

Консультация для родителей

*«Как научить ребенка
одеваться самостоятельно?»*



Подготовила:
педагог-психолог
О.А. Топалова

«Как научить ребенка одеваться самостоятельно?»

Умение самостоятельно одеваться — один из главных навыков в развитии ребенка. Обычно дети умеют полностью одеваться без помощи взрослых в 5 лет. Однако нужно научить ребенка этому умению. Запаситесь терпением, времени на это уходит обычно немало.

Как научить ребенка одеваться самому?

Важно: Лучше всего ребенок осваивает все в процессе игры. Проще научить ребенка надевать одежду, играя.

Используйте следующие игровые варианты:

- «Вася, твои ножки — это машинки, а штанишки — гараж. Давай заедем ножками-машинками в гараж»
- «Маша, кто быстрее оденется: я или ты? Давай поиграем!»
- «Ботиночки хотят гулять. Давай оденем их на ножки и поведем на прогулку»
- «Алиса, давай устроим показ мод! Наряжаемся и дефилируем»

Ребенок с радостью примет ваше предложение и присоединится к увлекательной игре.

Как научить ребенка одеваться в 2-3 года?

Важно: В возрасте от 2-3-х лет развитие ребенка можно охарактеризовать названием «Я сам». Это самый подходящий период для того, чтобы приучать ребенка к самостоятельности.

В этом возрасте ребенок постигает мир самостоятельно, ему хочется делать все самому. Если вы видите это желание, не препятствуйте. Предложите ребенку свою помощь, ведь он пока не справится полностью.

Для начала ребенок должен научиться самостоятельно раздеваться. В возрасте двух лет дети сами снимают носки, шапочку. Немного позже они могут расстегнуть молнию, снять кофточку или штанишки.

Не забывайте о некоторых особенностях:

1. **Процесс одевания будет занимать много времени.** Иногда родители не выдерживают и начинают сами быстро надевать одежду, так как времени не хватает. Если вы решили приучать ребенка к самостоятельному одеванию, рассчитывайте время заранее с большим запасом.

2. **Не заставляйте ребенка резко одеваться полностью.** Если до этого вы полностью одевали малыша, он не сможет научиться за один день надевать кофточку, штанишки, носочки, шапочку и т.д. Приучайте малыша постепенно. **Подсказывайте ребенку, что зачем надевать.** Для многих детей запомнить последовательность одевания вещей может быть проблемой. Вы можете вместе с малышом изготовить плакат, на котором можно 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.

3. **Не забывайте похвалить ребенка, если он справился успешно.** В то же время не ругайте, иначе ребенок потеряет желание самостоятельно одеваться.

Важно: Часто родители не задумываются о том, пора ли ребенку одеваться самому, пока не придет время посещать детский сад. Один из первых вопросов, который вы услышите в детском саду: «Умеет ли ребенок сам одеваться?»

Если к 4 годам ребенок не справляется с базовым гардеробом — родителям нужно срочно учить ребенка этому умению. Желательно, конечно, научиться этому в возрасте 2-3 лет.

Чтобы ребенок быстрее научился одеваться:

1. Покупайте свободную одежду.
2. Одежда должна быть удобной.
3. Обувь лучше брать на липучках; одежду — без сложных застежек, замочков.
4. Готовьте ребенку одежду перед выходом на улицу. Раскладывайте ее в той последовательности, в которой ее нужно надеть.

Как научить ребенка самостоятельно завязывать шнурки?

Важно: Научиться завязывать шнурки довольно сложно для ребенка. Отложите это на возраст 4+. До этого возраста предпочтительна обувь на липучках или молниях.

Есть несколько способов научить ребенка завязывать самостоятельно шнурки:

Способ 1. Заинтересовать мультфильмом.

Есть много мультфильмов, которые мотивируют ребенка научиться завязывать шнурки. Посмотрите мультфильм вместе, после чего приступайте к делу.

Способ 2. Сказать ребенку, что он уже взрослый.

Большинство детей хотят стать поскорее взрослыми. Поговорите с ребенком о том, что ему скоро идти в школу, значит, он стал взрослым. Пора научиться самому завязывать свои шнурки.

Способ 3. Тренировка на игрушке.

Для тренировки вырежьте большой ботинок из картона, сделайте в нем дырочки для шнурков. Затем вместе с ребенком вставьте шнурки в эти дырочки. Ребенок с удовольствием будет тренироваться, играя.

Важно: Если ребенок может завязать шнурки, но ленится, используйте следующую хитрость. Скажите, что у вас болит палец, и вы не можете завязать себе или ребенку шнурки. Обычно дети любят заботиться и помогать.

Как научить ребенка самостоятельно застегивать пуговицы?

Важно: Начиная с самого раннего возраста, родители развивают мелкую моторику пальцев ребенка с помощью игрушек, игр, занятий. В будущем это развитие сослужит добрую службу, например, малыш будет быстро справляться с застегиванием пуговиц.

Если ребенок уже может сам надеть кофточку, но не может застегнуть пуговицы, нужна тренировка:

- Для этого на мягкие игрушки пришейте пуговицы разного диаметра с петлями.
- Или возьмите небольшой отрез ткани. С одной стороны пришейте пуговицы, с другой сделайте отверстия для них. Пусть ребенок тренируется.

Одеваясь и завязывая шнурки, мало кто думает о том, как здорово, что я это умею. Или: как здорово, что я делаю это быстро. Но ведь вы тоже не всегда умели одеваться самостоятельно, да еще и быстро. На оттачивание этого навыка уходят годы.

Будьте готовы к тому, что ребенок будет медленно одеваться долгое время. Ему нужно научиться этому и хорошо потренироваться. Только со временем и долгой практикой ребенок научится одеваться быстро.

Совет: Рассчитывайте время перед выходом из дома с запасом около 30 минут, чтобы ребенок смог сам надеть одежду и обувь.

Почему ребенок не одевается дома, в детском саду?

Иногда ребенок отказывается надевать одежду самостоятельно. Такое случается как дома, так и в детском саду. Чтобы решить эту проблему, следует выяснить причину:

1. Спросите у ребенка, почему он отказывается. Возможно, эта одежда ему не нравится, или она тесная, или его смущает большое количество сложных застежек.
2. Причина также может крыться в подавлении самостоятельности ребенка родителями. Иной раз маме проще самой одеть ребенка за 5 минут, чем ждать 30-40 минут. Ребенок привык к этому.
3. Может быть во время одевания отругали за медлительность.
4. Своим отказом ребенок может привлекать внимание, если его не хватает.

Важно: В детском саду дети одеваются охотнее, чем дома. Развитие в коллективе приучает ребенка к самостоятельности.

Запомните 10 простых правил, благодаря которым и вам, и ребенку будет проще:

1. Не ругайте за медлительность, хвалите за успех.
2. Имейте терпение, процесс будет долгим.
3. Постоянные тренировки — залог успеха.
4. Помогайте, если это необходимо. В остальных случаях давайте ребенку возможность одеться самому.
5. Начинайте учить ребенка одеваться с 2-х лет, завязывать шнурки — с 4-х.
6. Выбирайте свободную простую одежду, обувь на липучках.
7. Приучайте ребенка одеваться самому в игровой форме.
8. Начинайте с простого, не заставляйте ребенка резко надевать всю одежду.
9. Рассчитывайте время на сборы с запасом.
10. Не переживайте, если соседский мальчик уже умеет, а ваш — нет.