

# ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ САМООБСЛУЖИВАНИЯ



# ЧТО ТАКОЕ САМООБСЛУЖИВАНИЕ?

**Самообслуживание** — это деятельность ребёнка, направленная на удовлетворение своих повседневных потребностей. Сюда входят навыки одевания и раздевания, гигиенических процедур, уборки вещей, приёма пищи.

## ЗАЧЕМ НУЖНЫ ТАКИЕ НАВЫКИ?

Развитие навыков самообслуживания важно для формирования самостоятельности, уверенности в себе и адаптации к детскому саду. Кроме того, развитие навыков самообслуживания развивает моторику и формирует чувство ответственности, а ещё ребёнок, умеющий сам себя обслуживать, увереннее и комфортнее чувствует себя в коллективе. Ежедневное выполнение простых трудовых действий постепенно приучает ребёнка к труду.

### Основные навыки самообслуживания у младших дошкольников:

- гигиена (мытьё рук, умывание, использование мыла, полотенца, носового платка);
- одевание (умение снять и надеть простую одежду);
- приём пищи (использование ложки и вилки, питьё из кружки);
- опрятность (складывание игрушек, пользование горшком).



# КАК ФОРМИРОВАТЬ НАВЫКИ САМООБСЛУЖИВАНИЯ?

## 1 Наглядный метод

Суть данного метода заключается в том, что взрослый демонстрирует ребёнку нужное действие медленно, чётко, поэтапно, сопровождая показ простыми и понятными пояснениями. Важно также не просто показать действие в целом, а разбить его на маленькие, понятные для ребёнка шаги и выделить ключевые моменты. Ребёнку также можно показать иллюстрации или схематичные изображения того, что нужно делать. К этому методу относится также наблюдение за действиями взрослого.



## 2 Словесный метод

Этот метод использует речь взрослого для объяснения, напоминания, указания и оценки действий ребёнка. Он неразрывно связан с наглядным методом. Словесные инструкции для младших дошкольников должны быть краткими и конкретными. Вместо абстрактных фраз необходимо давать чёткие указания. За выполнение действий и попытки ребёнка следует хвалить. Также в рамках данного метода можно читать художественную литературу о том, как ребёнок выполняет базовые действия самообслуживания.

## **3 Практический метод**

Формирование любого навыка требует многократного повторения действий самим ребёнком в реальных или специально созданных ситуациях. Суть данного метода заключается в предоставлении ребёнку возможности пробовать, ошибаться, исправлять ошибки и снова пробовать под наблюдением взрослого и с его поддержкой. Роль взрослого здесь заключается не в выполнении действий за ребёнка, а в создании условий для практики, обеспечении безопасности, оказании дозированной помощи, терпеливом наблюдении и поощрении даже неудачных попыток.

## **4 Игровой метод**

Для детей младшего дошкольного возраста игра — это ведущий вид деятельности, самый естественный и мотивирующий способ познания мира. Игровой метод позволяет превратить рутинные и иногда сложные для ребёнка действия самообслуживания в увлекательное занятие, снять напряжение и повысить желание научиться. Суть метода заключается во включении навыка в контекст игры или придании самому действию игровой формы. Играть можно с куклами и другими игрушками, устраивать сюжетно-ролевую игру.



# СОВЕТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКОВ САМООБСЛУЖИВАНИЯ

- ✓ Развивайте действия на простые этапы.
- ✓ Используйте игровые приёмы.
- ✓ Выбирайте удобную одежду и обувь (например, с липучками вместо шнурков).
- ✓ Хвалите за успехи, даже самые небольшие.
- ✓ Будьте терпеливы: не торопите и не делайте за ребёнка, особенно если он пытается справиться сам.



## ЧЕГО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ?

- ✗ Нельзя критиковать за ошибки и ругать ребёнка за неудачные попытки.
- ✗ Нельзя пресекать попытки ребёнка сделать самостоятельно, даже если итоговый результат неидеален.

Помните, что развитие навыков самообслуживания — это процесс, требующий времени и поддержки со стороны взрослого. Для ребёнка необходимо создавать комфортную атмосферу, чтобы он чувствовал радость от своих достижений. Поддерживайте малыша, давайте ему ошибаться и учиться — и всё обязательно получится.