



ОДЕТЬ ИЛИ ДАТЬ ОДЕТЬСЯ?

Почему важно учить
ребенка самостоятельности?



[VK.COM/YAVOSP](https://vk.com/yavosp)



Огромная польза маленьких шагов к самостоятельности

Если вы торопитесь, то одеть ребенка самому – это самое простое, но не самое разумное решение. Умение одеваться самостоятельно дает огромный виток в умственном и физическом развитии. Овладение навыком воспитывает в ребенке уверенность и независимость.

Осваиваясь с разными видами одежды, ребенок работает над целым комплексом умений, развивает:

- мелкую моторику, когда застегивает пуговицы и кнопки;
- крупную моторику, когда протягивает руки в рукава, ноги – в штанины, удерживает баланс, стягивая носки;
- мышление, когда запоминает последовательность, в которой надевают предметы одежды;
- речь, когда учит и произносит названия одежды, ее цвет и размер.

Кроме того малыш привыкает к порядку, когда мама делает акцент на том, что у каждой вещи есть свое место.





Почему трудно одеваться без мамы?

Если ребенок в сотый раз запихивает две ноги в одну штанину – это не означает, что он испытывает родительское терпение. Процесс надевания каждой вещи сравним для малыша с изучением новой конструкции в иностранном языке. Это комбинация сложных движений, которые идут в определенной последовательности. Родителям нужно набраться терпения, чтобы освоить с ребенком эту замысловатую науку.

Если ребенок не начал одеваться сам к трем годам, психологи предлагают задать себе вопрос: «Всегда ли я энергично оказываю ему помощь или все делаю за него?» Если ответ «да», то надо дать ребенку пространство для самостоятельности. В данной простой схеме есть один изъян – если мама, которая до этого все делала за ребенка, вдруг скажет: «Ты уже вырос, и с сегодняшнего дня будешь одеваться сам», – она добьется только озлобления и отрицания.

Для родителей, которые хотят понять, как научить ребенка одеваться самостоятельно, есть несколько общих принципов. Эти правила помогут облегчить процесс и избежать негативных эмоций.



Как обучить навыкам шаг за шагом?



Каждое действие, которое мы совершаем, одеваясь или раздеваясь, включает множество движений руками, ногами, пальцами, которые идут в определенной последовательности.

Разбейте сложные действия на маленькие шаги, например:

- Сядь на ковер.
- Возьми штанишки двумя руками за резинку.
- Просунь одну ногу в штанину, подтяни штанину, вытащи носочек.
- Потом другую ногу во вторую штанину, штанину вверх, носочек наружу.
- Встань, подтяни штанишки вверх.

Весь процесс можно обыграть – например, каждая нога заезжает в свой туннель или заползает в свою норку; так дети запоминают лучше.

Все шаги надо терпеливо отработать – вначале руками ребенка с помощью родителей, потом включаясь только на некоторых моментах – например, ноги продевает малыш сам, а мама помогает подтягивать штанишки, а к концу оставляя только короткие комментарии и слова поддержки.



Подбираем одежду грамотно

При обучении ребенка одеваться самостоятельно огромное значение имеет грамотный подбор одежды:

- штаны со свободной резинкой, без застёжек и молнии;
- свободные кофты и свитера с широкой горловиной;
- одежда с картинками и узорами, которые помогают отличить, где задняя, а где передняя сторона. Если такой одежды нет в наличии, то можно нашить простенькие аппликации своими руками, мамино творчество даст более ощутимый эффект;
- свободная обувь с липучками.





Последовательность и пространство для самостоятельности

Если мама решила учить малыша надевать кофточку, и он уже умеет сам просовывать руки в рукава, то не стоит делать это за него, чтобы было быстрее, когда вы спешите, а в другой требовать от него самостоятельности. Ребенка сбивает такое разграничение. Чтобы ребенок спокойно воспринимал новое действие, оно должно войти в рутину, привычка вырабатывается путем многократного повторения.

Вторая ошибка родителей – это слишком активная помощь в тот момент, когда она уже не нужна. Например, родители научили ребенка надевать туфли, но дочка делает это еще медленно и с трудом, похныкивает, когда не удается засунуть пяточку. Не надо делать все за нее, поддержите словами: «Уже все почти получилось! Поймай задник за хвостик и потяни на себя, так пяточка попадет в свой домик».

Если ребенок не выполнит все сам, то он не почувствует упоения от заверченного действия, и положительной мотивации одеваться самостоятельно не будет.

