

# «Семь шагов к самостоятельности дошкольника»

*Трутнева Анна Геннадьевна*

*Воспитатель группы «Почемучки»*

Стремление к самостоятельности заложено в развитии ребенка с самого раннего возраста. Но родителям бывает непросто: как позволить ребёнку учиться быть независимым, видеть его неудачи — и не спешить ему помогать или делать все за него? Возможность постепенно развивать независимость помогает ребенку обретать чувство собственного достоинства и самоуважения, сталкиваться с разочарованием, когда что-то не выходит, учиться быть настойчивым. Да, бывает сложно наблюдать, например, как дошкольник собирается налить себе молока — он забирается на табуретку, открывает холодильник, балансирует, потом ставит чашку на самый край стола, молоко проливается... Часто поощрение самостоятельных попыток что-то сделать означает наблюдать, как обычное дело занимает у ребенка гораздо больше времени, чем у вас, а вокруг образуются грязь и беспорядок. Тяжело наблюдать, как ребенок пытается, терпит неудачу, расстраивается, злится. Вот несколько способов помочь ему — и самому быть спокойнее.

## 1. Установите распорядок дня

Стабильный режим, предсказуемый порядок действий — все это важно для воспитания независимости: пусть дети точно знают, что за чем следует. Даже чистка зубов — это рутинное действие, потому что она состоит из нескольких этапов, которые всегда выполняются в одном и том же порядке: включить воду, промыть зубную щетку, нанести зубную пасту, почистить щеткой, сполоснуть рот, взять полотенце. По мере того, как дети осваивают эту последовательность, они учатся предвидеть, что будет дальше, и готовы все меньше пользоваться вашей помощью: если вы разрешаете малышу выдавить пасту на щетку, скоро он точно сможет это делать сам (и будет помнить, как именно это делать правильно).

## 2. Позвольте ребенку выбирать

Еще один способ поддержать самостоятельность — дать выбор. Вовлекайте ребенка в обсуждения всего, что с ним связано: что надеть, во что поиграть, какую книжку читать перед сном. Это не обязательно означает, что он получает полную свободу действий, лучше предложить два или три варианта, а затем похвалить за сделанный выбор. Такой способ также позволит избежать конфликтов, когда дошкольник настаивает на том, чтобы делать что-то по-своему: просто предложите на выбор другие варианты.

### 3. Просите вам помочь

Дети любят помогать! Это и помогает обрести независимость, и в сложных или конфликтных ситуациях переключает внимание ребенка и дает ему ощущение контроля. Когда вы позволяете ему помогать вам, вы укрепляете его уверенность и даете ему возможность узнать что-то новое. Например, когда вы утром готовите омлет, вы можете попросить «ассистента» налить в миску молоко, выбросить скорлупу, размешать яйца. Кроме того, детям понравится еда, в приготовлении которой они принимали активное участие.

### 4. Давайте поручения

Даже дошкольники могут взять на себя некоторые домашние дела. Даже если это пока очень легкие поручения (собрать игрушки или снять с сушилки чистое белье), они станут важными ступенями для перехода к более серьезным задачам. Домашние обязанности помогают развивать ответственность, уверенности в себе, учат командной работе. Задания могут стать и частью распорядка дня: например, ребенок может всегда после еды относить свою тарелку в раковину, а позже и помогать мыть посуду или загружать посудомоечную машину.

### 5. Позвольте справиться со сложностями

Обязательно позволяйте ребенку пробовать сложные вещи и решать небольшие проблемы самостоятельно. Часто нам кажется, что если у него что-то не получится — он расстроится или начнет истерику, но на самом деле попытки и маленькие победы только придадут уверенности. Например, если ребенок надел обувь не на ту ногу, не указывайте ему на это сразу (и уж тем более не переобувайте его молча), позвольте ему обнаружить это или попросить вас о помощи. Возможность справляться с задачами, которые не совсем простые, но все же находятся в пределах того, с чем ребенок может справиться при некоторой поддержке, помогает ему учиться решать проблемы и сохранять самообладание. Вы можете признать, что это было сложно, похвалить за усилия, даже если не все получилось.

### 6. Поощряйте «проекты»

С проектной деятельностью ребенок обязательно столкнется в школе, так можно заранее познакомиться с тем, как устроены проекты: это может быть какая-то завершенная творческая работа, поделка или постройка, или модель, собранная из деталей конструктора. Проект дает ребенку возможность сосредоточить свое внимание на определенной деятельности в течение определенного периода времени — и самому оценить результат. Предложите дошкольнику использовать самые разные художественные материалы (мелки, маркеры, мел, пальчиковые краски), строительные материалы или другой игровой реквизит, пустые коробки или рулоны от бумажных полотенец. Обращайте внимание на то, что ему больше нравится, чтобы направлять и расширять игру: кто-то больше увлечен конструированием,

а кто-то сюжетом игр. Вы можете комментировать действия, но не выполнять их вместо ребенка.

### 7. Хвалите

Здорово, когда у ребенка есть достаточно возможностей для развития самостоятельности, но важно и дать ему понять, что вы замечаете его усилия, настойчивость, прогресс. С помощью такой обратной связи вы еще и отмечаете те качества, которые хотите развить в ребенке, и повышаете вероятность того, что такое поведение повторится снова. Хвалите активно и с энтузиазмом, позитивно, объясняйте, что именно вам нравится: например, «Отличная работа! Как тебе удалось построить такую высокую башню?» или «Я горжусь тобой за то, что ты решил эту головоломку!». Такое положительное внимание — серьезная награда.