

Формирование навыков самообслуживания у ребёнка

Уже в возрасте полутора лет, малыш практически безошибочно соотносит предмет с его назначением и начинает принимать участие в процессе собственного одевания-раздевания: протягивает ладошку за варежкой, а ножку - за ботиночком, поднимает голову, чтобы на него надели шапку или повязали платок и т. д. К двум годам его помощь становится более разнообразной и ощутимой: он просовывает ручки в рукава, а ножки - в колготки и штанишки, пытается самостоятельно выполнить то или иное действие по одеванию-раздеванию, проявляя подчас завидное упорство. Если не пропустить этот период и помочь ребёнку развить свои навыки в самообслуживании, то к трем годам он будет способен одеваться и раздеваться самостоятельно. Для этого необходимо обучить его нужной последовательности действий с привычными для него предметами личного туалета — одеждой и обувью.

Советы родителям

На начальном этапе обучения важно уделить особое внимание действиям по раздеванию, с помощью которых готовится последующее одевание — простое и очень экономичное для ребенка. Разумеется, в дальнейшем действия по сниманию-одеванию тех или иных вещей претерпят определенную трансформацию, и часть их будет «свернута». Однако на начальном этапе обучения важно сохранить полную последовательность действий, пока малыш полностью не усвоит принятый порядок. Тогда малыш научится испытывать радость от собственных умений.

Снимание и надевание колготок

Вам понадобятся: колготки, стульчик.

Процесс: приучите малыша к последовательному выполнению следующих действий:

- подойти к стульчику и встать около него спиной к сиденью;
- взяться двумя руками за резинку колготок и спустить колготки ниже коленок;
- сесть на стульчик;
- выпустить из рук резинку колготок, взяться одной рукой за пятку чулка, а другой — за носок и потянуть чулок с ноги немного вниз;

- сделать это со вторым чулком;
- поочередно стягивать оба чулка вниз до конца;
- взять двумя руками снятые колготки за резинку (руки можно приподнять, чтобы колготки полностью расправились) и встать со стульчика;
- повернуться к сиденью и положить на него колготки резинкой к спинке стула и двумя швами- «дорожками» вверх.

Снимание и надевание платья или рубашки

Вам понадобятся: платье или рубашка, стульчик.

Процесс: приучите малыша к последовательному выполнению следующих действий:

- взять вещь за расстегнутый ворот двумя руками, потянуть вперед и немного вниз, слегка нагнувшись при этом, чтобы высвободить голову;
- потянуть рукав за конец или середину рукава (но не за плечо) вниз с одной руки;
- сделать то же со вторым рукавом;
- встать за спинкой стула и повесить на него вещь подолом вверх, а застежкой (карманчиками, рисунком) вниз.

Если все сделано правильно, тогда надеть платье или рубашку можно будет так:

- подойти к спинке стула, наклониться к вещи и просунуть в нее голову, не снимая вещь со стула;
- выпрямиться и поочередно просунуть руки в рукава.

Снимание и надевание обуви

Вам понадобятся: обувь (сапожки, ботинки, туфли с застежками ,лучше - липучками), стульчик

Процесс: приучите малыша к последовательному выполнению следующих действий:

- встать рядом со стульчиком (или там, где нужно разуваться);
- поставить две обутые ноги вместе;
- наклониться и отстегнуть застежки;

- вынуть поочередно ноги и поставить их рядом с пустой обувью так, чтобы обувь оказалась между ступнями ног;
- задвинуть пару обуви под стульчик (или туда, где следует ее хранить, не разъединяя ее).

Главное, привлекать малыша к выполнению определенных бытовых действий систематически, обеспечивая ему тем самым необходимую практику и воспитывая привычку к порядку и быту

Источники:

Сорокова М.Г. «Жизненная практика»
и сенсорное развитие дошкольников по методу Монтессори.

Терри Меллу. Монтессори и ваш ребенок. Руководство для родителей.

Развивалки от 1 до 3 лет. Развивающие игры для детей / А.Г. Прокофьева.

Материал подготовила:

педагог-психолог Маркова О.А.