«**Самообслуживание в жизни ребенка 2 – 3 лет»**

Именно с раннего возраста начинают формироваться такие черты характера как воля, уверенность в себе, желание добиться успеха, стремление к цели, активность и упорство в её достижении. А происходит это именно с привития навыков самообслуживания. Самообслуживание играет определённую роль в развитии ребёнка, так как способно резко поднять его самооценку и тем самым знаменует собой самый большой шаг на пути к его независимости.

 Что же включает в себя понятие **«самообслуживание»**для детей раннего возраста?».

Формирование навыков самообслуживания у детей раннего возраста процесс длительный и требующий от окружающих взрослых не только терпения, но и определенных знаний о физиологических и психологических особенностях детей 2-3 лет. Самообслуживание включает в себя освоение навыков:

· приема пищи;

· раздевания и одевания;

· гигиены тела;

· опрятности.

Каждый ребенок — индивидуальность, и развитие всех навыков у каждого происходит по-своему и в свое время. Но есть приблизительные возрастные ориентиры появления тех или иных умений и навыков.

**Развитие навыков приема пищи**

**2 г**. Пьет жидкость через соломинку

2 г. 6 мес. Переливает жидкость из одной емкости в другую

2 г. 6 мес. Переносит что-либо ложкой из одной емкости в другую

2 г. 6 мес. Пользуется салфеткой по мере надобности без напоминания, помогает убрать со стола.

**Развитие навыков одевания и раздевания**

2 г. Снимает рубашку, джемпер, платье, брюки, футболку…

2 г. 6 мес. Надевает обувь, носки, штаны

2 г. 6 мес. Застегивает (не вставляя) и расстегивает молнию, расстегивает и застегивает большие пуговицы, надевает рубашку, джемпер, платье, брюки…

**Развитие навыков гигиены**

2 г. При умывании трет ладони и части лица, вытирается при помощи взрослого

2 г. 6 мес.

При умывании трет ладони и части лица, вытирается при помощи взрослого;

Самостоятельно моет руки с мылом, пользуется носовым платком

**Развитие навыков опрятности**

2 г.Снимает сам штанишки перед тем, как сесть на горшок,просится в туалет (используя слова)

2 г. 3 мес. Под присмотром взрослого ходит в туалет (снимает штанишки, садится на горшок, одевается сам)

3 г. Под руководством взрослого использует по назначению туалетную бумагу

Следует добавить , что   эти навыки формируются под воздействием воспитания при определённом уровне развития у ребёнка некоторых психо-физических возможностей. К ним относятся:

* общая моторика (умение садиться, вставать, ходить, подниматься и спускаться по ступенькам)
* мелкая моторика (умение толкать, тянуть, переворачивать предмет, держать его и выпускать из рук, играть с водой, опускать предметы в отверстие в коробке, брать мелкие предметы двумя пальцами, выполнять несложные пальчиковые игры);
* зрительно-слуховое внимание (умение смотреть и приходить, когда зовут, слушать сказки, отвечать на вопросы доступным способом);
* мышление (уметь узнавать предметы; выполнять простые указания, поручения; уметь имитировать, т.е. подражать действиям взрослых).

Именно с развития этих несложных умений начинается путь к освоению более важных, в практическом отношении, навыков самообслуживания. Поэтому и начинать  надо именно с них.

 Для успешного формирования навыков самообслуживания необходима косвенная подготовка рук и развитие их мелкой моторики. Этим можно заниматься, в играх или просто в бытовых ситуациях.

Вот **несколько вариантов игр и занятий** для детей, которые можно организовать дома для развития ручек малыша:

**1**.Предложите ребёнку переложить из одной миски в другую шары, орехи, фасоль или бусины сначала рукой (каждую отдельно), затем ложкой (начиная с большой столовой или деревянной, потом переходите на чайную), потом с помощью пинцета.

**2**.Позвольте ребёнку отвинчивать и завинчивать крышки на пластиковых бутылочках, банках.

**3**.Давайте ему проталкивать предметы в отверстия (например, монеты в копилку), нанизывать предметы на шнурок (например, бусы из крупных макарон с отверстиями для мамы или бабушки), переливать воду пипеткой или спринцовкой (например, игрушка заболела, надо накапать ей лекарство), пускать кораблик в тазике с водой, или в ванной, создавать руками волну, прибивая кораблик то к одному краю, то к другому, ловить мыло в воде.

**4**. Поиграйте с малышом в сюжетные игры «Кукла Маша идёт в магазин» (используйте кошельки и сумки с различными типами застёжек: на липучке, на молнии, на кнопке, на пуговице, на завязках), «Постираем кукле платье» (развешиваем кукольную одежду и закрепляем прищепками), «Зайчик просыпается, зайчик умывается» (одеваем кукольную одежду, имитируем процесс умывания).

