

Как научить ребенка одеваться?



Почему нужно учить ребенка самостоятельно одеваться?

Ребенок всегда будет казаться родителям маленьким и неумелым. Стремясь оградить детей от трудностей, родители часто усложняют им дальнейшую жизнь. Отсутствие у

ребенка таких простых навыков самообслуживания, как одевание, может в дальнейшем привести к негативным последствиям.

Во-первых, постоянно обслуживая ребенка, мы лишаем его способности ухаживать за собой без помощи взрослых.

Результатом отсутствия навыков самообслуживания может стать неряшливость и неопрятность. Внешний вид нужно не только создать, но поддерживать в течение дня.

Неумение это делать приведет к привычке быть неопрятным, отсутствию контроля над своим внешним видом, а несамостоятельный неряшливый ребенок часто становится предметом насмешек сверстников, что больно ранит неокрепшую психику.

Во-вторых, так как навыки самообслуживания относятся к трудовому воспитанию, игнорирование родителями этого направления развития ребенка приведет к формированию у него негативного отношения к труду, к лени.

В-третьих, одевание относится к повседневным навыкам, а их отсутствие может вызвать конфликт родителей и ребенка. Ежедневные конфликты портят характер, формируют у ребенка капризность, эгоцентризм, упрямство. К сожалению, эти черты не исчезнут в результате сами по себе, с ними нужно будет бороться специальными методами, но лучше предотвратить их развитие в дошкольном возрасте.

В-четвертых, неспособность к самостоятельным действиям будет требовать постороннего вмешательства. Ребенок привыкает к тому, что кто-то (взрослый) должен помочь ему в манипуляциях с одеждой и обувью. Сочетание слов «должен помочь» говорит о формировании негативных качеств личности - неуважение к окружающим, потребительское отношение к жизни. Естественно, что все эти

негативные проявления не возникнут в одночасье. Но «посеешь привычку - пожнешь характер», - говорили наши мудрые предки, и были, безусловно, правы. Именно с таких мелочей как нежелание самостоятельно одеваться, начинает формироваться потребительское отношение к окружающим близким. Сначала взрослый должен одеть ребенка, а потом его обязанности в глазах ребенка будут очень быстро расширяться.

Умение самостоятельно одеваться приводят к возможности контроля над своим внешним видом, приучает к опрятности, воспитывает эстетический вкус и уважение к труду и старшим.

С какого возраста нужно приучать детей к самостоятельному одеванию?

Ответ на этот вопрос можно найти в стандартах образования (ФГОС). На основании этого документа разрабатываются программы дошкольного образования, которые четко определяют, чему и как нужно учить ребенка. Вот основные моменты для вас из Программы дошкольного образования «От рождения до школы»:

Возраст ребенка	Навыки самостоятельного одевания (в данном возрасте ребенок должен уметь)	Наличие помощи взрослых
2 года	Снимать и одевать в определенном порядке: шапку; обувь, расстегнутую взрослым; колготки; шорты (юбку, брюки) на резинке.	С помощью взрослых
3 года	Одеваться и раздеваться в определенном порядке, включая расстегивание и застегивание пуговиц, молний и липучек. Аккуратно складывать и вешать на стульчик свою одежду. Обращать внимание на свой внешний вид в течение дня: поправлять одежду.	С небольшой помощью взрослых
4 года	Одеваться и раздеваться в определенной последовательности самостоятельно. Аккуратно складывать и вешать одежду. Уметь замечать неопрятность в одежде и устранять её.	Помощь только в завязывании шнурков.
5 лет	Одеваться и раздеваться самостоятельно, включая манипуляции со шнурками. Уметь ухаживать за одеждой при помощи взрослых. Поддерживать порядок в шкафчике и на своих полках дома.	Без помощи взрослых, по небольшой словесной инструкции.
6 лет	Быстро и самостоятельно одеваться и раздеваться. Поддерживать порядок в шкафу, следить за внешним видом.	Без помощи взрослых.

Эта информация поможет родителям определить уровень сформированности навыков самообслуживания у своих детей.



Как сладить с премудростью одевания, а то и вовсе – научились одеваться самостоятельно?

Иногда процесс одевания превращается в настоящую битву. Ребенок крутится, выворачивается, капризничает, пытается улизнуть. Как научиться ладить с этим процессом?

В зависимости от стиля воспитания в ответ на капризы ребенка взрослый:

не обращает внимания, продолжая терпеливо одевать;

отвлекает ребенка чем-нибудь (например, включает мультики) и в это время одевает;

объясняет ребенку, что он ведет себя плохо и расстраивает вас;

проявляет строгость и требовательность, ставит условие: «Если ты сейчас не оденешься, мы никуда не пойдём!»

Преодолеть сопротивление порой бывает непросто. Ребенок не только протестует против одевания – он проявляет свою волю. Это не всегда нравится родителям. Наше раздражение только усиливает противодействие и превращает ежедневное одевание в пытку – как для малыша, так и для родителей. Если мы что-то не можем преодолеть, надо включить хитрость, найти обходные пути.

