

Консультация для родителей

*“Воспитание самостоятельности и культурно –
гигиенических навыков у детей младшего
дошкольного возраста”.*



Самостоятельность – ценное качество, необходимое человеку в жизни.

Воспитывать его необходимо с раннего детства. По своей природе дети активны, очень часто они стремятся выполнять различные действия самостоятельно. И нам, взрослым, важно поддержать их в этом.

Часто каждому из нас в ответ на предложение сделать что – то за ребёнка или помочь ему в чём – то приходилось слышать “Я сам!” - говорит он каждый раз, когда взрослые начинают натягивать на него рубашку, колготы, кормить его. Взрослые торопятся прийти на помощь ребёнку, 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 оказывают ли взрослые действительную помощь детям, приносят ли им пользу? Разумеется, такие действия взрослых членов семьи причиняют большой вред. Ребенка лишают самостоятельности, подрывают у него веру в свои силы, приучают надеяться на других. 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 испытать свои силы

Конечно, малыш не сразу и с большим трудом приобретает необходимые навыки, ему потребуются 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.

Без создания этих условий ребенку трудно быть самостоятельным. Но создание 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 или снять кофту, завязать шарф, намыливать руки, правильно держать ложку и т.д.), наглядно демонстрируют способ их выполнения.

В труде по самообслуживанию ребенка учат доводить начатое до конца, выполнять работу качественно. Например, учат не только снимать одежду в определенной последовательности, но и выворачивать каждую вещь на лицевую сторону, аккуратно складывать, вешать ее.

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 возраста чаще применяют положительную оценку, которая 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 совсем не 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 для подражания. Если вы сами не будете класть вещи на место, аккуратно с ними обращаться, а станете лишь требовать этого от детей, то вам не удастся воспитать у своего ребенка привычки к аккуратности.

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.

Психологи утверждают: уже к трём годам у ребёнка резко возрастает стремление к самостоятельности и независимости от взрослого как в действиях, так и в желаниях. У него появляется устойчивое желание самоутвердиться. Подавлять эти стремления ни в коем случае нельзя – это приводит к осложнениям в отношениях ребёнка и взрослого.

Первый из них – **негативизм**, т. е. непослушание или нежелание выполнять указания взрослого, а стремление делать всё наоборот.

Затем – **упрямство**, ребёнок будет настаивать на своём просто потому, что он этого потребовал.

Так же в поведении ребёнка могут проявляться строптивость или своеволие (ребёнок всё хочет делать сам, отказываясь от помощи взрослых), наблюдаются такие явления, как бунт против окружающих (конфликт с окружающими, постоянно ссорится, ведёт себя агрессивно).

Таким образом, **подавление детской самостоятельности способно оказать серьёзное негативное влияние на развитие личности ребёнка.**

В годы раннего возраста дети могут освоить все основные культурно-гигиенические навыки, научиться понимать их важность, легко, быстро и правильно выполнять. Особое внимание надо уделять детям до пяти лет, которым «самостоятельное» умывание и одевание обычно доставляют большое удовольствие. Когда детям будет 5—7 лет, следует совершенствовать уже приобретенные навыки и следить за неукоснительным

и правильным их выполнением. Навыки и привычки, прочно сформированные в дошкольном возрасте, сохраняются на всю жизнь, т.е. каким навыкам и привычкам вы научите своего ребёнка в дошкольном возрасте, то и сохранится у него на протяжении всей жизни.

При воспитании культурно-гигиенических навыков большое значение имеет пример окружающих. В семье, где родители, старшие братья и сестры не сядут за стол, предварительно не вымыв руки, и для малыша это становится законом. Но общий правильный уклад жизни в семье еще не гарантирует усвоение ребенком всех доступных ему навыков.

Их воспитанию приходится уделять специальное внимание. Прежде всего следует обеспечить постоянное выполнение ребенком установленных гигиенических правил. Ему объясняют их значение. Важно помочь ребенку, особенно на первых порах, правильно усвоить нужный навык. Так, например, прежде чем начать мыть руки, надо закатать рукава, хорошо намылить руки. Вымыв руки, тщательно смыть мыло, взять свое полотенце, насухо вытереть руки.

Не следует торопить малыша, если он сосредоточенно повторяет одно и то же действие (например, мылит руки). Тем более не следует выполнять это действие за него. Осваивая навык, ребенок обычно стремится многократно выполнить определенное движение. Постепенно он научается все более самостоятельно и быстро справляться с поставленной задачей. Взрослый только напоминает или спрашивает, не забыл ли ребенок сделать то или другое, а в дальнейшем предоставляет ему почти полную самостоятельность. Но проверять, правильно ли ребенок все сделал, приходится на протяжении всего дошкольного возраста.

Хорошо сформированные навыки выполняются ребенком легко и быстро, по собственной инициативе, без напоминаний. Если он и забудет о каком-либо из них, например прибежит и сядет за стол, не вымыв руки, то малейшего намека, напоминания оказывается достаточно, чтобы он (даже несколько смущенно) исправил свою ошибку. Но если у ребенка соответствующие навыки не сформированы, то выполнение их требует от него больших усилий. Нередко возникают малоприятные и для родителей, и для него «переговоры»: «Ваня, ты забыл вымыть руки». — «Они у меня чистые». — «Все равно перед обедом надо вымыть». — «Я их недавно мыл»...

В дошкольном возрасте дети должны и могут усвоить, что мыть руки надо перед едой, после пользования уборной, по возвращении с прогулки, игры с животными и всегда, когда они грязные.

К навыкам личной гигиены, которые ребенок должен усвоить в дошкольном возрасте, относится и уход за полостью рта. С трехлетнего возраста ребенка следует научить полоскать рот, с четырех лет — правильно чистить зубы (сверху вниз — вверх, с наружной и внутренней стороны) перед ночным сном.

Волосы следует причесывать не реже двух раз в день (и своей собственной расческой!). А всегда ли у вашего ребенка в кармашке чистый носовой платок и умеет ли он им пользоваться? Умеет ли он сам замечать неполадки

в одежде — развязался шнурок, расстегнулась пуговка — и сразу их устранять? Вытирает ли он ноги, входя в помещение?

С самого начала второго года можно приучить ребенка к носовому платку, и если вы всегда вытираете ему грязный нос, после 2 лет он сам будет просить сделать это. В кармане него всегда должен быть чистый носовой платок! Так же тщательно следите за чистотой и опрятностью одежды ребенка. На третьем году жизни это должно стать и заботой самого малыша. Даже если он еще не в состоянии заметить беспорядок в одежде, он должен привыкать устранять его — самостоятельно или с вашей помощью. Запахло платье у девочки — предложите принести чистое и переодеться с вашей помощью. Расстегнулась пуговица — пусть застегнет.

Что же они могут выполнять самостоятельно в младшем дошкольном возрасте?

— 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, складывать, вешать, выворачивать на лицевую сторону; надевать одежду, пуговицы расстегивать, застегивать.

— Замечать беспорядок в одежде и самостоятельно устранять его или обращаться за помощью к взрослому.

— Своевременно пользоваться носовым платком, туалетом.

— Пить из чашки; есть, хорошо пережевывая пищу, с закрытым ртом.

— Правильно пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой.

— Убирать игрушки, книжки, строительный материал в определенное место.

Конечно, малыш не сразу приобретает необходимые навыки, ему требуется наша помощь, создание необходимых условий для проявления самостоятельности, правильно руководить действиями детей и обязательно хвалить, хвалить за малейшее проявление самостоятельности.