

«Как научить ребенка самостоятельно одеваться»

Как только малыш выходит из пеленок, мы начинаем его сажать на горшок и есть ложкой! И уже со временем, когда родители отдают своего чада, начинают понимать, что их дочка или сын не умеют самостоятельно одеваться. А когда начинаем стремительно его учить одевать, малыш категорически не хочет этого делать сам!

Приступать к обучению ребенка навыкам самостоятельного одевания следует с 1,5-2 лет. Примерно с этого возраста у ребенка появляется настойчивое стремление к самостоятельности и если Вы вовремя и правильно отреагируете, то Вам вообще не придется заставлять ребенка делать что-то самому – он и сам будет к этому стремиться. Поэтому, если Вашему крохе 1,5-2 годика, обратите внимание на несколько рекомендаций детских психологов.

Нельзя подавлять инициативу ребенка. Если он хочет попытаться одеться сам – не мешайте ему. Но и не требуйте от ребенка сразу же, чтобы он одевался только сам. Очень часто родители просто не выдерживают медлительного темпа одевания малыша и, чувствуя, что они уже опаздывают, начинают в спешке сами одевать ребенка, не давая ему одеться самостоятельно. В этом случае имеет смысл начать сборы немного заранее, с учетом времени на спокойное освоение навыков одевания малышом.

Если ребенок не хочет одеваться самостоятельно, *нужно не много подтолкнуть его*, одеваем ему носочки, штанишки, колготки не до конца и предлагаем малышу одеться самому!

Существуют специальные развивающие игры-шнуровки или просто любые игрушки, которые можно расстегивать и застегивать. Играя в эти игры ребенок развивает мелкую моторику рук и ему будет легче справиться со своей одеждой. Девочки свои первые навыки одевания могут освоить на куклах с их кукольными одежками.

Можно поиграть с ребенком в разные игры, которые помогут ему самостоятельно одеваться. Девочки, да и мальчики тоже, с удовольствием играют в «показ мод» или «фотосессию» - это отличный повод для обучения самостоятельному одеванию.

Чтобы добиться от малыша взаимодействия при одевании, доброжелательно смотрите на него, шутите, напевайте и всегда проговаривайте совершаемые действия. Пример простейшей игры: «Мы идем гулять, будем топать

ножками, поэтому ножки нужно обуть. Обуваем правую ножку. Обуваем левую ножку. Теперь давай потопаем ножками». Если песенки на малыша не действуют, то можно выбрать его любимых сказочных героев и одеваться как они.

Примеру взрослых дети с удовольствием подражают. Разложите его одежду рядом со своими вещами и начинайте одеваться вместе или по очереди, вещь за вещью. Объявите «соревнование» - кто быстрее оденется. На первых порах малышу потребуется помощь. А еще при одевании можно использовать всякие потешки.

Подсказывайте ребенку, что за чем надевать. Для многих детей запомнить последовательность одевания вещей может быть проблемой. Вы можете вместе с малышом изготовить плакат, на котором разместить изображения одежды в правильной последовательности. Это поможет ребенку быстрее запомнить. Кроме того, чтобы ребенок не перепутал где перед, а где спинка одежды, выбирайте одежду с кармашками или аппликациями спереди, так ребенку будет легче ориентироваться.

Как надевать ботинки.

Первое время от ботинок на шнурках и сандалий с застежками лучше отказаться. Малыш не сможет сам расшнуровать ботинок перед тем, как надеть его, а после зашнуровать. Купите обувь на молнии или липучках, чтобы они хорошо раскрывались, и ножка легко проходила внутрь. Вот увидите, расстегивать и застегивать молнии и липучки станет любимой игрой малыша, а значит, обувь он будет надевать без капризов и с удовольствием.

Как надевать штанишки.

Объясняйте ребенку, что одевать штаны удобнее сидя на кровати вытягивая ноги перед собой, а встать можно после того, как ступни появились из-под штанин. Не забывайте хвалить ребенка даже за его маленькие успехи.

Основные тезисы:

1. Сложите домашнюю одежду в доступное ребенку место. Сначала малыш просто будет вытаскивать ее, заворачиваться, прятаться в куче вещей. Но примерно к полутора годам он, по примеру родителей, начнет надевать на себя шапки, носки. А потом и другую одежду.
2. Если ребенок пытается что-то надеть сам (даже не очень удачно) боритесь с собственной нетерпеливостью. Не помогайте ему, пока он сам не попросит.
3. Часто первыми вещами, которые надевает на себя малыш, оказываются папина футболка или мамины носки. Эти вещи надевать, во-первых, проще, во-вторых, интересней. А в-третьих, в них ребенок удовлетворяет свою

потребность быть похожим на родителей. Поэтому не запрещайте такие эксперименты, наверняка у вас есть одежда, которую можно пожертвовать для игр.

4. Покупайте ребенку удобные вещи – обувь на липучке, кофты с широким воротом и без застежек, свободные носочки и трусики.

5. Придумайте хитрые способы и игры для одевания, заинтересуйте ими ребенка. Вот интересный способ надевания куртки.

6. Если ребенок оделся сам, не критикуйте его и, по возможности, не переодевайте (даже если все вещи надеты задом наперед и наизнанку). Наоборот, обязательно похвалите малыша. А ребенку постарше ставьте метки на одежду и обувь, чтобы ошибок было меньше.

7. Начинайте игры и упражнения с одеванием до двух лет, чтобы использовать период "Я сам".

8. Когда вы сами одеваете ребенка, постарайтесь привлечь его внимание к процессу. Проговаривайте все свои действия, просите поддержать какую-то вещь или самостоятельно выполнить простое действие.

9. Даже если вам кажется, что ребенок уже умеет одеваться сам, не лишайте его поддержки и внимания. Подсказывайте, что за чем надевать (для многих детей это трудная задача), раскладывайте одежду по порядку. Можно одеваться одновременно с ребенком, предлагая ему соревнования.

10. Планируйте своё время таким образом, чтобы Вы могли чувствовать себя спокойно, осваивая с малышом сложную науку одевания. Лучше встать с утра на полчаса раньше, чем лишить ребёнка возможности вовремя овладеть новыми навыками.

11. Предлагайте ему самому снимать ту одежду, которую действительно легко снять.