detkityumen.ru

Как научить ребенка одеваться самостоятельно: 7 полезных советов

Осваиваем навык шаг за шагом

Умение одеваться важно для самостоятельности ребенка. Также это занятие помогает ребенку развивать мелкую моторику (без нее не получится застегивать пуговицы и молнии), координацию (устоять на одной ноге, пока натягиваешь штаны, не так просто), память (нужно ведь запомнить, в каком порядке надевать одежду и как справляться с разными застежками), умение различать цвета и размеры.

После года ребенок может учиться надевать и снимать носки и обувь. С каждым годом усложняйте ему задачу, учите справляться с другими предметами одежды, чтобы к пяти годам ребенок умел одеваться сам. Эти простые советы помогут ребенку научиться быстрее.

Сначала научите снимать одежду

Снимать одежду и обувь проще и быстрее, чем надевать. Приучите ребенка сразу скидывать обувь и куртку, как только он заходит домой. Затем научите его снимать штаны (ему все равно придется делать это самому, когда он начнет ходить на горшок). Настоящим испытанием может стать футболка, но и учиться надевать ее будет сложновато. Покажите ребенку, как сначала вынимать руки из рукавов, а затем снимать футболку полностью.

Практикуйтесь с подходящей одеждой

Дайте ребенку вашу одежду или вещи его старших братьев и сестер, чтобы он мог потренироваться и выучить порядок действий на них. В маленькие рукава и отверстия для головы ребенку поначалу будет попасть сложнее, поэтому одежда большего размера лучше подойдет для тренировок.

Также для первых уроков выбирайте футболки и шорты. В длинных рукавах и штанинах ребенок только запутается. Не должно быть на одежде молний и пуговиц. Либо застегивайте их сами и учите ребенка справляться с ними позже. Правильно соотносить пуговицы и петли, чтобы не перекосить всю рубашку — отдельное искусство, которое стоит осваивать ближе к трем годам.

Объясняйте последовательность действий

Учите ребенка одеваться самостоятельно постепенно, объясняя каждый шаг. Для начала покажите, в каком порядке нужно надевать все вещи. Раскладывайте одежду на кровати именно в этом порядке, так ребенку проще будет его запомнить.

Пошагово учите его надевать каждый предмет одежды. Например, самое сложное в надевании футболки для ребенка — засунуть руки в рукава. Первое время держите футболку над головой ребенка и просите его поднять руки, чтобы попасть в рукава, а вот дальше помогайте натянуть футболку. Когда он научится делать это, позвольте ему полностью надевать футболку самостоятельно.

Одевайтесь сидя

Ребенок мог привыкнуть, что ему нужно стоять, пока его одеваете вы, ведь вам так удобнее. А вот самому ему наверняка будет проще одеваться сидя и не тратить силы на попытки удержать равновесие, пока он распутывает штанины или ищет подходящие носки. Поощряйте ребенка садиться на пол или купите ему низкий стульчик.

Научите надевать одежду правильно

Даже взрослые иногда из-за невнимательности надевают одежду задом наперед или шиворот-навыворот, так что ничего страшного в такой ошибке нет. Но лучше научите ребенка различать стороны одежды. Приучите его, что ярлыки с размером одежды должны быть сзади и внутри, а вот веревки на штанах и боковые карманы — спереди. Еще он может ориентироваться на принты.

Напоминайте ребенку смотреться в зеркало, когда он оденется, и проверять, что он надел все правильно.

Выбирайте подходящее время

Не начинайте объяснять ребенку, как одеваться, когда вы торопитесь и должны вот-вот выходить из дома. Быстро собраться ребенок точно не сможет, вы запаникуете из-за опоздания и в итоге все равно оденете его сами.

Учитесь одеваться перед прогулками. Если ребенок начнет капризничать и откажется одеваться, ради прогулки ему придется передумать. Или превратите сборы в игру. Например, покажите ребенку, как надевать и снимать носки, а потом предложите делать это на время или посостязаться в переодевании на скорость с вами.

Научите ребенка выбирать одежду

Если вы опасаетесь, что ребенок будет подбирать слишком экстравагантные наряды, не оставляйте его сразу наедине со всей одеждой. Сначала предлагайте выбирать из двух подобранных вами вариантов.

Постепенно он запомнит, какая его одежда сочетается лучше всего и подходит по погоде, и сможет одеваться вообще без вашего участия.

© Коллаж Кристины Савельевой
https://chips-journal.ru

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/category135/category138/4953/