

Консультация для родителей «Научим малыша обуваться и одеваться.»

Умение самостоятельно надеть штаны и [футболку](#) ничуть не уступает по важности умению различать цвета или складывать числа. Особенно оно важно для малышей, которым предстоит в детском саду самостоятельно пытаться одеваться.

Привычный для взрослых процесс у ребенка может занять долгое время и растянуться на несколько лет. Моментов раздражения не счесть: вечная утренняя спешка, слезы от того, что не получается просунуть ноги в разные штанины, бегунок молнии никак не попадает в нужный проем, а голова норовит залезть в отверстие для рукавов. Спокойствие, только спокойствие. Родительская задача – набраться терпения, осваивать навыки одевания постепенно, а также максимально упростить процесс.

Куртки, кофты и все, что можно надеть через голову

- если ребенку еще не исполнилось трех [лет](#), скажите «нет» многочисленным пуговицам и пряжкам – маленькие пальцы пока не готовы к таким хитростям;

- достаньте младенческие одежки и предложите потренироваться в их надевании на [мягкой игрушке](#) или кукле. Девочки, как правило, учатся одеваться быстрее мальчиков, потому что у них есть замечательный навык – они любят наряжать кукол;

- выбирайте футболки и кофточки с принтами и яркими рисунками спереди, чтобы ребенок легко отличал перед и спинку;

- на однотонной одежде покажите, что ярлык всегда пришит сзади, а если вы отрезаете ярлыки, сделайте на воротах пометку перманентным маркером;

- у любой одежды, которая надевается через голову, должна быть не тугая, эластичная горловина;

- покажите ребенку, что в воротник нужно просовывать макушку, а не лицо;

- разложите [куртку](#) на полу и покажите, как, сев спиной к [куртке](#), можно продеть руки в рукава, а затем накинуть куртку на плечи. Если куртка с капюшоном, то проще всего сначала надеть капюшон на голову, а потом засунуть руки в рукава;

- покажите, как придерживать концы рукавов кофточек и рубашек, просовывая руки в рукава куртки.

Колготки и носки - растягивайте свежестырированные колготки, засунув в них руку – так ребенку будет легче их надевать. - основная проблема надевания колготок в том, что дети сразу засовывают в них ногу, а не собирают колготки гармошкой. Поэтому можно разбить процесс надевания колготок как самого сложного предмета одежды на несколько этапов. Сначала потренируйтесь делать гармошку, но помогите с натягиванием. В следующий раз пусть ребенок сам засунет ногу в собранную «гармошку» и найдет пятку. В третье упражнение – наденет колготки до колен. Как только эти действия будут получаться, останется научиться одному – натягивать колготки до талии

- научите, как отличить переднюю и заднюю сторону колготок по количеству швов;

- выбирайте носки с ярко-выраженной пяткой и на размер больше (так их легче будет надеть), но с плотной резинкой.

Брюки и юбки - маленькие дети не умеют балансировать на одной ноге, поэтому для надевания [брюк](#) им необходимы стул или скамейка по росту (хотя многим удобнее одеваться на полу или на кровати);

- сначала учимся поочередно засовывать ноги в штанины. Начать лучше всего с шортов и делать это вместе, сидя рядом. Покажите на собственном примере, что одна нога должна приземлиться на пол и уже после этого можно просовывать в штанину вторую ногу;

Первой ступенькой может быть одежда на кнопках. А уже затем можно переходить на пуговицы.

Пуговицы, кнопки и молнии - проверяйте молнии на одежде при покупке: они должны быть с крупными зубцами и язычком, чтобы ребенок мог легко ухватить его пальцами и вставить в проем. Учиться застегивать молнию можно сначала на снятой кофте, а затем уже – на надетой;

- на язычок молнии для удобства застегивания можно повесить небольшое кольцо или брелок;

- особенно сложные пуговицы можно пришить к одежде эластичной ниткой, так ребенку будет легче просовывать их в петли;

Шапки, варежки, перчатки - в первые две зимы лучше отдать предпочтение варежкам, а к трем годам дети обычно легко осваивают искусство надевания перчаток, находя домик для каждого пальца;

- лучше избегать завязок на шапках, выбирая модель на липучке или не требующую завязывания;

- заведите традицию, заходя в помещение, прятать перчатки в карманы [куртки](#).

Обувь

- до [5-6 лет](#) старайтесь не покупать обувь на шнуровке, самая простая для маленьких рук застежка – это липучки;

- проще всего учиться обуваться [летом](#), когда ребенок носит легкую обувь;

- научите ребенка различать лево и право. Для этого можно на задники обуви буквы Л и П или два смайлика на боковой поверхности, которые будут смотреть друг на друга, если ботинки поставит правильно. Пусть после прогулки малыш сам ставит свою обувь на полку так, чтобы ботинки «дружили»;

Универсальные советы

Подстройте уроки одевания под период «я сам!» - это лучшее время для поддержания инициативы. Позволяйте одеваться самому, особенно если ребенок настаивает. Делайте исключение только для действительно важных случаев, когда очень нужно поторопиться.

Хвалите! Если хотите помочь, поддержите сначала не действием, а советом.

Выбирайте простые вещи для повседневной носки. Праздничные платья и модные [рубашки](#) на мелких пуговицах прекрасны, но надевать их, скорее всего, будете вы, а не ребенок.

Советуйтесь с детьми по поводу выбора одежды. Малыши с большим удовольствием надевают полюбившиеся им вещи.

Если ребенок надел вещь неправильно, но сам, не спешите переодевать его сразу же – ведь он старался. Нет ничего страшного в том, чтобы час-другой походить в [майке](#), надетой задом наперед, а потом «заметить» непорядок и предложить переодеться. Все детсадовцы время от времени ходят с колготками наизнанку и носками разного цвета, так что сразу понимаешь: сами одевались. Но какой же это у них повод для гордости!