**КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ОДЕВАТЬСЯ БЕЗ ПОСТОРОННЕЙ ПОМОЩИ**

Освоение навыков самообслуживания – важный этап развития ребенка. Важно не только то, что каждое новое умение открывает перед ним новые перспективы, но и то, что каждый освоенный навык существенно облегчает жизнь родителя. Вы можете спокойно отвести кроху в детский сад, не беспокоясь, что воспитатели вовремя не переоденут его, или, к примеру, легко собраться на прогулку с двумя малышами – одеть младенца, пока дошколенок собирается на улицу самостоятельно.

Словом, если ваш ребенок одевается сам – это меняет все!

Действительно ли ребенок должен одеваться самостоятельно

Как ни парадоксально, но зачастую препятствием в освоении новых навыков становятся сами родители. Возможно, вам кажется, что есть причины, по которым вы выполняете за ребенка работу, с которой он справился бы сам. Но ущерб, который при этом наносится ребенку, несопоставим с той скромной экономией времени и нервов, на которую вы рассчитываете.

Во-первых, ребенок, инициативу у которого постоянно перехватывает родитель, быстро теряет уверенность в своих силах и пасует перед любой новой задачей, что не позволяет ему развиваться согласно возрасту.

Во-вторых, малыш может счесть вообще любые усилия неуместными и обращаться к родителям за помощью даже в тех случаях, когда он точно в состоянии действовать самостоятельно.

В-третьих, ребенок, который не в состоянии одеться сам, не вырабатывает вовремя привычки следить за своим внешним видом и быстро ликвидировать возможные проблемы. В школе такие дети, конечно, уже могут справиться и с пуговицами, и со шнурками, но выглядят все равно неопрятно, неряшливо.

Наконец, если ежедневная процедура одевания в садик или на прогулку всегда требует вашего непосредственного участия, рано или поздно это начнет вас раздражать. Ведь логично ожидать от ребенка помощи (это значительно ускорило бы процесс), но даже если вы опаздываете, все равно придется проделывать все действия в одиночку.

**Когда нужно учить детей одеваться самостоятельно**

Во всех программах дошкольного образования (которые составляются с учетом ФГОС дошкольного образования, то есть, по сути, – едины для всей страны) учтены и бытовые навыки, которыми дети должны овладеть до школы. Сроки в различных программах различаются незначительно – вы легко можете оценить, насколько ваш ребенок отстает или опережает сверстников.

2 года

Малыш одевается и раздевается с помощью взрослых: родитель или воспитатель расстегивает и застегивает одежду и обувь, но натягивает и снимает ее ребенок сам, причем с учетом правильной последовательности (сперва трусики, потом колготки или штаны; сперва маечка, потом свитер).

3 года

Ребенок сам справляется с простыми застежками (крупными липучками, пуговицами, молниями). Он аккуратно складывает одежду на стульчик, а также поправляет одежду в течение дня (например, может заправить выбившуюся рубашку в брюки без напоминания воспитателя).

4 года

Ребенок раздевается и одевается полностью самостоятельно, помощь взрослых требуется только для завязывания шнурков и застежек на одежде, находящихся сзади или сбоку.

5 лет

В этом возрасте ребенок должен прочно завязывать шнурки, а также учится ухаживать за своей одеждой: развешивать на плечики и складывать в шкаф, поддерживать порядок в одежде. От взрослого требуется только небольшая словесная инструкция.

6 лет

Ребенок не только полностью самостоятельно одевается и раздевается, но полностью самостоятельно поддерживает порядок в своем шкафу; может отделить чистые и грязные вещи, а также нуждающиеся в ремонте, пользуется одежной щеткой, пришивает пуговицы с небольшой помощью родителей.

**Почему мой ребенок в отстающих, и как это исправить**

Если вашему ребенку уже скоро в школу, а он до сих пор не одевается, то виноваты в этом, скорее всего… вы сами! Вот типичные ситуации, которые складываются в семьях несамостоятельных детей.

**"Мы опаздываем"**

В некоторых семьях складывается ситуация, когда у родителей просто не хватает времени дождаться, пока ребенок сам оденется. «Быстрее, быстрее, опоздаем в садик!» - под таким девизом проходит каждое утро.

Уважаемые родители, пока вы не будете сами просыпаться (и ложиться спать!) по расписанию, соблюдать режим дня, действовать по расписанию, вы не прекратите опаздывать везде и всюду. Спешки по утрам можно избежать только одним способом – встать пораньше и подготовить все необходимое с вечера!

**"Я сделаю лучше"**

Некоторых родителей раздражает, что ребенок одевается не так аккуратно, как им хотелось бы. И рубашка заправлена неровно, и ботинки зашнурованы криво, и вообще, хочется, чтобы малыш

Исправить положение можно только регулярными упражнениями. Купите или смастерите для малыша игрушку-шнуровку, терпеливо и аккуратно поправляйте его, если пуговицы застегнуты в неверном порядке, объясняйте, как надеть ту или иную вещь без затруднений.

**"Так намного спокойнее"**

Наконец, есть мамы и папы, которых раздражает, что малыш капризничает и упрямится во время самостоятельного одевания. Проще быстро все сделать самим – даже если ребенок по-прежнему настроен поскандалить, этот этап хотя бы можно проскочить быстрее.

Дети капризничают во время одевания в двух случаях. Во-первых, если их непрерывно торопят и подгоняют (и тогда вам нужно взять на вооружение советы для опаздывающих родителей), а, во-вторых, если задача ребенку не под силу – и тогда дело можно исправить регулярными упражнениями. Пока же ребенок не освоился со шнурками и застежками, доверьте ему надевать нижнее белье, колготки, носки и рубашку, а верхнюю одежду помогите надевать (чтобы малыш не вспотел перед прогулкой) Постепенно предлагайте ему самому надеть новые предметы.

**Советы по обучению ребенка одеванию**

Учиться никогда не рано! Даже годовалый малыш может натянуть на себя панамку и носочки. Обязательно хвалите его за это.

Если вы замечаете, что ребенок проявляет инициативу во время одевания – обязательно хвалите его, даже если он сделал все неправильно.

” Наберитесь терпения. Отведите на одевание определенное время (допустим, 10 минут) и не перехватывайте инициативу в это время, только деликатно помогайте.

Не делайте исключений в ритуале одевания. Не нужно говорить «сегодня я одену тебя сама, потому что мы спешим», или «потому что я сделаю это аккуратнее». Так вы только убедите ребенка, что сам он неуклюж, делает все медленно и неаккуратно.

Лучше выполнить часть задачи, чем не браться за нее вообще. Если ребенок по каким-то причинам не хочет одеваться, наденьте на него часть вещей и предложите закончить начатое. Если же у него, напротив, слишком быстро иссякает энтузиазм, спокойно помогите закончить одевание.

Выбирайте для ребенка одежду, с которой он может справиться самостоятельно. Минимум простых крупных застежек может волшебно ускорить процесс!

Выбирайте для ребенка одежду, которая ему нравится. Ее он точно попытается надеть с удовольствием!

Надевайте верхнюю одежду вместе. Ребенок надел ботинки – и вы надели ботинки. Ребенок надел шапку – и вы надели шапку. Подражая вашим действиям, малыш быстрее освоит науку одевания.

Изучайте одевание в процессе игры. Одевая и раздевая кукол, ребенок запомнит порядок надевания одежды, а игрушки с пуговицами, молниями, липучками, шнуровками разовьют не только мелкую моторику, но и технику использования застежек.

Ваш малыш растет – пора, пора осваивать новые навыки!