

Воспитание навыков самообслуживания у детей раннего возраста

Консультация для родителей
Педагог-психолог Майорова Л.Н.



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 1-3 лет.



Самообслуживание включает в себя освоение навыков:

приема
пищи

раздевания
и одевания

гигиены
тела

опрятности

Развитие навыков приема пищи

Навык	Приблизительный возраст появления
Ест сам, берет пищу пальцами и помещает в рот	1 г. 1 мес.
Откусывает кусочек от печенья и жует	1 г. 2 мес.
Пьет из чашки, которую держит сам двумя руками	1 г. 3 мес.
С помощью взрослого подносит ложку с пищей ко рту	1 г. 3 мес.
Подносит ко рту ложку и ест, захватывая пищу с ложки, часто проливая	1 г. 5 мес.
Хорошо прожевывает твердую пищу	1 г. 6 мес.
Пьет из чашки, которую держит сам одной рукой	1 г. 7 мес.
Зачерпывает пищу ложкой из тарелки	1 г. 8 мес.

(Продолжение таблицы)

Навык	Приблизительный возраст появления
Ест и пьет самостоятельно, используя ложку и чашку (аккуратно)	2 г.
Сосет 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	3 г.
Помогает убрать со стола	3 г.
Помогает накрыть на стол	3 г.
Ест вилкой	3 г.

Развитие навыков одевания и раздевания

Навык	Приблизительный возраст появления
Поднимает руку, ногу, когда его одевают (раздевают), по просьбе взрослого	1 г.
Стягивает носки	1 г. 2 мес.
Снимает ботинки	1 г. 6 мес.
Просовывает руки в рукава, а ноги в штанины (или вытаскивает – при раздевании)	1 г. 6мес.
Снимает или надевает шапку	1 г. 8 мес.
Снимает расстегнутое пальто, куртку...	1 г. 10 мес.

(Продолжение таблицы)

Навык	Приблизительный возраст появления
Снимает расстегнутые штанишки	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	3 г.
Расстегивает и застегивает большие пуговицы	3 г.
Надевает рубашку, джемпер, платье, брюки...	3 г. и старше

Развитие навыков гигиены

Навык	Приблизительный возраст появления
Активно участвует в мытье и вытирании рук	1 г. 6 мес.
Позволяет, чтобы ему почистили зубы	2 г.
Самостоятельно моет руки (лицо)	2 г.
Вытирает нос, когда дают платок	2 г.
Самостоятельно вытирает руки и лицо	2 г. 6 мес.
Самостоятельно моет руки с мылом	3 г.
С помощью взрослого чистит зубы зубной щеткой	3 г.
Самостоятельно пользуется носовым платком	3 г.

Развитие навыков опрятности

Навык	Приблизительный возраст появления
Реагирует на мокрые или грязные штанишки	1 г. 2 мес.
Реагирует на потребность в туалете беспокойством или голосом	1 г. 6 мес.
Дает знать взрослому, что хочет в туалет, доступными ему средствами (не словами)	1 г. 10 мес.
В течение дня остается сухим	2 г.
Снимает сам штанишки перед тем, как сесть на горшок	2 г.
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	3 г.

Наибольшее количество вопросов и трудностей возникает у родителей именно с развитием навыков опрятности у ребенка, т.е. с приучением к горшку.



Факторы, влияющие на процесс приучения к горшку

Пол ребенка

- Девочки по своей природе более сговорчивы, чем мальчики, и, как правило, их легче уговорить и усадить на горшок. У мальчиков процесс обучения происходит несколько дольше.

Характер

- Спокойный ребенок быстрее приучится к горшку, его можно завлечь разговором, игрушкой и таким образом удержать на месте. Шустрый малыш может длительное время отказываться сесть на горшок по одной причине — ему некогда! Ему надо всюду успеть, везде поиграть, во всем принять участие и совершенно не хочется тратить время на скучное сидение на одном месте. Такие дети часто «заигрываются», не добегают до туалета и ходят в мокрых штанишках, даже когда они уже умеют пользоваться горшком.

