

# Как научить ребенка одеваться: общие рекомендации для всех возрастов

**Первое.** Одежда, которую малыш одевает сам и которую мы покупаем ребенку, должна быть удобной и простого кроя. На ней не должно быть пряжек, застежек на спине, тонких ленточек-завязочек, слишком узких дырочек для шнурков и других элементов, сложных для малышей.

Для маленьких детей желательна одежда с застежкой-липучкой или молнией, с очень крупными пуговицами, для более старших- можно и даже нужно использовать любые виды застежек, в том числе с мелкими элементами. Но в любом случае на детской одежде не должно быть неудобных застежек- например, слишком тугих отверстий для пуговиц, через которые их очень трудно просунуть, или застежек на спине, которые невозможно самому застегнуть. Нужно всегда заботиться не только о моде, но и об удобстве малыша и о его возможности самостоятельно надеть свою вещь на себя.

Также обратите внимание на ворот платья, футболки, джемпера или свитера. Очень часто на детских изделиях ворот слишком тугой, малыш «застревает» в воротах, пугается. И конечно же, потом не хочет сам одеваться.

**Второе.** Желательно для самых маленьких покупать или шить одежду, в которой отличаются спинка и перед. Например, на кофточке спереди должна быть аппликация, кармашки, отделка тесьмой. Это поможет малышу не путаться и одеться правильно (иначе дети часто надевают одежду задом наперед).

**Третье.** Легче всего малышу научиться одеваться сидя. Потом, уже овладев этим умением, он сможет одеваться и стоя.

**Четвертое.** Во время самостоятельного одевания и раздевания нужно внимательно следить за состоянием малыша. Если он пыхтит, кричит, напрягается, нервничает из-за того, что у него что-то долго не получается – нужно вовремя прийти на помощь. Иначе от одевания останутся лишь неприятные впечатления, и малыш откажется в дальнейшем от своих безуспешных попыток самостоятельно одеться. Нам –взрослым- очень важно обеспечить малышу успех и радость от своих достижений: «Я сделал сам!»

Одевание –это сложный процесс для малышей, поэтому научить его сразу же невозможно. И малышу долго будет требоваться ваша помощь. Разделите этот процесс на две части-что делаете вы, а что –ребенок. Постепенно доля того, что делает ребенок сам, будет увеличиваться. В определении того, с чего начать учить ребенка самостоятельному одеванию.

Учтите, что все дети разные. И каждому потребуется свое время на обучение. Не торопите малыша, идите в соответствии с его индивидуальным темпом, и все у него и у вас получится с радостью и улыбкой! Как же помочь малышу научиться этим «микропроцессам» одевания и раздевания и что он уже может в этом возрасте сделать сам? Чтобы такой маленький малыш одевался сам, нужно знать некоторые педагогические «хитрости» и «умные приемы одевания и раздевания»

### *Хитрости и секреты обучения одеванию детей до трех лет.*

**К 3-3,5 годам малыш в состоянии одеться сам!** Если взрослый ему поможет овладеть одеванием и раздеванием.

#### **Что для этого нужно:**

**Первое.** Дать малышу очень простые способы действия, которые гарантированно ведут его к 100% успеху в одевании и раздевании (Примечание; Мы, взрослые, можем использовать разные способы одевания одной и той же вещи и обычно не обращаем на них внимание, но малышу нужен один результативный и очень простой способ одевания- «умный способ», который обеспечивает ему успех и радость за свое достижение. Именно такому способу мы и будем обучать ребенка).

**Второе.** Приучить малыша и самих себя к четкой последовательности одевания и раздевания, которая постоянно повторяется. Раздеваясь, малыш вместе с вами складывает вещи в определенном порядке на стульчик. Затем он делает это сам. Потом одеваясь, он сможет легко их одеть на себя в обратном порядке. То есть, если ребенок при раздевании последними снял колготки и положил их на стульчик, то он наденет их первыми, т.к. они лежат сверху всех других вещей на его стульчике. И ничего не перепутает! Так мы учим «Умной» организации своего быта.

Другой пример: колготки снимаются и сразу же кладутся на сиденье стульчика так, чтобы один шов был вверху, а два шва внизу ( т.е. перед колготок «смотрит» вверх, резинка колготок находится у спинки стула). Главное здесь- не вертеть колготки в руках, а сняв их сразу же положить на стульчик. Ребенку объясняем правило: «Один шов вверху, резиночка колготок к спинке стульчика». Тогда когда он будет одеваться, он возьмет колготки в руки сразу же правильно и наденет их правильно: правая ножка будет в правом чулке колготок, а левая – в левом.

**Третье.** Познакомить малыша в 1-2 с частями одежды. Например, чтобы надеть колготки, нужно сначала найти вместе с ребенком, где у колготок резинка, носок, пятка, два чулка, где шов (перед), где два шва (задняя часть колготок). А для этого нужно рассмотреть колготки вместе с малышом.

Четвертое. Четко определить, что вы будете делать сами, а чему начнете сейчас малыша обучать. Нельзя начать обучать сразу всем способом одевания всех предметов одежды. Нужно выбрать для начала что-то одно. Например, сначала научить самостоятельно надевать маечку. Как только малыш с этим справиться – можно переходить к другому микропроцессу, например, к надеванию штанишек.

Пятое. Нужно учесть, что взрослые должны всегда показывать ребенку один и тот же способ действий, иначе малыш запутается. Например, мы будем учить ребенка при раздевании перед дневным сном вывешивать платье на спинку стула кармашком вниз (т.е. передней частью платья вниз, а спинкой – вверх). Это будет делаться для того, чтобы малышка смогла сама без нашей помощи и без ошибок надеть платье после сна и не перепутала перед и спинку. Это значит что, когда взрослый раздевает ребенка, он каждый раз вывешивает его платье на спинку стула именно таким образом. А потом будет учить этому малыша. Правило такое: «Что требовать от ребенка- то сами тоже выполняем, даем малышу образец».