

## **Консультация для родителей**

### **Тема: «Формирование навыков самообслуживания у детей 4-5 лет»**

Семья - первое общество, где формируется характер ребенка, его нравственные качества, моральные представления, привычки, жизненно необходимые навыки. Трудности с формированием правильных навыков самообслуживания у ребенка чаще всего связаны с желанием родителей как можно дольше опекать своих детей и с непониманием самих взрослых, как должен выглядеть и применяться тот или иной навык, т. е. направлять активность ребенка в нужное русло

Самообслуживание — это начало трудового воспитания дошкольника. Формирование навыков самообслуживания имеет первостепенное значение для психического развития ребенка в целом. Овладение навыками самообслуживания (умение одеваться и раздеваться, ухаживать за собой, пользоваться туалетом, самостоятельно принимать пищу, умываться и т. п.) напрямую влияет на самооценку ребенка, является важным шагом на пути к его независимости.

Трудовое воспитание является важным средством всестороннего развития личности дошкольника.

Главная цель труда – в его влиянии на личность ребенка. Разумно организованный труд укрепляет физические силы, здоровье ребенка. Движения становятся увереннее и точнее.

Труд оказывает существенное влияние и на умственное развитие ребенка. Как известно труд развивает сообразительность, любознательность, инициативу, активное восприятие, наблюдательность, внимание, сосредоточенность, тренирует память. А также развивает мышление, когда ребенку приходится сравнивать, сопоставлять предметы и явления, с которыми он имеет дело.

Зачастую, сами родители торопятся прийти на помощь своему ребёнку, или спешат сделать всё за ребёнка, сами. Считая, что их ребёнок всё ещё маленький. Это приводит к тому, что у ребёнка не развивается самостоятельность, и ребёнок всё время, будет надеяться на других.

#### **Советы и рекомендации для родителей:**

1. При формировании навыков одевания и раздевания, прежде всего, учите последовательности выполнения действий. Напомните ребёнку, что зачем следует одевать по последовательности. На просьбу ребёнка - я сам (*сама*) не следует отвечать: мне некогда, а лучше дать возможность ему испробовать свои силы. И родители скоро убедитесь, что ваши дети стали более ловкими, умелыми;

2. Предложите ребёнку выполнить то или иное поручение, и ещё одна важная деталь – не забывайте хвалить ребёнка за каждую даже самую маленькую удачу на пути освоения трудовых умений, говорите, как вы им гордитесь, это дает детям мотивацию. Не торопитесь помогать ему, но и не торопите ребёнка, если он ещё не готов - важно, чтобы ребёнок научился совсем справляться сам;
3. Помните, что труд должен приносить радость ребёнку! Поэтому не надо упрекать ребёнка в медлительности и небрежности. Это может вызвать отрицательное эмоциональное состояние, и повлечь за собой нежелание принять участие в труде в следующий раз.

*Самообслуживание включает в себя следующие направления:*

1. Раздевание и одевание;
2. Гигиена тела;
3. Освоение навыков приёма пищи;
4. Опрятности.

### ***Учимся одеваться-раздеваться***

Воспитывать потребность в аккуратности и порядке, бережное отношение к одежде, правильно называть предметы одежды. Формировать навык последовательных действий одевания и раздевания, умение складывать и выворачивать, умение определять лицо и изнанку вещи, вешать вещи в свой шкаф.

Эти требования уместаются в программе в нескольких строках, но какую нужно вложить кропотливую работу, чтобы их реализовать! Необходимо продумать все мелочи, знать каждого ребенка и его родителей.

В успешном формировании навыков самообслуживания большое значение имеют условия. И здесь важно все: удобная одежда и обувь детей, оборудование.

*Родителям ребенка необходимо следить за следующим:*

- чтобы петли на одежде были удобными для застегивания и расстегивания;
- чтобы все застежки были по возможности спереди, а не сзади;
- рукава на платьях и кофтах легко закатывались;
- чтобы шнурки на обуви были с твердыми наконечниками.

Для формирования умения самостоятельно одеваться и раздеваться у каждого ребенка имеется шкафчик с полочками и крючками для одежды и обуви, удобные по высоте сиденья-банкетки или стулья, наличие необходимой одежды (как правило, по сезону), подставка ширма-схема одевания, чтобы дети повторяли её с родителями и воспитателями каждый день (карточки с изображением одежды на ширме меняются в зависимости от времени года), иллюстрированный план одевания.

## ***Будем умываться***

*Крайне важно:*

- воспитывать потребность мыть руки перед едой и по мере их загрязнения, после посещения туалета, игр с песком;
- учить умываться после сна и вечером перед сном, соблюдать последовательность действий процесса умывания, насухо вытираться полотенцем;
- полоскать рот после еды, пользоваться расческой и носовым платком;
- формировать навык аккуратности в умывальной комнате, одновременно воспитывая интерес к действиям, желание все делать самостоятельно, аккуратно.

