

## Как научить ребенка самостоятельности ( рекомендации для родителей)

Самостоятельность ребенка для многих родителей – очень желаемое, но порой труднодостижимое качество. Как сделать так, чтобы дети росли и развивались самостоятельными?

Сначала необходимо разобраться, что значит «самостоятельный»?

В «Толковом словаре русского языка» Д. Н. Ушакова данное слово имеет несколько близких толкований, в том числе: «существующий отдельно от других, сам собою, независимый»; «решительный, способный на независимые действия, обладающий инициативой»; «свободный от посторонних влияний, помощи».

Основной ошибкой взрослых в воспитании детской самостоятельности является гиперопека ребенка и полное устранение от поддержки его действий. Из-за отсутствия времени, неуверенности в силах ребёнка, мы стремимся сделать всё за него сами. Но действительно ли мы оказываем ребёнку помощь? Стремясь сделать за ребёнка, мы, взрослые, причиняем ему большой вред, лишаем его самостоятельности, подрываем у него веру в свои силы, приучаем надеяться на других.



Подавление детской самостоятельности способно оказать серьёзное негативное влияние на развитие личности ребёнка. Малыш может вырасти пассивным, неспособным к каким-либо усилиям. Такой ребёнок всегда будет ждать, когда за него всё сделают взрослые.

Главная задача родителей – сделать ребенка независимым в быту, повысить его социальную активность.

Дети стремятся к самостоятельности. Но возникает вопрос: что же они могут выполнять самостоятельно, несмотря на то, что они ещё малы? Дети очень активны и с огромным удовольствием выполняют различные поручения взрослых. Стремление к самостоятельности особенно велико, когда ребёнок принимает участие в настоящей работе, выполняемой взрослыми.

Конечно, ребёнок не сразу приобретает необходимые навыки, ему требуется наша помощь. Прежде всего, нужно создать необходимые условия для проявления самостоятельности: приспособить к росту ребёнка вешалку для одежды, выделить индивидуальное место для хранения игрушек и т.д. А также необходимо правильно руководить действиями детей. Прежде чем ожидать от ребёнка самостоятельности, его нужно научить действовать.

Самостоятельность развивается в несколько *этапов*.

1. Ребёнок наблюдает за действиями родителей.
2. Ребёнок выступает в качестве помощника.
3. Ребёнок действует сам, но с помощью взрослого.
4. Ребёнок действует самостоятельно, но нуждается в контроле и напоминании.
5. Ребёнок действует абсолютно самостоятельно.

Начинать учить самостоятельности следует с элементарных сфер, с которыми ребенок сталкивается ежеминутно. Это личная гигиена, одежда и обувь, питание, жилище, культура поведения, семья и семейные отношения.

Каждую из этих сфер можно разделить на два блока: что ребёнку необходимо *знать* и что необходимо *уметь*.

Начинать следует с тщательного изучения предметов, которыми ребенок будет пользоваться. Не думайте, что он все прекрасно знает. Например, зубная щетка. У зубной щетки есть ручка и щетина. Щетки бывают разного размера, цвета, формы. У них есть определенное место для хранения, за ними нужно ухаживать, щетки нужно менять... И это далеко не полный перечень того, что можно узнать о зубных щетках.

#### *Изучаем по плану*

При изучении любого предмета или действия придерживайтесь определенного алгоритма изучения. Проще говоря, делайте все постепенно и по плану.

- Сначала познакомьте ребенка с внешним видом нового предмета, научите находить его, не путать с другими предметами, соотносить его название и внешний вид: назовите цвет, размер форму предмета, его части, назначение.

- Расскажите о необходимости ухода за этим предметом, о средствах ухода, месте его хранения.

- Расскажите, в каком магазине можно купить этот предмет.

- Обязательно подкрепляйте теорию *практическими умениями*. При этом придерживайтесь следующего алгоритма действий:

- сначала учите пользоваться предметом с вашей активной помощью, например, используйте способ «рука в руке»;

- затем постепенно уменьшайте помощь и увеличивайте самостоятельность малыша при выполнении действия;

- и, наконец, предложите ребенку самостоятельно выполнить действия.

