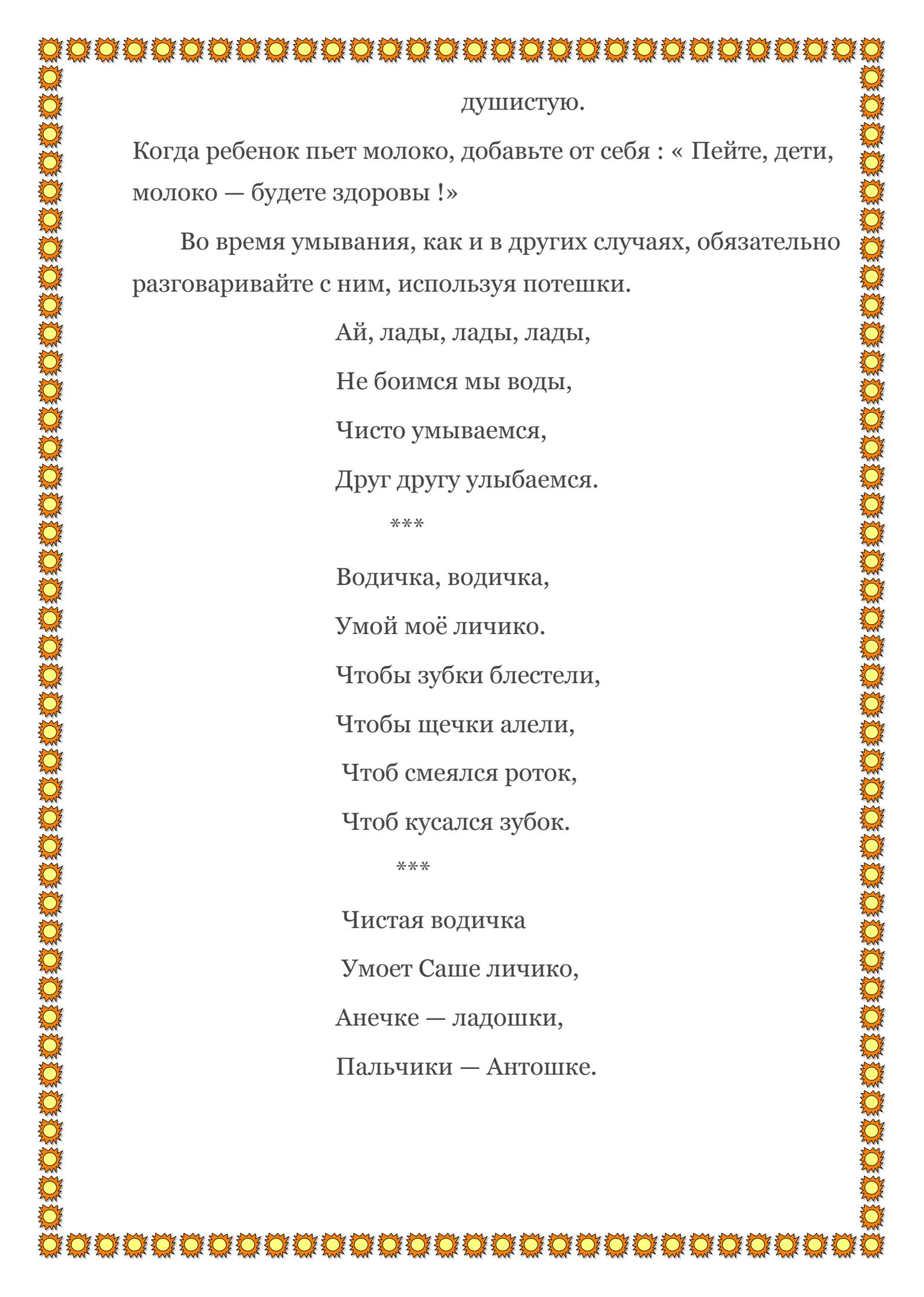
У того, кто кашку ест,

Вырастут все зубки.

Умница, Катенька, ешь кашку

сладеньку,

Вкусную, пушистую, мягкую,



душистую.

Когда ребенок пьет молоко, добавьте от себя : « Пейте, дети,
молоко — будете здоровы !»

Во время умывания, как и в других случаях, обязательно
разговаривайте с ним, используя потешки.

Ай, лады, лады, лады,
Не боимся мы воды,
Чисто умываемся,
Друг другу улыбаемся.

Водичка, водичка,
Умой моё личико.
Чтобы зубки блестели,
Чтобы щечки алели,
Чтоб смеялся роток,
Чтоб кусался зубок.

Чистая водичка
Умывает Саше личико,
Анечке — ладошки,
Пальчики — Антошке.

Проговаривая потешку, демонстрируйте на себе умывание, показывая, где у вас глазки, щечки, ротик, зубки, ладошки, пальчики.

Лапки?

1. Мыли.

Ушки?

1. Мыли.

Хвостик?

1. Мыли.

Все помыли !

И теперь мы чистые,

Зайчики пушистые !

Проблема для ребенка — научиться самостоятельно одеваться. Конечно, вам гораздо проще одеть его самому, чем многократно показать ему одни и те же действия, не видя при этом ни какого результата. Тем не менее будьте терпеливы, систематически проводите эту работу, не меняйте порядок ее выполнения. Расскажите потешку, обувая ребенка на прогулку.

Вот они — сапожки.

Этот - с правой ножки,

Этот - с левой ножки.

Если дождичек пойдет,
Наденем мы сапожки :
Этот - с левой ножки,
Этот — с правой ножки.

При одевании : Завяжу потуже шарф,
Буду делать снежный шар,
Я шар покачу,
Я гулять хочу.

Когда ребенок уже одет на прогулку, не забудьте похвалить его, приободрить, что бы с хорошим настроением выйти на улицу.

Мишутка.

Шапка да шубка -
Вот и весь Мишутка !

Постепенно приучаем детей самостоятельно одеваться на прогулку. Для этого существует алгоритм (последовательность) одевания : колготки, платье, рубашка, кофта, теплые штаны, шерстяные носки, сапожки, шапка, куртка, шубка, шарф, варежки. Учите детей не только надевать и снимать одежду, но и складывать и убирать ее в определенное место. Тем самым вы воспитаете у него привычку к аккуратности и сформируете положительные навыки поведения.