Обучение конкретным навыкам самообслуживания следует начинать с показа на любимых игрушках ребёнка, постепенно переходя к прямому обучению на самом малыше. В процессе прямого обучения сообщите ему кратко и чётко, что вы от него хотите. Указание произносите, когда ребёнок смотрит на вас. При необходимости покажите это действие сами. Показ должен быть неторопливым, чётким и последовательным. После объяснения и показа возьмите своими руками руки ребёнка и проделайте вместе с ним нужное действие. Во время самостоятельного выполнения действия ребёнком поправляйте его корректно, в позитивном тоне, не указывая на то, что нельзя делать, или, что надо перестать делать, а говоря прямо, что необходимо делать именно сейчас. Например, нужно сказать: «Давай есть медленно», «Говори тихо», «Возьми одну» вместо: «Не торопись во время еды», «Не кричи громко», «Не бери много» и т. д.

Любое действие можно разделить на маленькие поддействия, выполняемые в определённом порядке. Обучая ребёнка новому навыку, составьте алгоритм и действуйте каждый раз согласно ему. Так, например, процесс одевания штанишек может выглядеть так: сядь на стульчик, возьми штанишки обеими руками за поясок, подними одну ножку и вдень её в одну штанину, поставь ножку на пол, подними вторую ножку и вдень её в другую штанину, встань и подтяни штанишки наверх обеими руками

Помните, что скорость формирования навыков самообслуживания зависит от индивидуальных особенностей ребёнка, типа нервной системы (холерик, флегматик, сангвиник и меланхолик), от скорости запоминания, от семейного отношения к чистоте и опрятности, т. к. именно пример родителей и близких людей является главным для малыша.

Не забывайте давать положительную оценку действиям ребёнка! Любая похвала положительно влияет на достижение хорошего результата. Это может быть ласковое слово или прикосновение, небольшие самодельные подарки (из бумаги, ниток, солёного теста или пластилина, поделки из природного материала), а иногда и сладкое угощение.

Главное — поощрять ребенка. Что бы ребенок ни делал, успешно или не очень, хвалите его, говорите, как вы им гордитесь. Не торопитесь помогать ему, важно, чтобы ребенок научился сам справляться со всем (но и не торопите ребенка, если он еще не готов). Будьте гибки – ничего страшного, если в ванной неделю будет царить беспорядок, потому что малыш учится мыть руки самостоятельно. А если ваша дочка учится одеваться, будьте готовы, что несколько дней подряд она будет скакать вокруг в старой водолазке, яркой красной юбке, синих джинсах и шлепках. Будьте терпеливы. Чем больше практики, тем быстрее ребенок всему научится.

Используйте различные способы сказать ребёнку, что у него всё получается: «Очень хорошо! Молодец! Здорово! У тебя получилось! Ура! Замечательно! Ты справился! Отлично! Правильно! Я так рада!» и др.

Для малышей важно слышать, как они справились с заданием, и в этом отношении нужно отметить что-нибудь положительное.

Навыки самообслуживания   формируются   и в процессе питания. Повседневные упражнения позволяют научиться   к 3 годам, есть быстрее и аккуратнее. Перед приемом пищи важно  обратить внимание  на аккуратность на столах и напомнить, что есть надо аккуратно, стараться не проливать и не крошить, чтобы сохранить этот порядок. Родители наблюдают, как кушает ребенок и при необходимости  напоминают, как правильно держать ложку, сколько брать пищи и т.д. Все это лучше делать незаметно, не отвлекая других от еды. Можно обратить внимание, как  аккуратно и самостоятельно кушают другие члены семьи.

Закрепления  навыка самообслуживания наиболее эффективно проходит в совместной деятельности со взрослым при ласковом, заботливом и доброжелательном отношении к ребенку.

**Советы родителям «Развиваем самостоятельность малыша».**

* В раннем возрасте развитие самостоятельности более эффективно.
* Сверх опека и сверх контроль лишают ребенка возможности приобрести личный опыт, формируют безучастие, равнодушие к жизни.
* Детям нужны простые четкие правила поведения: что можно делать, а что - нельзя.
* Запретов и ограничений для малыша не должно быть много. Если маме и папе присуща педагогическая мудрость, развитие ребенка будет больше акцентировано на том, что родитель позволяет, а не на запрещениях.
* Помогайте малышу осваивать навыки самообслуживания (одевание, кормление, уборка игрушек).
* Предлагайте в игровой форме оказывать помощь маме и папе в домашнем хозяйстве (например, помыть небьющуюся посуду, подать молоток или другой инструмент папе, вытереть стол, помочь разгрузить сумку с продуктами, почистить отварную картофелину для салата и другие поручения).
* Не ограничивайте ребенка в творческом поиске, экспериментировании (например, в рисовании, лепке или другой деятельности).
* Поощряйте познавательный интерес малыша, а также сами будьте активны в познании всего нового и интересного, ведь дети берут пример с родителей.
* Помогайте ребенку приобретать навыки общения со сверстниками и взрослыми, играть в совместные игры.

**Вашему малышу нужно много любви и внимания в этот сложный для него период. Будьте рядом, когда ему нужна ваша помощь, верьте в его силы и способности, и все получится!**