**Консультация для родителей**

**«Самообслуживание и его значимость для ребёнка, формируем культурно — гигиенические навыки для детей с Ограниченными Возможностями Здоровья»**

**Дата проведения: 19.01.2022**

**Дефектолог: Бочарова О.Г.**

Самообслуживание-это взаимодействие личности с окружающим миром. Оно не ограничивается лишь накоплением чувственных представлений о действительности, обогащением жизненного опыта, а включает и овладение умениями и навыками необходимыми в самостоятельной жизни. Формирование навыков самообслуживания решает задачи расширения представлений и знаний детей об окружающих вещах, сенсорного восприятия, развитие речи, тонкой моторики и зрительно-смотровой координации, а также умения выполнять действия по подражанию и словесной инструкции, ориентироваться на образец.

Навыки самообслуживания (умение одеваться и раздеваться, ухаживать за собой, пользоваться туалетом, самостоятельно принимать пищу, купаться, умываться и т. п.) напрямую влияет на самооценку ребенка, является важным шагом к его социализации, как фактор успешной социальной адаптации детей с ОВЗ.

Воспитательная работа родителей в семье – это, прежде всего, самовоспитание. Следовательно, каждому родителю нужно учиться быть педагогом, учиться принимать свое дитя таким, какой он есть, учиться управлять взаимоотношениями с ребенком.Самое главное родители должны ориентироваться не на биологический возраст, а на реальный уровень развития ребенка.

Культурно-гигиенические навыки – важная составная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, тела, одежды, обуви продиктованная не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений.

Для того, чтобы сформировать у ребенка культурно-гигиенические навыки родители должны запастись колоссальным терпением. Итак, для того, чтобы ваш ребенок научился самостоятельно одеваться, раздеваться, есть и правильно умываться необходимо следующее:

**1. Учимся культурно есть.**

Мы должны научить ребенка правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой, не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом, тихо выходить по окончании еды из-за стола, благодарить, пользоваться только своим прибором.

**2. Учимся правильно мыть руки**

Взрослый демонстрирует ребенку, как правильно надо закатать рукава, смочить руки водой, взять в руки мыло, намыливать до появления пены,смыть мыло так, чтобы руки не были скользкими (чтобы скрипели во время трения ладони о ладонь, насухо вытереть руки полотенцем, повесить полотенце на место.

**3. Учимся одеваться и раздеваться**

Показываем ребенку, как правильно расстегнуть пуговицы, снять платье или рубашку, аккуратно повесить на спинку стула, затем снять обувь, поставить ее под стул, снять колготки и повесить их на платье или рубашку, надеть все в обратной последовательности.

Родителям необходимо применять как прямую последовательность, когда ребенок выполняет первое действие из цепочки, а все остальное завершает взрослый, так и обратную последовательность, когда взрослый производит все действия, а ребенок завершает процесс. Количество самостоятельных шагов постепенно увеличивается, пока ребенок не освоит всю цепочку действий. Использование навыков, находящихся в зоне актуального развития, сопровождается обучением с учетом зоны ближайшего развития. Например, ребенку трудно застегивать рубашку на мелкие пуговицы, но это не значит, что еще рано формировать навык одевания. Можно использовать более крупные пуговицы, кнопки, липучки и другие виды застежек. Параллельно с этим проводятся игры, помогающие малышу усвоить новый навык. Только после этого его можно включить в цепочку бытовых действий.

Таким образом, все необходимые умения и навыки дети усваивают в процессе игровой деятельности. В режимные моменты необходимо включать игры и упражнения, направленные на формирование и закрепление культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей с нарушениями интеллекта.

Обязательным условием работы является положительный эмоциональный настрой взрослых, адресованный детям, готовность родителей терпеливо и грамотно анализировать свою деятельность. Учитывая данную категорию детей невозможно получить быстрый результат, но детей необходимо стимулировать к собственной деятельности, эмоционально реагировать на ситуации успеха.

Формирование навыков самообслуживания призвано содействовать достижению максимально возможной самостоятельности детей с ОВЗ в быту. Постепенно формируемая привычка к чистоте, опрятности и аккуратности обеспечивает основы приобщения к гигиенической культуре, здоровому образу жизни.

Задачи, которые стоят перед родителями, трудны, но видеть продвижение ребенка – это большая радость. Даже во время полосы неудач может неожиданно появиться что-то новое – и родители должны чувствовать, что их усилия не пропали даром.