Культурно-гигиенические навыки в значительной степени формируются в дошкольном возрасте, так как нервная система ребенка в высшей степени пластична, а действия, связанные с принятием пищи, одеванием, умыванием, повторяются каждый день, систематически и неоднократно. В детском саду у детей воспитываются: навыки по соблюдению чистоты тела. Формирование привычек и навыков осуществляется под непосредственным педагогическим воздействием взрослых и всей окружающей обстановки.

Детям младшего дошкольного возраста к культурно-гигиеническим навыкам нужно направлять, показывать, рассказывать, где взрослые применяют частичную помощь к детям; дети среднего дошкольного возраста более осознанно должны относиться к выполнению правил личной гигиены; самостоятельно мыть руки с мылом, намыливая их до образования пены и насухо их вытирать, пользоваться индивидуальным полотенцем, расческой, стаканом для полоскания рта, пользоваться носовым платком; следить, чтобы все вещи содержались в чистоте.

*Правила последовательность гигиенических правил:*

1. Приподнять рукава одежды, чтобы не замочить их.
2. Взять мыло и тщательно намылить кисти рук.
3. Удалить мыло под струей воды.
4. Закрыть глаза и аккуратно обмыть лицо. Зажать одну ноздрю и высморкаться, потом то же проделать с другой ноздрей.
5. Ополоснуть руки.
6. Снять полотенце с вешалки, аккуратно промокнуть лицо (не растирать!), затем руки.
7. Посмотреть в зеркало (убедиться чистоте) и улыбнуться себе.

В среднем дошкольном возрасте детей продолжают обучать к культурно-гигиеническим навыкам. Где ребенок осознанно умывается, тщательно и правильно моет руки перед едой по мере загрязнения, после туалета, умеет пользоваться расческой, носовым платком, чистит зубы на ночь, при кашле закрывает рот платком, отворачивается.

## **Учимся кушать**

*Для развития ребенка:*

- воспитывать умение самостоятельно и опрятно есть;
- спокойно сидеть за столом, соблюдая правильную позу, правильно держать ложку в правой руке между указательным и средним пальцами, придерживая сверху большим;
- набирать в ложку немного еды, есть с широкого края, бесшумно, не разговаривая за столом;
- пользоваться салфеткой;
- благодарить взрослого.

Культуру еды часто относят к гигиеническим навыкам, но она имеет этический аспект - ведь поведение за столом основывается на уважении к сидящим рядом, а также к тем, кто приготовил пищу. Гигиеническое воспитание и обучение неразрывно связано с воспитанием культурного поведения.

Питание в дошкольном учреждении строится в соответствии с основными требованиями к рациональному питанию. Рациональное питание - одно из условий сохранения жизни и здоровья ребёнка.

Необходимо, чтобы и дети, и взрослые, обслуживающие их во время пищи, соблюдали правила личной гигиены, а также педагогические требования к доставке и раздаче пищи, сервировки стола, уборке посуды, организации дежурства детей по столовой.

*С дошкольного возраста дети должны усвоить определенные правила:*

- Нельзя класть локти на стол во время еды;
- Есть надо с закрытым ртом, не спеша, тщательно пережевывая пищу;
- Бережно относиться к хлебу и другим продуктам;
- Правильно пользоваться столовыми приборами;
- После еды пользоваться салфеткой.

Овладение культурой еды нелегкое для дошкольников дело, но осуществлять формирование этих навыков необходимо, надо добиваться, чтобы дети ели с удовольствием, с аппетитом и опрятно.

Для проведения приема пищи у каждого ребенка должно быть свое определенное место, где он знает его и знает свой стульчик.

*При приеме пищи:*

- Стул должен быть в соответствии со столом (расстояние от сидения до крышки стола должно равняться 18-19 см. Под ноги нужно сделать подставку, если ножки ребенка не достают до пола (расстояние от нее до сидения стула - 25-28 см);

- Небольшого размера столовый прибор: тарелки, кружка, вилка, ложка и т. д.;
- На доступном для ребенка расстоянии хлебница с хлебом, нарезанным мелкими ломтиками, салфетница.

### ***Приучение к опрятности***

Любовь к опрятности и порядку может быть воспитана у детей с малых лет. Даже при самых скромных бытовых условиях ребенку можно привить многие культурно-гигиенические навыки, если только взрослые относятся со вниманием и заботой к соблюдению чистоты и порядка и приучают к этому своих детей.

В младшем и среднем дошкольном возрасте надо приучить ребенка к опрятности: спокойно относиться к умыванию, причесыванию, стрижке ногтей и купанию; быть аккуратным во время еды; вытирать нос платком; пользоваться туалетом; бережно обращаться со своей одеждой; не брать в рот игрушки и другие предметы; убирать на место свои игрушки, как только заканчивается игра.

*Все навыки самообслуживания - это и есть начало аккуратности.*