

Как научить  
ребёнка одеваться  
самостоятельно



## **ВКЛЮЧАЕМ ФАНТАЗИЮ:**

□ Если к колготам сзади пришить хвост из длинного пояса от халата или кусочек меха, то, несколько раз переодевшись дома в зайчика или тигра, малыш без труда научится различать «перед» и «зад» и в настоящих колготах, а навык натягивания этого необходимого предмета гардероба очень скоро станет совершенным.

□ Если к приборенному куску тюля или старой простыни пришить широкую тесьму или полосу ткани, получится великоленная накидка для мушкетера или легкий плащ для принцессы. Сделайте застежку-липучку или большую пуговицу с петлей, и ребенок очень скоро освоит непростойнавык застегивания пуговиц или научится правильно пользоваться застежкой-липучкой, а затем виртуозно будет применять этот навык на практике.

□ Из маминых вышедших из употребления сапог с носами, набитыми ватой, выйдут настоящие сапоги-скороходы или обувь для Кота в сапогах. Потренировавшись с застежкой-молнией таких сапог, ребенок без труда научится застегивать и свои сапожки.





Главное, сказочные платья, юбки, сарафаны, ковбойские брюки с бахромой, поясом для револьвера, накидки, шаровары, мамыны платки и папины шарфы, набор самых необычных шапок с ушами или пришитыми нитяными волосами — все должно быть для ребенка в постоянном и свободном доступе. Лучше выделить под это отдельную полочку в шкафу или отдельную костюмную коробку, которую малыш в любое время сможет достать самостоятельно.

Поначалу для перевоплощений вашему ребенку придется воспользоваться помощью взрослых, но совсем скоро он научится справляться сам. Этот набор немудреных костюмов непременно станет самым любимым игровым центром и для хозяина, и для его гостей.

И уже через пару недель будет виден результат. Вволю потренировавшись на таком благодарном материале, как необычные костюмы, ребенок без труда начнет справляться и с обыденной одеждой. Утомительная процедура одевания и обувания перестанет быть проблемой и для ребенка, и для взрослых. А домашние костюмы, сослужив свою практичную службу, надолго останутся в арсенале самых любимых игрушек.



## ИГРА-ОДЕВАЛКА

Умение быстро и правильно одеться относится к необходимым навыкам самообслуживания. Но в то же время каждый ребенок знает, что самое скучное, утомительное и бессмысленное занятие на свете — это одевание и раздевание. Как скучно по несколько раз в день совершать одни и те же манипуляции с одними и теми же привычными и хорошо изученными предметами, не вызывающими никакого интереса! После нескольких попыток самостоятельного одевания малыш, как правило, быстро теряет интерес к этому занятию, отвлекается, находя себе массу других, более увлекательных дел. А в результате процедура одевания растягивается, покукания и крики действуют на ребенка меньше и меньше, и все заканчивается тем, что взрослые одевают малыша сами.

Понятно, что любое занятие можно довести до автоматизма только многочисленными тренировками, но тренировать ребенка одеваться и обуваться — дело долгое, скучное и неблагоприятное. Но из этого, казалось бы, безвыходного положения есть замечательный выход.





## ФУТБОЛКА

Главная проблема при надевании футболки или водолазки: ребенок, в отличие от взрослого, пытается просунуть в горловину лицо, а не макушку. Конечно, чаще всего лицо застревает, причем малыши в это время ничего не видят и начинают кричать от испуга. Если родитель при этом сердится, ребенок утверждает в мысли, что надевать какую-то часть одежды очень сложно. А тут еще родители ругаются... Так что иногда бывает, что кроха оставляет любые попытки решить эту задачу самостоятельно.

Чтобы помочь ребенку управиться с футболкой или водолазкой, постарайтесь широко растянуть горловину. Самые удобные футболки — с кнопкой на плече, которую вы после надевания можете быстро и практически незаметно застегнуть, не рана самолюбия малыша.

## НОСОЧКИ

С этим предметом туалета детки обычно управляются быстро. Главная сложность — пальчики на ногах, которые дети нередко растопыривают и потому не могут натянуть носки до конца. Поэтому в первое время придется постоянно напоминать, что пальчики нужно держать прямо.



## ПЕРЕОДЕВАНИЕ НУЖНО СДЕЛАТЬ ИНТЕРЕСНЫМ!

Вот только обычная повседневная одежда для тренировки не годится. Для интересного переодевания нужны настоящие костюмы! Для создания домашнего парка костюмов вполне годятся старые мамины и папины вещи, куски тюля, вышедшее из употребления постельное белье, панамы, изношенные шапки, побитые молью носки и колготы. Немного облагородив эти немудреные вещи, можно изготовить не только целый арсенал для тренировки моторики и мышечной памяти, но и бесконечно разнообразить детские домашние игры, ведь все малыши — и мальчишки, и девочки — большие любители перевоплощений. Ребенка не нужно будет заставлять переодеваться, он по собственной инициативе по нескольку раз в день станет одеваться и раздеваться.

