

### **Дети младшего возраста должны уметь:**

- 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, одевать, складывать, вешать, выворачивать на лицевую сторону, пуговицы расстегивать, застегивать, завязывать шнурки на ботинках;
- 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, вилок (к концу четвертого года жизни), салфеткой;
- Убирать игрушки, книжки, строительные материалы на определенное место.



**Самостоятельность** – ценное качество, необходимое человеку в жизни. Самостоятельность воспитывается с раннего возраста.



Процесс прививания навыков самостоятельности довольно длительный и кропотливый.

- Прививать – это не просто сказать один раз и забыть. Это показывать, поощрять, хвалить, контролировать, учить, ведь иногда ребенок прекращает работу при встрече с незначительной трудностью. Приучение должно происходить ежедневно и ежеминутно.
- Часто родителям легче, удобнее и спокойнее сделать многие вещи за ребенка. Причины для этого разные. Вы сделаете это аккуратнее, безопаснее, сейчас Вам некогда и лучше Вы уберете игрушки сами, а завтра снова начнете приучать к порядку и самостоятельности.



Государственное учреждение образования  
«Специальный детский сад № 3  
г. Волковыска»

### **Педагогические методы формирования элементарных навыков самообслуживания у воспитанников с ОПФР раннего возраста**



Адрес:

231900 Гродненская область, Волковысский район  
г. Волковыск, ул. Кузнецова, 4  
телефон: 8(01512) 2-48-53, 6-32-24  
e-mail: specsad3volk@uovrik.by

Составитель: воспитатель дошкольного образования Шкулепа Г.С.

### Дидактические игры и упражнения:

- «Оденем куклу на прогулку»,
- «Уложим куклу спать»,
- «Складываем одежду в шкаф»,
- «Покажем кукле Кате одеться (раздеться)»,
- «Кукла собирается в гости»,
- «Разные носочки»,
- «Причешем куклу Машу»,
- «Расстегни и застегни».

Научиться справляться с простейшими застёжками ребёнку помогут игры с предметами, которые можно расстёгивать и застёгивать. Дайте ребёнку кошелёчек, сумку или сшейте для его любимой игрушки костюмчик с застёжками (липучками или крупной молнией). Покажите ребенку, как можно расстегнуть, а потом застегнуть застёжки. Пусть он постепенно осваивает необходимые навыки.

Если у Вас возникают проблемы с одеванием, воспользуйтесь какой-нибудь игрой, отвлекающей ребенка, н-р, **«Перемены»:** посадите его перед зеркалом, чтобы он мог наблюдать за переменами, которые происходят с ним в процессе переодевания.

**«Песенка»:** держа ребенка на руках, напевайте ему песенку, н-р: «Оденем мы сынишке тёплые штанишки (одеваем дочке тёплые чулочки), а на ножки, а на ножки тёплые сапожки...» Песенку может заменить любимый стишок ребёнка, потешка, сказка).

**«Выбиралочка»:** предлагайте ребенку одеть на выбор ту или иную кофту, шарф, шапку... Эти игры помогают ребенку спокойней переносить одевание, почувствовать свою самостоятельность.

**«Умывалочка»:** формирование положительного отношения к умыванию используйте весёлые стихи, потешки, например: Водичка, водичка, Умой моё личико,

Чтоб глазки блестели, Чтоб щёчки краснели,  
Чтоб смеялся роток, Чтоб кусался зубок!

### Настольные игры:

«Веселые шнурочки», «Застежки-шнурочки»,  
«Волшебные пуговки», «Наряди куклу Катю».

### Чтение художественной литературы:

П.Воронько «Пора спать»,  
В.Берестов «Новый бант»,  
З. Александрова «Что взяла, клади на место»,  
И.Горюнова «Этикет для карапузов»,  
А.Барто «Игрушки».

### Роль родителей в воспитании самостоятельности у ребенка

Для того чтобы приобрести эти навыки, требуется помощь взрослого. Важно создать необходимые условия для проявления самостоятельности:

-приспособить к росту ребенка вешалку для одевания;

-выделить место для хранения предметов туалета, полотенца, обуви и т.д.

Однако, создание условий еще недостаточно для формирования навыков самообслуживания и воспитания самостоятельности у детей.

Необходимо правильно руководить действиями детей. Прежде, чем ожидать от ребенка самостоятельности, его нужно научить действиям, необходимым в процессе одевания, умывания, приема пищи.

Перед едой всегда мойте ребенку руки.

Пища должна быть не только вкусно приготовлена, но и иметь привлекательный вид.

Положите на стол салфетку. Во время обеда ставьте ему блюда по очереди: сначала первое, затем второе, а затем уже напиток. Используйте посуду, на дне которой есть рисунок, ребенок, съедая всю порцию, открывает картинку. Не накладывайте сразу много еды в тарелку ребенку, лучше положите добавку. И ни в коем случае

не запикивайте ему еду насильно.

Ребёнок может отказываться от незнакомой пищи. Обычно помогает словесная подготовка. Н-р, мама говорит: «Сейчас мы будем, есть что-то очень вкусное». Затем пробует сама и жмурится от удовольствия: «М-м-м, как вкусно!»

Для того, чтобы у ребенка сложилось положительное отношение к одеванию, старайтесь выполнять все действия спокойно, без лишней суеты. Хорошо что-нибудь напевать или приговаривать, н-р: «Сейчас мы будем одеваться, спрячем ручки. Где ручки? Вот они!» и так далее. Можно отвлечь ребёнка игрушкой. Те же советы могут быть применимы и к другим режимным моментам: еде, мытью; укладыванию в постель.

Готовя ребёнка ко сну, негромко включите спокойную музыку. В сочетании с традиционными действиями перед сном (умыванием, подготовкой кровати, пожеланием «спокойной ночи» родным и игрушкам) помогут положительно настроить ребёнка и избежать капризов. Необходимо научиться правильно будить ребёнка после сна. Делайте это ласково, спокойно, не повышая голос и не дёргая ребенка. Соблюдение режима приносит пользу не только для здоровья, но и для выработки полезных навыков. Постоянное повторение в определённой последовательности одних и тех же действий помогают ребёнку реагировать на внешние условия без лишней затраты сил. Спокойствие, последовательность, внимание и доброжелательность взрослых формирует у ребёнка доверие к ним и положительное отношение к их действиям.



