

# Как развивать самостоятельность ребенка от 1 до 3-х лет дома?

Автор и ведущая: Александра Шудибиль,  
Монтессори учитель , диплом AMI 0-3,



## Что мы обсудим:

- Что такое самостоятельность и независимость
- Зачем они нужны детям
- Как помочь ребенку становиться все более и более самостоятельными и независимыми
- Поговорим о том, что можно сделать дома
- Поговорим о конкретных навыках самообслуживания, о том как помочь ребенку их приобрести

Навыки, которые необходимы ребенку, чтобы  
чувствовать себя независимым и  
самостоятельным:

- самостоятельное хождение в туалет,
- умение переодеваться,
- умение есть самому, накрыть себе на стол,  
убрать со стола
- умение приготовить что-то простое,
- умения: мыть руки, чистить зубы, причесываться,  
вытирать нос – заботиться о себе
- умения: мыть пол, вытирать пыль, ухаживать за  
растениями – заботиться о своем доме.

## Как помочь ребенку стать более самостоятельным и независимым:

- Пусть ребенок видит Ваши обычные ежедневные дела
- Комментируйте свои действия
- Сотрудничайте с ребенком
- Создайте безопасную среду, уберите препятствия
- Соблюдайте порядок
- Дайте ребенку возможность ошибаться
- Запаситесь временем и терпением
- Наблюдайте

## Приучение к туалету, рекомендации:

- Горшок находится всегда в одном и том же месте в доме ( не переезжает)
- Используются тренировочные или обычные трусы
- Рядом с горшком есть место для переодевания: стул, контейнер для грязного белья, полка или контейнер с чистой одеждой и трусами
- Для девочек откажитесь от платьев и юбок
- Можно вести график посещения ребенком туалета
- Для использования взрослого унитаза ребенком хорошо иметь подставку-ступеньку и детское сидение на унитаз

## Тренировочные трусы



## Горшок и место для переодевания









## Вариант детского унитаза со ступенькой



# Переодевание. Одежда

- Удобная, не мешает движениям
- Ее легко снять и надеть
- На футболках широкий ворот
- На штанах хорошо тянущаяся резинка  
( нет молниям и пуговицам, НЕТ  
ДЖИНСАМ)
- Удобные застежки (большие кнопки и пуговицы)  
на кофтах
- Нет комбинезонам
- На куртке должна быть петелька
- Обувь на липучке или вообще без застежек
- Обувь можно пометить, поставив точки с

## Что делает взрослый в момент переодевания:

- Садится на пол или на низкий табурет напротив ребенка
- Сначала показывает и делает вместе с ребенком
- Помогает ребенку, но не делает за него
- Дает словесную инструкцию
- Наблюдает

# Надевание футболки



## Надевание штанов







## Надевание носков





# Надевание обуви



# Хранение одежды и место для переодевания

- Шкаф или штанга + стул или коврик + зеркало





## Место для переодевания в прихожей

Крючки на уровне роста ребенка

Полка/место для обуви

Стул для переодевания







# Возможность перекусить и попить воды

- Можно поставить стакан, кувшин с водой в доступе ребенка



Возможность готовить еду для себя или для  
всей семьи

Резка банана



## Намазывание бутербродов







## Отжимание сока citrusовых





## Прочие виды кулинарии







# Вариант размещения кулинарных наборов



## Что делает взрослый в детской кулинарии:

- Продумывает кулинарное занятие для ребенка, оно может быть для самостоятельного использования ребенком или для совместного со взрослым
- Обеспечивает безопасность
- Формирует готовый набор для кулинарии
- Показывает, как пользоваться инструментами, как и куда выбрасывать мусор, относить грязную посуду

## Прием пищи

- Нет слюнявчикам
- Ребенок ест самостоятельно
- У ребенка есть возможность самому накрыть и убрать со стола: она стоит в доступе на открытой полке
- У ребенка есть возможность самому сесть и встать со стула, на котором он ест
- Ребенок ест вместе со взрослыми



# Сервировка стола



# Варианты приема пищи



# Стул trip-trap









# Варианты хранения посуды



# Вариант планировки детской кухни



## Что делает взрослый за столом

- НЕ КОРМИТЕ ребенка, ешьте сами, пусть ребенок видит, как вы это делаете
- Используйте красивую посуду
- Накладывайте еду маленькими порциями
- Пользуйтесь салфетками, пусть ребенок сам вытирает рот и руки
- У ребенка должна быть возможность наливать себе воду самому
- Доверьте ребенку накладывать себе самому какую-нибудь еду
- Не уговаривайте ребенка есть, у него должна быть возможность отказаться от еды



# Забота о себе

Возможность помыть руки...









...почистить зубы









причесаться



## ПОЧИСТИТЬ НОС



## Что делает взрослый:

- Ступенька для самостоятельного мытья рук и чистки зубов.
- Если ванная большая, можно поставить столик с зубной щеткой и зеркалом.
- Низко повесьте полотенца.
- Можно в шкафчике сделать полку для тренировочных трусов.
- Бельевая корзина или маленькое ведро с педалью для одежды.
- Если ребенок может достать до крана с водой, то температура должна быть безопасной, а давление воды не слишком сильным

# Дела по дому

## Загрузка стиральной и посудомоечной машин



# Уборка



# Подметание пола





# Вытирание пола шваброй



## Вытирание пыли с растения



# Мытье растения



## Полив растения



## Аранжировка цветов



И многое другое...