«Приучая ребенка к порядку, развиваем его мышление, моторику, память»

Подготовила педагог-псхолог Коржова Т.С.

Чем старше ребенок становится, тем меньше ему нужна помощь родителей в повседневных делах: малыш учится сам мыть руки, чистить зубы, одеваться. Пока одни уже в три года ловко справляются с зубной щеткой и начинают осваивать пуговицы, другие сталкиваются с абсолютно неожиданными сложностями.

Что такое навыки самообслуживания?

Сперва давайте разберемся, что входит в понятие навыков самообслуживания. В целом, это способность ребенка самостоятельно поддерживать гигиену и выполнять необходимые процедуры по уходу за собой. К навыкам самообслуживания можно отнести привычку регулярно чистить зубы и расчесывать волосы, самостоятельно ходить в туалет, одеваться и раздеваться, использовать принятые в обществе столовые приборы и так далее. Иногда к навыкам самообслуживания также относятся базовые навыки коммуникации с другими людьми.

Неочевидные преимущества навыков самообслуживания

Очевидные бонусы овладения навыками самообслуживания ясны, малыш становится самостоятельнее, уже не нужно следить за каждым его шагом. Тем не менее, многие родители пренебрегают навыками самообслуживания, фокусируясь больше на развитии мышления ребенка и его творческих способностей. Однако, педагоги и психологи в один голос утверждают, что самообслуживание вносит неочевидный, но ощутимый вклад буквально во все сферы жизни малыша.

Когнитивное развитие ребенка

Выучивание последовательности действий благотворно влияет на развитие памяти и мышления, участвует в улучшении внимания ребенка. Следует также помнить, чем большим количеством навыков ребенок уже овладел, тем лучше он сможет сориентироваться в новой для него ситуации, поэтому навыки самообслуживания вносят свой вклад и в общую смышлёность ребенка.

Развитие координации и мелкой моторики

Вы когда-нибудь задумывались насколько хорошо нужно владеть своим телом, чтобы самостоятельно надеть футболку, справиться с пуговицей или завязать шнурки? Многочисленные мелкие действия, которые малышу приходится выполнять при одевании и других процедурах становятся самыми настоящими упражнениями на развития мелкой и крупной моторики.

Влияние на коммуникацию с другими людьми

В нашем обществе навыки самообслуживания понимаются как показатель адекватности человека, мы даже неосознанно оцениваем людей по их внешнему виду и опрятности. Ребенок, который к 6-7 годам имеет проблемы с одеванием или, тем более, нуждается в помощи во время посещения уборной, вероятно станет объектом для насмешек сверстников, а иногда и взрослых. Верно и обратное, ребенок, не имеющий трудностей с самообслуживанием, чувствует себя уверенней, легче адаптируется к детскому саду и школе.

Как помочь малышу развить свои навыки?

Разумеется, возникает вопрос, как помочь ребенку освоить все эти многочисленные и порой сложные навыки?

- Создавайте красочные пошаговые инструкции или чек-листы и вешайте их на стенку. Такие карты помогут малышам запомнить порядок действий, что особенно важно при одевании, когда ребенку приходится держать в голове длинную цепочку операций.
- Делите сложные действия на маленькие шаги. Не пытайтесь научить ребенка всему и разу, разбивайте целиковые задачи на последовательность отдельных операций. Сегодня учимся натягивать носки, завтра вставлять ногу в ботинок, а послезавтра делаем упор на липучку.
- Будьте последовательны. Возьмите себе за правило, что пока ребенок маленький, он решает одну бытовую задачу одним способом, это позволит

ему быстрее выучить необходимые действия. Расширять репертуар и работать над креативностью вы будете после освоения базового навыка, а сейчас постарайтесь, чтобы вещи лежали на своих местах, процедуры по уходу за собой имели собственный распорядок, а новый предмет гигиены или элемент одежды не слишком отличался от своего предшественника.

- Используйте короткие и четкие инструкции. Что взять, какие действия совершить. Повторяйте инструкции, не меняя последовательности действий и используйте те же слова и формулировки, это способствует запоминанию.
- Выделяйте достаточно времени. «У нас нет времени ждать пока он там копается!» - возмущаются родители, когда мы начинаем разбираться в причинах несамостоятельности малыша. Такой подход не только не позволяет ребенку развиваться, но и подвергает его постоянному стрессу. Представьте, если после пары демонстраций вас заставили бы быстро завязать особые морские узлы или сыграть без ошибок какую-нибудь мелодию. Именно так ситуацию видит ребенок. Варианта два: изначально выделить в два раза больше времени на необходимые процедуры или, в крайнем случае, помочь ему выполнить задачу.