Подумайте, чему именно сопротивляется ребенок? Ему не нравится, когда его контролируют? Он не любит просовывать голову в узкое горло одежды? Он протестует против нелюбимой кофты? Хочет надеть что-то другое? Или просто быстро переключает свое внимание на что-то новое?

Ребенок не хочет одеваться: какая причина

Процесс одевания кажется ребенку достаточно скучным и утомительным. Маленькие дети постоянно находятся в движении – изгибаются, выворачиваются, отказываются выполнять указания. Их интерес быстро переключается, им хочется двигаться и узнавать новое.

С малютками поступать проще – положите рядом яркую игрушку, а потом вручите ее малышу. Яркий предмет привлечет внимание

ребенка, пока вы меняете подгузник. Вы можете разговаривать, петь, издавать необычные звуки, удерживая внимание малыша.

Старайтесь не делать проблемы из темы одевания. Когда ребенок растет, его прогресс периодически сменяется регрессом. Поддерживайте желание ребенка действовать и помните что к 5-6 годам он вполне будет справляться сам.

Как научить ребенка одеваться: решение

Чем старше становится ребенок, тем больше он может перенимать на себя в процессе одевания. Научиться раздеваться легче для ребенка, чем одеваться. Поэтому стоит попробовать освоить этот навык сначала.

Самое сложное – это научиться застегивать пуговицы, молнии, застёжки. Тренироваться лучше, когда у вас есть достаточно времени. Уделите внимание отдельным операциям, покажите, как победить пуговицы, и ребенок сам с удовольствием начнет одеваться.

Вас удивит, когда одевающийся самостоятельно ребенок, вдруг начнет мешкать, зависать и отказывается: «Не хочу», «Мама одень меня». Это случается, когда интересное занятие вдруг превращается в обыденность, становится утомительным и скучным. Вы можете заставить его – и превратить игру в обязательство.

А можете пойти навстречу. Если он устал, капризничает или просто хочет, чтобы вы о нем позаботились. «Хорошо, давай поиграем в маленького. Я тебя буду одевать и рассказывать, как это делать правильно». Или же распределите задачи. Возьмите себе самое трудное - рубашку и пуговицы, а ребенку предложите «одолеть» ботинки. Помните – игра возвращает интерес и желание действовать.

И еще несколько хитрых находок для родителей:

Приучите ребенка к тому, что есть четкий алгоритм одевания. Нарисуйте вместе с ребенком последовательность и приучите его сверяться с этим рисунком в процессе одевания.

Поощряйте ребенка самостоятельно выбрать вещи на сегодняшнюю прогулку (из тех, которые вы считаете уместными). Это заинтересует его.

Покупайте вещи, которые легко надевать.

Превратите процесс в игру: «А теперь давай нырнем в свитер, закрывай глаза и задерживай дыхание...»

Превратите процесс в соревнование: «Скорее, нам нужно одеться быстрее папы! Торопись, он уже застегивает рубашку...», «А мы сможем одеться, пока папа считает до 10?»

Применяйте «мостик в будущее» (прогнозирование, указывание на «светлое будущее») как метод убеждения: «Надо быстро одеться, чтобы пойти в парк / на горку / магазин игрушек».

Чтобы обойти сопротивление ребенка применяйте прием «выбор-без-выбора»: «Что ты наденешь сначала – носки или рубашку?», «Ты хочешь одеваться стоя или лежа?»

Как научить ребенка одеваться: практикум

Для создания положительного опыта одевания можно использовать специальные игры.

«Космическое путешествие»

«Мы сегодня отправимся в космос. Давай посмотрим, какая одежда может нам пригодиться как скафандр (выбирайте из папиного и маминого гардероба – так будет веселее). Какие брюки мы возьмем – эти или эти? А какую рубашку – вот эту или вот эту?»

А теперь проведите процедуру одевания. Поощряйте ребенка самостоятельно натягивать вещи и справляться с застегивками. Пусть он поможет одеться вам. Поиграйте в «приключение космонавтов в невесомости».

«Магазин одежды»

Разыграйте роль продавца в магазине одежды: «Добрый день, вы выбираете себе одежду? По какому случаю? Что бы вы хотели выбрать? Позвольте показать вам, что у нас есть (две блузки). Это новинки – какая вам больше нравится? Давайте примерим (смотрим в зеркало и комментируем, продаем). Давайте подберем брючки. Какие больше подходят – эти или эти?»

Продолжайте, пока ребенок не оденется полностью, устройте дефиле.

Вывод. Вносите в процесс одевания игровые и моменты. Жизненные навыки – важная ступенька к самостоятельности. А усвоить их не составит труда, если подойти к этому процессу творчески.

Из книги «Энциклопедия родительского мастерства»