Успешность приучения к горшку зависит от:

Состояния (развития) органов, принимающих непосредственное участие в процессах мочеиспускания и дефекации: мочевого пузыря, мочеиспускательный канал, прямая кишка, мышцы брюшного пресса, сфинктеры прямой кишки и мочевого пузыря (сфинктер — это особая круговая мышца, сжимающая полый орган или замыкающая выход из него).

Состояния (развития) нервной системы, прежде всего, коры головного мозга.

Интенсивности внешних воздействий или, проще говоря, педагогической активности родственников.

Три перечисленные составляющие тесно взаимосвязаны, но уже на этом этапе можно сделать очень существенные выводы, которые, впрочем, вполне очевидны:

- Чем раньше вы начнете процесс приучения к горшку, тем больших усилий это от вас потребует.
- Приучение к горшку тем успешнее, безболезненнее и проще, чем выше уровень физиологического развития ребенка.

«Мой ребенок с 10 (9,8,7) месяцев ходит на горшок!»

Очень многим терпеливым и активным родителям удастся добиться прекрасных результатов уже **на первом году жизни**. Сплошь и рядом произносятся гордые заявления о том, что ребенок в 10, 9, 8 даже в 7 месяцев опорожняет мочевой пузырь по команде "пи-пи", а ходит по большому исключительно после "а-а". Но это всего лишь выработка **условного рефлекса** – реакции на звуковой раздражитель «пи-пи».

Но цепочка должна быть другой:
Не "пи-пи" — наполнение пузыря — мочеиспускание,
а наполнение пузыря — горшок — мочеиспускание.



Т. е. побудительным мотивом к горшку должен стать физиологический процесс (наполнение пузыря), а не звуковой раздражитель ("пи-пи").

Второй год жизни

На втором году жизни у ребенка появляются новые черты, которые очень помогут матери приучить его пользоваться горшком. В этом возрасте ребенок осознает, как сильно он любит свою мать, и ему нравится доставлять ей удовольствие. Если мать по-дружески **объяснит** ребенку, что ей очень хочется, чтобы он пользовался горшком, и **будет хвалить** его, когда это ему удастся, то у ребенка появится **сильное желание научиться пользоваться горшком в угоду матери.**

Попытки влиять на процесс

Озабоченный тем, что никак не удастся приучить ребенка к горшку, родители пытаются активно влиять на процесс. Возможные воздействия непременно включают в себя элементы насилия — заставить сесть, не дать встать, наказать за лужу в коридоре. Следствие — истерики, антипатия ребенка к процессу в целом, к горшку и родственникам в частности.

Отсюда **важное правило**: если не получается — **подождите**. Закройте тему на 1-2 месяца, вернитесь к привычным для всей семьи подгузникам, не тревожьте понапрасну свою и детскую психику.

Признаки психической и физиологической готовности:

- установление более или менее стабильного режима дефекации;
- способность более 1,5-2 часов сохранять подгузники в сухом состоянии;
- знание частей тела и названий предметов одежды;
- знание или понимание слов "пописал" и "покакал";
- демонстрация отрицательных эмоций как следствие пребывания в грязных (мокрых) подгузниках;
- стремление (умение) самостоятельно раздеваться;
- стремление (умение) самостоятельно входить-выходить из туалета.

И, наконец, **самый достоверный признак**: способность любым способом — словом, кривлянием, конкретными звуками, жестами — **передать родителям слово "хочу"**.

Начинаем приучение к горшку

- Готовность взрослых.
- Все члены семьи здоровы и жизнерадостны.
- Лучшее время — лето.
- Знакомимся с горшком.
- В случае успеха — **очень-очень хвалим**.
- Фиксируем внимание не только на самом горшке, но и на действиях.
- Включаем горшок в распорядок дня.
- С подгузником окончательно не расстаемся.
- Горшок – не игрушка.
- Горшок или унитаз.

Справка

Результаты исследований, проведенных в США:

- к 2 г. уверенно пользуются горшком лишь 26% детей,
- к 2 г. и 3 мес. - 52%,
- к 2,5 г. - 85%,
- к 3 г. - 98% малышей.



Спасибо за внимание!

The bottom of the slide features a decorative graphic consisting of several overlapping, wavy horizontal bands. From top to bottom, the bands are: a light blue band, a solid black band, a dark grey band with fine diagonal hatching, and a light grey band with fine diagonal hatching.