

Психолог рекомендует...

Уважаемые родители!

Как научить дошкольника одеваться?

Сложности с одеванием ребенка возникают, наверное, в каждой семье. Причины могут быть разными: от естественного неумения одеваться у совсем маленького дошкольника до капризов, связанных с выбором одежды, у детей постарше.

Нередко родители, столкнувшись с такой проблемой, теряются и начинают вести себя агрессивно, добиваясь тем самым лишь отрицательного результата.

Пока ребенок мал, его одевают мама с папой. Но через некоторое время, когда он становится старше, возникает необходимость учить его одеваться самому. Нередко обучение одеванию вызывает сложности.

Причин несколько:

- Трудность одевания;
- Неприятие самого процесса одевания;
- Капризы (когда понятия родителей и ребенка о «правильной» одежде не совпадают).



Правила выбора детской одежды и обуви.

В первом случае задача родителей максимально облегчить этот процесс. Сделать это можно, во-первых, купив одежду самого простого и удобного покроя, которую легко надевать: **в одежде не должно быть ничего, что нужно зашнуровывать, застегивать, завязывать; сложных застежек и пряжек.** Например, **штаны** стоит выбирать с поясом на резинке.

При выборе **футболки** (свитера и т.д.) нужно обратить внимание в первую очередь на горловину: чем она шире, тем лучше. Дело в том, что дети, надевая футболку, всегда пытаются просунуть в отверстие лицо, а не макушку. Им становится страшно, когда на короткий момент натягивания футболки их глаза покрыты ею. Тогда они начинают кричать, прося о помощи. Если же отверстие футболки все же недостаточно широко, нужно растянуть его.

Что касается **обуви**, то нужно выбирать ботинки с нескользящей подошвой и раскрашенными в разные цвета носками и пятками, чтобы ребенок без труда определял, на какую ногу следует надевать ботинок и лучше подобрать обувь на липучке.

Организация процесса одевания.

Даже когда ребенок уже научился выполнять простейшие действия, одеваясь самостоятельно, взрослые не должны пускать этот процесс на самотек. Нужно максимально четко организовать его.

Например, **дошкольники часто не могут разобраться, где у вещи зад, а где перед.** Чтобы подобных проблем не возникало, советуем взять маркер для белья и нарисовать сзади на внутренней стороне пояса всех штанишек и всего нижнего белья ребенка большой красный кружок, а спереди на внутренней стороне пояса – зеленый кружок.

На футболках использовать этот принцип не получится. Но здесь все проще: достаточно объяснить ребенку, что передняя часть – та, на которой что-то нарисовано.

Организовать процесс одевания помогут также:

- специальная детская стоячая вешалка для пальто в прихожей;
- полки для детской обуви, где собрана вся обувь вместе и недалеко от входной двери;
- крючки для одежды, прибитые вдоль стены и достигаемые для ребенка.

Приемы, облегчающие одевание.

1. Поиграть с ребенком в прятки. Когда он еще не просунул голову в горловину футболки (свитера и т.д.), взрослый спрашивает: «Где же наш Саша?». Как только показывается макушка и глаза, радостно говорит: «Да вот же он!»
2. Поиграть в паровозик. Рука ребенка становится паровозиком, который заезжает в туннель – рукав. Можно изменить игру, сделав руку мышонком, а рукав – норкой.
3. Поиграть в «Рассеянного с улицы Бассейной». Взрослый задает вопрос: «Куда же надеть носочки? Наверное, на ручки. Нет? А что на ручки надевают? Варежки?»...
4. Тренироваться на куколках и зайчиках. Взрослый вместе с ребенком обязательно проговаривает последовательность и логику одевания.

Многие дети любят надевать что-то из родительских вещей. В таком случае можно перешить папин или мамин свитер для ребенка. Хорошо действует прием привлечения ассоциаций с любимой профессией. Например, пожарные никогда не ходят без защитной куртки, а офицер милиции – без пуленепробиваемого жилета. Можно найти какую-нибудь похожую куртку и предложить ребенку надеть ее, чтобы быть похожим на одного из любимых героев.

Основная причина разногласий, связанных с одеванием, заключается в том, что иногда родители смотрят на данное действие с точки зрения взрослого человека, забывая о том, что ребенок уже имеет собственное мнение относительно своего внешнего вида, но при этом еще не обладает навыком одеваться самостоятельно. Поэтому родителям следует запастись терпением и спокойствием. Важно помнить, что малышу необходима их поддержка и время, чтобы освоить такие простые, на наш взгляд, и такие сложные для него действия.

Успехов Вам!

С уважением, педагог-психолог МБДОУ №41 «Ивушка»,
Губанова Наталия Михайловна!

