**Консультация для родителей на тему**

**«Навыки самообслуживания детей раннего возраста»**

**(от 1 года до 1,5 лет)**

Подготовила:

Воспитатель Кенжаева М.Х.

 В современном мире идея раннего развития набирает и набирает обороты. Кругом пишут, как воспитать гения с пеленок, чтоб он обязательно успевал за быстро развивающимся миром в конкурирующей среде. Безусловно, развитие познавательных способностей нужно, но при этом важно не упустить из внимания и другие аспекты жизни ребенка. Сейчас расскажу об одном из них, на мой взгляд, очень значимом.

 В своей работе с детьми раннего возраста, я замечаю много способных, «не по годам смышленых» детей, опережающих свои так называемые, возрастные нормы. Однако при этом у большинства из них отсутствуют элементарные навыки самообслуживания и личной гигиены: дети не умеют самостоятельно умываться, одеваться и раздеваться, объективно оценивать особенности своего организма. Старательные, трудолюбивые мамы много занимаются с детьми сами, или водят малышей на специальные занятия, а требовательные папы гордо восхищаются результатом. И все это здорово! Лично я – за! Главное, чтоб ребенку нравилось, и занятия были в удовольствие. Но кроме когнитивных способностей, у ребенка с рождения начинается процесс воспитания культуры поведения и соблюдения культурно-гигиенических навыков (КГН). С рождения он наблюдает за окружающими людьми. Тут и начинают закладываться те стереотипы поведения, которые в дальнейшем под воздействием различных внешних факторов формируются в определенный навык.

 Мир, окружающий ребенка, становится год от года все разнообразнее и сложнее и требует от него не шаблонных, привычных действий, а подвижности мышления, быстроты ориентировки, творческого подхода к решению больших и малых задач. И если для развития речи, памяти, внимания, мышления организована система обучения (рынок изобилует развивающими игрушками, играми, занятиями, школами...), то культуре поведения, КГН родители могут научить ребенка своим примером, способами взаимодействия с ним в повседневной жизни. И тут снова выясняется, что большинство родителей не придают серьезного значения воспитанию самостоятельности у детей и, считая их слишком маленькими, стараются все сделать за них сами. Другие, понимая значение воспитания самостоятельности в развитии ребенка, все же проявляют нетерпение и делают за ребенка то, с чем он может справиться сам. Объясняют они это тем, что утром спешат на работу, а вечером устают, и медлительность детей их раздражает.

 Таким образом, проблема воспитания навыков самообслуживания стоит достаточно остро. Предлагаю вам игры и упражнения, наиболее важные для развития культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания Вашего ребёнка и соответствующие его возрастным возможностям. Применяя в жизни данные рекомендации, и для малыша, и для его родителей важно играть вместе. Игра помогает сохранить понимание, ощущение любви и близости, а для малыша это ещё и лучший способ узнать мир.

**Развитие навыков самообслуживания в возрасте от 1 до 1,5 лет**

Ниже перечислены те способности и действия, которыми ребёнок может овладеть на данном этапе развития:

* самостоятельно есть разнообразную пищу, пользоваться ложкой;
* мыть и вытирать руки полотенцем с помощью взрослого;
* пользоваться салфеткой с помощью взрослого;
* снимать и надевать колготки, носки, ботинки, шапку с помощью взрослого;
* приводить в порядок одежду с помощью взрослого;
* убирать игрушки на место с помощью взрослого;

 Если ребёнок не сопротивляется, то можно высаживать его на горшок после сна, еды. Пример может показывать игрушка или старший ребёнок. Если же малыш протестует, то не настаивайте и ни в коем случае не ругайте его, иначе у него может сформироваться негативное отношение к горшку.

Участие в домашних делах, выполнение маленьких дел и поручений способствует развитию у ребёнка самостоятельности и ответственности.

 Позвольте вашему малышу помогать вам в уборке квартиры, стирке, приготовлении пищи и мытье посуды. Ребёнку вполне по силам относить грязное бельё в стирку или споласкивать небьющиеся чашечки, стирать носочки или кукольную одежду или размешивать в миске муку с водой.

Если вы будете терпимы к неизбежным промахам, щедры на похвалу ребёнку за его конкретные старания, то помимо развития определённых навыков у ребёнка будет формироваться сознание собственной значимости, что важно для развития полноценной личности.

 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, малыш, съедая всю порцию, открывает картинку. Не накладывайте сразу много еды в тарелку малышу, лучше положите добавку. И ни в коем случае не запихивайте ему еду насильно.

 Когда ребёнок ест кашу или другую густую пищу, дайте ему чайную ложку. Вложите её правильно в руку малыша. Возьмите его руку в свою и помогите ему зачерпнуть ложкой немного каши. Направьте руку ребёнка к его рту, приговаривая: “Вот как здорово у тебя получается!” Постепенно ребёнок научится самостоятельно справляться с ложкой. На первых порах ребёнок может уставать от однообразных движений. Чтобы сократить время еды и предотвратить утомление, возьмите другую ложечку и покормите малыша.