Помните, что самостоятельность должна быть абсолютной, без словесной или визуальной поддержки. То есть ребенок должен остаться с предметом один на один – это очень важный момент в привитии бытовой самостоятельности.

#### *Личная гигиена*

Расскажите малышу о том, как важно соблюдать правила личной гигиены. Познакомьте его с предметами и средствами личной гигиены, с их внешним видом, названиями.

Помогите ребенку освоить процессы личной гигиены: мытье и вытирание рук, ног, тела, уход за кожей лица, рук, ног, чистку зубов, полоскание рта и т. д.



#### *Одежда и обувь*

Познакомьте малыша с внешним видом, названием и назначением отдельных предметов одежды и обуви. Изучите части одежды и обуви.

Вместе тренируйте навык самостоятельного надевания и снятия одежды и обуви.

Расскажите ребенку о местах для хранения предметов одежды и обуви каждого члена семьи. Отработайте навык складывания одежды и обуви.

Расскажите, чем отличаются друг от друга праздничная, повседневная, домашняя одежда и обувь. Подбирайте вместе одежду и обувь для дома, детского

сада и праздника.

Научите малыша ухаживать за одеждой и обувью: мыть, чистить и стирать.

Давайте ребенку возможность самостоятельно выбирать то, что он сегодня наденет. Но не забывайте, что малышу нужно помочь с выбором. Ему нужно объяснить, например, что сейчас осень, дожди, прохладно на улице, поэтому летнюю одежду надо отложить до весны, а вот из осенних вещей он может выбрать, что ему

больше по душе. Можно также начинать вместе с ребенком совершать покупки в магазине и учитывать его выбор.

#### *Питание*

Называйте, изучайте внешний вид и назначение столовых приборов и посуды. Отрабатывайте умение пользоваться столовыми приборами. Познакомьте ребенка с понятиями «завтрак», «обед», «полдник», «ужин».

Изучайте названия и состав блюд. Осваивайте правила поведения во время еды, расскажите о том, как важно для здоровья соблюдать режим питания.

Помогите ребенку научиться мыть посуду, познакомьте с нужными для этого средствами и приспособлениями. Рассказывайте о местах для хранения посуды. Научите малыша накрывать на стол, расставлять посуду в местах хранения.

#### *Жилище*

Знакомьте ребенка с правилами поведения в жилых помещениях, принятыми в семье. Изучайте внешний вид, названия и назначение мебели. Осваивайте правила пользования ею.

Познакомьте сына или дочку со средствами и приспособлениями для уборки помещений. Отрабатывайте навыки использования тряпки для пыли, швабры, щетки, веника. Знакомьте с последовательностью уборки помещений.

#### *Культура поведения и семейные ценности*

Приучайте ребенка к мысли, что для него, как и для всех в семье, существуют определенные правила и нормы поведения, и он должен им соответствовать. Для этого важно закрепить за ребенком постоянное поручение, соответствующее его возрасту. Конечно, возможности ребенка в дошкольном возрасте еще очень невелики, но все-таки они есть. Даже самый маленький ребенок 2-3-х лет, а тем более дошкольник, в состоянии убрать, например, свой уголок с игрушками. Также обязанностью дошкольника в семье может стать поливка комнатных растений, помощь в накрытии обеденного стола, помощь в уходе за домашним питомцем и др.

Учите ребенка здороваться и прощаться, выражать благодарность, просьбы.

Воспитание самостоятельности предполагает также формирование у ребенка *умения найти самому себе занятие* и какое-то время заниматься чем-то, не привлекая к этому взрослых.

Любое обучение легче и доступнее проходит *в игре*. Попробуйте посоревноваться с ребенком – кто быстрее уберет по местам игрушки или красивее повесит свою одежду на стул.

Чтобы у малыша не возникло ощущение беспомощности, не надо поправлять или одергивать ребенка. Ведь дети учатся, ошибаясь. Помните, не ошибается только тот, кто не делает. Поэтому важно не укорять ребенка, что он сделал что-то не так, а хвалить за старание, упорство. А также контролировать процесс, чтобы он был безопасным для малыша.

Не забывайте: то, что для вас кажется самым обыденным делом, для ребенка – это шаг в неизведанное. От вашего терпения зависит успешность малыша в познании и освоении окружающего мира.

