

«Формирование навыков самообслуживания»

Привитие культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания жизненно необходимо для полноценного развития ребенка.

Формирование полезных привычек - это кропотливый труд, который требует от взрослого много времени и терпения. Но от результата этого труда зависит здоровье ребенка. Его успешная социальная адаптация (сначала в детском саду, а потом и в школе), а также эмоциональное благополучия взрослых.

Самообслуживание – это основа освоения ребёнком культурно-гигиенических навыков: навыков приёма пищи, раздевания и одевания, умывания и мытья рук.

Самообслуживание формируется под воздействием воспитания при определённом уровне развития у ребёнка общей и мелкой моторики, зрения, слуха, мышления, внимания. Если у детей будут сформированы навыки самообслуживания, то ребёнок легче адаптируется к жизни в современном обществе. Формирование у детей раннего возраста навыков, необходимых в жизни, связано с деятельностью, в значительной мере направленной на удовлетворение повседневных личных потребностей.

Самообслуживание связано с простыми операциями, что облегчает выполнение действий по умыванию, одеванию, приёму пищи.

Базовые навыки самообслуживания

Навыки опрятности:

1. При небольшой помощи взрослых пользоваться: носовым платком; полотенцем; горшком; расчёской; салфеткой.
2. Замечать беспорядок в одежде, устранять его при небольшой помощи взрослых.

Навыки приёма пищи:

1. Жевать с закрытым ртом.
2. Пользоваться ложкой (умение держать ложку, набрать в неё еду, поднести ко рту).
3. Пить из чашки, держа её двумя руками.
4. Брать самостоятельно, откусывать кусочки хлеба.

Навыки одевания и раздевания:

1. Умение одевать (снимать) различные предметы одежды в определённой последовательности при небольшой помощи взрослых.
2. Застёгивание пуговиц, завязывание поясков, бантов на одежде при небольшой помощи взрослых.



УЧИМСЯ УМЫВАТЬСЯ

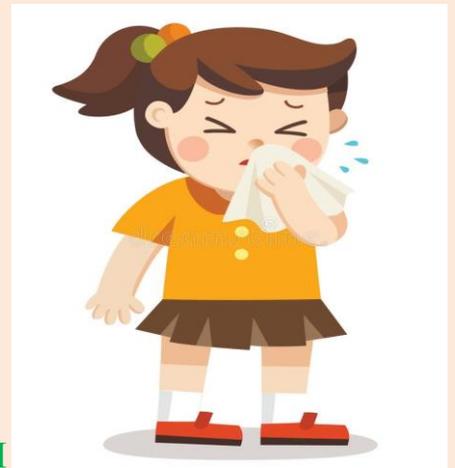
- Завернуть рукава одежды
- Взять мыло и намылить руки – сделать белые перчатки
- Смыть мыло под струей воды
- Вымыть лицо (взрослый называет каждую его часть). Учимся сморкаться: зажимая то одну, то другую ноздрю, с усилием «выдуть» струю воздуха.
- Еще раз обмыть руки водой
- Снять полотенце
- Насухо вытереть лицо и руки (взрослый называет части тела и лица, которые вытираются)
- Предложить посмотреть в зеркало: «Вот какой я чистенький»

УЧИМСЯ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ПОЛОТЕНЦЕМ

Предложить ребенку

- Снять полотенце с крючка
- Положить его на одну руку, затем «спрятать» под него вторую руку
- Ровно держа полотенце посередине, поднести его к лицу, наложить на него, прижимая, касаться каждой части лица
- Освободить одну руку из-под полотенца и вытирать ее движением руки, спрятанной под полотенцем
- Поменять руки местами

Все действия сопровождаются оживленным разговором с малышом и, при необходимости, показом.



УЧИМСЯ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ НОСОВЫМ ПЛАТКОМ

- Знать назначение носового платка
- Спокойно относиться к процедуре использования платка по назначению
- Спокойно относиться к процедуре использования платка по назначению
- Находить носовой платок в кармане платья, кофты, и т.п.
- Самостоятельно доставать платок из кармана и использовать его по назначению
- Постепенно формировать умение разворачивать и сворачивать платок, аккуратно класть его в карман
- Обращать внимание на чистоту носового платка



УЧИМСЯ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ РАСЧЕСКОЙ

- Знать свою расческу и место, где она лежит
- Показать функциональное назначение расчески и формировать навык ее использования
- Исключить возможность пользования чужой расческой

УЧИМСЯ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЗЕРКАЛОМ

- Знать, что такое зеркало и его функциональное назначение (причесываться перед зеркалом, рассматривать свою одежду)

- подводить малыша к зеркалу, обращать внимание на чистоту одежды и лица.

К методам формирования навыков самообслуживания можно отнести:

Разъяснение необходимости выполнения режимных моментов гигиенических процедур;

Пример взрослого (нужно постоянно помнить о том, что дети раннего возраста очень наблюдательны и склонны к подражанию, поэтому воспитатель должен быть для них образцом. Пример может быть прямым («делай, как я!») и косвенным (воспитатель использует различные формы, которые вызывают интерес у детей, привлекают их внимание));

Поощрение помогает ребенку утвердиться поверить в свои силы (особенно в освоение новых навыков);

Показ и объяснение (показ должен сопровождаться пояснением, причем необходимо четко делить новое действие на операции, выделяя сначала наиболее важное, а потом незначительное);

Упражнение и контроль (упражнение: без него ни один навык не может быть сформирован, т.к. только в активной деятельности каждого ребенка создаются и закрепляются динамические стереотипы; контроль очень важен на начальной стадии формирования навыков; следует проверять, как выполнены отдельные действия или задания в целом; отсутствие контроля ведет к формированию у детей лишь отдельных навыков.);

Игровые приемы (позволяют более активно воздействовать на малыша; игровые приемы очень эффективны в воспитании маленьких детей; помогает закрепить имеющиеся навыки, хороши дидактические игры, игра «в ошибки»);

Использование иллюстраций, художественного слова, фольклора, книг, бесед, инсценировок (все это уточняет представления детей о том, как надо выполнять тот или иной навык);

!!!Важно!!! чтобы взрослые подавали ребенку пример, сами всегда их соблюдали.

Таким образом, воспитание навыков самообслуживания – задача сложная, требующая систематичности и большого терпения. Все указания давала в спокойном тоне, вызывающее у детей положительное отношение к действиям, которые должны стать привычками. Воспитатель сможет достичь положительного результата, учитывая задачи воспитания гигиенических навыков в каждой возрастной группе и своевременно выполняя их.