Учимся одеваться весело и быстро

Многие родители, приводя ребенка утром в сад, наблюдают одну и ту же картину: некоторые малыши, шустро переодевшись и переобувшись, весело убегают в группу, а другие меланхолично сидят на лавочке, ни одним движением не помогая маме или папе менять себе кофточку, штанишки или сандалики. 4-5-летний малыш, который не одевается сам, становиться проблемой для воспитателя в многочисленной группе и самого себя, так как постоянно выходит на прогулку последним и изрядно вспотевшим. Как научить ребенка одеваться самостоятельно?

Лучше всего это делать в игровой форме, соревнуясь с ребенком, кто быстрее снимет шапку, куртку или брюки. Психологи советуют на начальных этапах уступать малышу, чтобы он почувствовал вкус победы и позитивный настрой от игры в самостоятельность.

Чтобы упростить ребенку задачу и максимально быстро научить его одеваться самостоятельно нужно пройти вместе с ним несколько этапов.

1. Этап первый: «объяснялки». Мама или папа, одевая ребенка, должны подробно проговаривать все процессы и обозначения вещей: «Сейчас мы будем надевать штанишки, большие карманы должны быть на попе, а маленькие на ножках по бокам» и так далее по всем вещам. Это позволить крохе быстрее запомнить основные правила надевания одежды.

2. Этап второй: самостоятельный выбор. Нужно предоставить малышу право самому выбирать одежку, которую он наденет в сад. Родители могут подобрать пару нарядов по погоде и спросить у ребенка, какая кофта ему больше всего подойдет на завтра. Таким образом, можно будет избежать капризов и дать малышу почувствовать свою самостоятельность.

3. Этап третий: «половина пути». Начинать процесс приучения ребенка одеваться самому рекомендуют с раздевания. Даже 1,5-2-летний кроха сможет сам снять трусики, колготки, брючки, носки, шапку. Затем нужно научить его расстегивать пуговицы или молнию на кофтах. Немного сложнее с обратным процессом: одеванием. Опытные мамы советуют также начинать этот процесс с низа: можно надеть на детку трусики, колготки или брючки, но только до колен, и предложить ему самостоятельно натянуть их дальше на попку. Также можно поступить и с футболками, джемперами: помочь продеть голову, а ручки пусть продевает сам.

4. Этап четвертый: «раскладка». Готовить одежку в сад лучше всего с вечера. Чтобы малыш одевался самостоятельно, ее нужно разложить на стуле в порядке надевания: сверху трусики и футболка, затем колготки, свитер, штанишки. Детские вещи лучше покупать яркие, джемпера и футболки – с

рисунком спереди, так малышу будет легче понять, где перед, а где спинка, и не надеть штанишки или свитер задом-наперед или шиворот-навыворот.

5. Этап пятый: складываем аккуратно. Важно приучить ребенка аккуратно снимать и складывать свои вещи, тогда не надо будет утром тратить драгоценные минуты на поиск колгот или носков. Покажите малышу, как складываются брючки, как их можно повестить на спинку стула или на плечики в шкафу, как можно красиво сложить рукава рубашки или гольфа. Эти навыки точно пригодятся ему в детском саду при раздевании для сна во время «тихого часа».

Подготовили
З. Нигматуллина, учитель-дефектолог,
А. Ковалева, воспитатель