

Памятка для родителей детей раннего возраста

Как обучать ребенка элементарным навыкам самообслуживания

1

Учите ребенка самостоятельно кушать и пить из кружки

- ✚ Начинайте обучение с любимой еды ребенка. При этом важно, чтобы он «нагулял аппетит» и хотел есть.
- ✚ Кушайте вместе. Если ребенок увидит пример, он невольно начнет подражать.
- ✚ Учите ребенка правильно держать ложку и пить из кружки в игровой форме. Предложите покормить/попить куклу или плюшевого медвежонка
- ✚ Помогайте ребенку кушать, пока он учится. Вкладывайте ложку в руку ребенка и придерживайте своей.
- ✚ Приучайте его быть аккуратным за столом, вытираться салфетками.
- ✚ Объясните, что посуда – не игрушки, а еда – не развлечение.

2

Формируйте гигиенические навыки

- ✚ Научите ребенка включать воду, пользоваться мылом и полотенцем.
- ✚ Сопровождайте процесс обучения играми, потешками, поучительными стихами и песнями.
- ✚ Покажите, как закатывать длинные рукава перед мытьем рук.
- ✚ Формируйте у ребенка привычку мыть руки после прогулки и перед каждым приемом пищи и обязательно хвалите, когда он это делает.
- ✚ Приучите ребенка к горшку. Он должен вовремя проситься на него.

3

Учите самостоятельно раздеваться и одеваться

- ✚ Обучайте в игровой форме: используйте игры и упражнения с одеванием.
- ✚ Выбирайте одежду и обувь, которые ребенку легко снять и надеть.
- ✚ Проговаривайте последовательность действий, чтобы ребенок запомнил, как правильно надевать вещи.
- ✚ Научите его правильно снимать одежду, чтобы потом не выворачивать ее.
- ✚ Отведите на самостоятельное одевание ребенка в три раза больше времени, чем тратите на его одевание вы.
- ✚ Хвалите ребенка даже за незначительные успехи.