

Консультация на тему:
«Как приучить ребенка

самостоятельности»

Юнг Мария Анатольевна

Воспитатель, МБДОУ «Детский сад № 18»,

г. Барнаул

Приучаем ребенка одеваться самостоятельно

По материалам портала «Растим детей» <https://растимдетей.рф/>

Когда пришло время отдавать ребенка в детский сад, родители беспокоятся — как он будет сам одеваться? Обычно, если малышу от одного до двух лет, он уже может снять с себя одежду, но пока не пытается одеться. Родителям потребуется терпение, чтобы научить сына или дочь самостоятельно натягивать платье, колготки или брюки, а уж застегивать куртку и завязывать шнурки — это высший пилотаж. Как помочь ребенку?

Начать можно с того, чтобы ребенок попробовал сам одеться утром, собираясь в детский сад, а лучше — когда он еще не пошел в детский сад и может спокойно тренироваться дома. Развивать навыки самостоятельного одевания лучше постепенно, от более простых предметов (футболка, юбка или шорты на резинке) к более сложным (куртка, брюки, ботинки).

Учитывать возраст

В разном возрасте у ребенка разные навыки одевания. Однозначно ответить на вопрос, в каком возрасте ребенок должен уметь сам одеваться, не получится. Он будет учиться шаг за шагом в течение нескольких лет. Главное — проявлять терпение и не забывать поощрять ребенка, отмечать каждое маленькое достижение.

Годовалый малыш сможет снять ботинки и носки, просунуть руки в рукава куртки, натянуть брюки. В 2 года ребенок сможет снять расстегнутый свитер или пальто. В 2,5 года сможет снять брюки без застежек, будет пытаться надеть носки самостоятельно, а также сможет расстегивать сам большие кнопки. В 3 года ребенок уже сможет надеть футболку с помощью родителей, можно будет использовать крупные молнии, большие кнопки в одежде. В 4 года ребенок сможет обуваться с небольшой помощью и самостоятельно надевать носки. А в 5 лет ребенок сможет вполне одеваться без помощи родителей.

Лучше всего начинать упражняться с раздеванием и одеванием с полутора лет, когда малыш с удовольствием снимает с себя носки, шапочку, колготки, тапочки. Хвалите ребенка за такую инициативу, соревнуйтесь с ним, обращайтесь к его вниманию на цвет и размер одежды, называйте все предметы одежды, играйте с ним во время одевания.

Положить одежду поближе

Чтобы научить ребенка одеваться самостоятельно, нужно положить детские вещи как можно ближе — чтобы он смог легко до них добраться. Если он будет чаще видеть свои вещи, он привыкнет постепенно надевать их на себя сам.

Постарайтесь раскладывать одежду ребенка на кровати или на стуле в том порядке, в котором он должен их надеть: трусы и майки должны лежать сверху, рубашки и кофты — снизу.

Если ребенок любит наряжаться в одежду мамы и папы — не стоит ему это запрещать. Так он стремится быть похожим на родителей. Выделите для игр свою ненужную, домашнюю или старую одежду — пусть учится.

Больше липучек, меньше сложных застежек

Одежду для девочек и мальчиков лучше покупать удобную — на липучке, застежках или эластичной резинке — так ребенку будет легче справиться. Такую одежду малыш начнет надевать самостоятельно гораздо быстрее.

Отдайте предпочтение удобным спортивным штанам, а не джинсам или брюкам. Сначала ребенку лучше научиться просто натягивать штаны на себя, а потом уже использовать замки, кнопки, защелки. К юбкам и платьям это тоже относится.

Купите побольше удобных вещей: эластичные брюки, просторные платья, футболки, свитера с широким вырезом, одежду с большими пуговицами. Малыш быстро научится отличать лицевую сторону от внутренней, если на ней будут яркие узоры и карманы. Для обуви лучший выбор — липучки или в крайнем случае молнии. Большинство детей не умеют завязывать шнурки до 5-6 лет.

Показывать пример

Хороший способ — показать ребенку, когда одеваетесь сами. Подробно рассказать, что и как делать, например: мы соединяем два края куртки, каждую пуговицу по очереди вставляем в отверстие, берем два шнурка и завязываем.

Еще можно посоревноваться с ребенком, кто быстрее оденется. Так скучный процесс превратится в веселую игру.

Надевать стоя трусы, носки, брюки и тем более ботинки ребенку может быть трудно. Предложите ребенку сесть на пол, на детский стульчик или на ступеньку, чтобы было легче надеть и снять одежду.

Хотите научить ребенка быстрее надевать куртку? Пусть он сначала наденет на голову капюшон. Тогда он не спутает, какая рука должна попасть в левый, а какая — в правый рукав.

Нарисовать наглядный плакат

Можно сделать утренний яркий плакат, который будет напоминать ребенку, что и в каком порядке ему нужно сделать, чтобы одеться .

Рекомендуется разделить плакат на колонки, а затем нарисовать каждый предмет одежды (по одному виду одежды на колонку).

Убедитесь, что рисунки размещены в правильном порядке, чтобы этой инструкции было легко следовать. Плакат нужно повесить на уровне глаз там, где малыш может легко увидеть его (в его комнате или в прихожей).

Если ребенок не хочет одеваться

Заставлять бесполезно, так что остается два варианта: просто подождать, пока малыш подрастет, или превратить этот процесс в игру. Например, по утрам у нас в квартире ездят поезда, которые должны проходить через туннели. Рукава и штанины — это туннели, а ребенок должен вставлять в них руки и ноги, чтобы поезда поскорее выехали на свет. Процесс одевания значительно ускоряется и доставляет удовольствие и ребенку, и родителю.

Фантазия родителей тут ничем не ограничена. С девочкой можно поиграть в фотомоделю, которая должна быть красиво одета для фотосессии — и действительно устроить короткую съемку в конце. Также можно поиграть в одевание кукол и мягких игрушек — пусть ребенок подбирает для них одежду, одевает для сна и прогулок, переодевает по сезону. Поупражнявшись на Барби и любимом медведе, малыш будет гораздо более ловко справляться со своими нарядами.