 В течении дня обращайте внимание ребёнка на грязный нос, расстегнувшуюся пуговицу, расшнуровавшийся ботинок. Делайте это тактично. Тихо сообщите об этом малышу, подозвав его к себе. Помогите устранить неполадки.

 Хорошо, если к полутора годам ребёнок научится самостоятельно обращать внимание на всё это и вместе со взрослым справляться с этими проблемами.

В этот период нарастают осмысленные двигательные умения ребенка. Он уже хорошо знает, что ему надо делать при переодевании, принимает при этом соответствующую позу, просовывает ножки и ручки в одежду, которую держит взрослый. При раздевании сам снимает шапочку, носочки. Поощряйте эти действия малыша.

 Не следует оставлять ребенка в мокрых штанах, чтобы он к этому не привыкал. С полутора лет можно учить его самому проситься на горшок. Но даже, если малыш этого не делает в 2 года, наказывать его нельзя. Наказания могут привести к противоположному эффекту.

 Основная часть детей овладевает способностью самостоятельно пользоваться горшком практически только к 3 годам.

**"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 малышу, как можно расстёгнуть, а потом застегнуть застёжки. Пусть он постепенно осваивает необходимые навыки.

Если у вас возникают проблемы с одеванием, попробуйте воспользоваться какой-нибудь игрой, отвлекающей малыша:

**"Перемены".** Посадите ребёнка перед зеркалом, чтобы он мог наблюдать за переменами, которые происходят с ним в процессе переодевания.

**"Песенка"** Держа малыша на руках, напевайте ему "одевальную" песенку, например: "Оденем мы сынишки тёплые штанишки (одеваем дочке тёплые чулочки), а на ножки, а на ножки тёплые сапожки..." Песенку может заменить любимый стишок ребёнка, потешка, сказка).

**"Выбиралочка".** Предлагайте малышу одеть на выбор ту или иную кофту, шарф, шапку...

**"Путаница".** Говорите малышу, например, так: "Сейчас я возьму ботинок и надену тебе на ухо, так? Нет? А куда?" Если вдруг малыш не заметит ошибку и не исправит вас, попросите исправить ошибку игрушечного медвежонка или куклу.

 Все эти игры помогают малышу спокойней переносить одевание, почувствовать свою самостоятельность.

**"Умывалочка".** Для формирования 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!

**Купание.** Во время мытья дайте ребёнку губку, чтобы он мог, подражая вам мыть свои ручки, ножки, животик. Проделайте то же самое с полотенцем во время вытирания. Если малыш отказывается садиться в ванной, можно мыть его стоящим под "дождиком" из лейки или душа. Чтобы снизить неприятные ощущения ребёнка от мытья головы, можно использовать специальный козырёк.

**Формирование культурно-гигиенических навыков**

 Формирование санитарной культуры ребенка начинается с самого раннего возраста. Гигиеническое воспитание заключается в первую очередь в обеспечении правильного гигиенического ухода за телом малыша.

Гигиенические мероприятия в течение дня проводятся многократно. Повышенный контакт с предметами окружающей среды требует большого внимания к чистоте кожи и одежды. Надо приучить ребенка к постоянному мытью рук не только перед едой, но и по мере их загрязнения. Утренняя водная процедура (душ, обливание или обтирание) способствует очищению кожи, но не может заменить общую гигиеническую ванну.

 На втором году жизни ребенка можно купать через день или даже 2 раза в неделю. Однако ежевечернее купание пойдет только на пользу ребенку. При кожных высыпаниях экзематозного типа частые водные процедуры не показаны (могут вызвать обострение). Водные процедуры утренние и вечерние не исключают обливание ног, так как это не только гигиеническая, но и закаливающая процедура.

 Для закрепления и развития гигиенических навыков нужно широко использовать подражательные способности. Дети, которые не видят, как умываются взрослые, трут себе ладошкой одни глаза и иногда нос. То же относится и к уходу за волосами. Их надо стричь таким образом, чтобы ребенок сам мог причесываться.

 Ребенок, как ему ни объясняй, не поймет смысла полоскания рта и чистки зубов, но он всегда повторит и довольно ловко все эти действия за взрослым. Малышу до трехлетнего возраста, после того как он поелозил зубной щеткой во рту, необходимо помогать чистить зубы с пастой: сначала губную поверхность, а потом нёбную. Необходимо сочетать продольные движения мягкой щетки с поперечными. Таким образом удаляются все застрявшие между зубами частицы пищи, а зубная эмаль очищается от солей, образующих зубной камень. Зубы надо чистить вечером перед сном (после этого ребенку ничего не нужно давать в рот) и во время утреннего его туалета. Ребенка нужно научить споласкивать зубную щетку, обмывать стакан или чашечку и ставить щетку сушить.

 Всё, что малыш в состоянии делать самостоятельно, он должен делать без вашей помощи!