В таких костюмах ребенок вряд ли станет дефилировать по подиуму, поэтому нет никакой необходимости делать их совершенными — обрабатывать швы или дорого украшать. Достаточно на самом простом материале ненавязчиво обыграть все типы застежек и все основные виды одежды или обуви.





**ВОТ НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ  
ВАМ НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ОДЕВАТЬСЯ:**

### **СОХРАНЯЙТЕ ТЕРПЕНИЕ!**

*Малышу действительно нужно гораздо больше времени, чем взрослому, для того чтобы одеться. Поэтому, если вы планируете куда-то пойти, начните собираться заранее. И каждый раз, помогая вашему крохе одеваться, объясняйте все, что вы делаете. Для малыша повторение — действительно мать учения, и для хорошего освоения навыка ему нужно повторить что-либо многократно.*

### **НЕ НАДЕЙТЕСЬ, ЧТО РЕБЕНОК СМОЖЕТ ВСЕМУ НАУЧИТЬСЯ, ЗАНИМАЯСЬ С ИГРУШКАМИ-ШНУРОВКАМИ.**

*Как ни странно, уповать на книжки и игрушки-шнуровки, к которым прикреплены пуговицы или шнурки, — приходится мало. Упражнения с этими игрушками могут хорошо развивать мелкую моторику, но умение проталкивать пуговицу в петлю или шнурок в отверстие на куске картона мало помогает, когда приходится делать то же самое на собственном животике либо ботинке.*





## ВЫБИРАЙТЕ ПРОСТУЮ И УДОБНУЮ ОДЕЖДУ.



Чтобы сделать процесс более быстрым и легким, на время обучения обеспечьте малыша одеждой без излишеств покроя, множества застежек и отвлекающих деталей, которые усложнят поставленную перед ним задачу. Свободная футболка или водолазка с широкой горловиной, штанишки или юбочка на резинке (не особенно тугой в талии), посочки и простая удобная обувь — вот первоначальный гардероб, с которым ребенок может справиться самостоятельно.

## ПРИБРЕТАЙТЕ ОДЕЖДУ, НА КОТОРОЙ РИСУНОК РАСПОЛОЖЕН ТОЛЬКО СПЕРЕДИ.

Это поможет ребенку легче разобраться в проблеме «перед и зад». Это относится и к футболкам, и к водолазкам, и к штанишкам. Малышу будет гораздо проще!

## НЕ БУДЬТЕ ИЗЛИШНЕ ПРИДИРЧИВЫ К ВНЕШНЕМУ ВИДУ РЕБЕНКА.

Будьте снисходительны, ведь для ребенка важно не то, как он одет, а то, что он сумел проявить самостоятельность! Поверьте, гордость вашего крохи за свои достижения гораздо важнее косых взглядов чужих людей. А на кое-какие детали и вовсе не стоит обращать внимания. Например, если футболка не заправлена в штанишки, акцентировать на этом внимание просто бесполезно. Дети так активно двигаются, что заправлять верхнюю часть одежды в нижнюю придется каждые несколько минут. Лучше просто купить достаточно длинную футболку с рисунком, которую можно носить поверх штанишек.



## ШТАНИШКИ

Учиться надевать штанишки лучше всего, сидя на краю кровати — так, чтобы ноги свисали вниз, не доставая до пола, но при этом и спрыгнуть можно было без проблем. Предложите малышу вытянуть ножки прямо и надевайте штанишки именно в таком положении. Самая обычная ошибка — ребенок раньше времени распрямляет ножку и она запутывается в штанине. В этом случае нужно снять штанишки и терпеливо повторить все сначала, с теми же объяснениями про вытянутые ножки, которые очень ловко забираются в штанишки. А как только ступня покажется из штанины, малышу нужно только встать, и вот он уже справился!

## ОБУВЬ

Ребенку больше всего подходит обувь на застежке-липучке. Если ботинок с язычком, родительская помощь будет необходима еще долго. Ведь придерживать язычок самому — задача практически непосильная для двухлетнего крохи.

**Желаем вам терпения и  
удачи**



# КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ОДЕВАТЬСЯ?

Эта проблема начинает заботить родителей, когда ребенку уже около двух лет. Передко папы и мамы впадают в две крайности: одни ожидают, что ребенок быстро научится одеваться сам, другие, наоборот, долго не дают малышу взять инициативу в свои руки. Причина, как ни странно, одна — недостаток терпения!

Действительно, кроха, который только учится одеваться, делает все очень долго. Тем, на что взрослому человеку хватит пяти минут, вдумчивый малыш может занимать битый час. Такие долгие сборы часто вызывают вспышки маминого гнева или, в лучшем случае, желание одеть ребенка самой.

Подчас, взрослые даже не догадываются, с какими трудностями сталкиваются дети, обучаясь элементарным вещам. В результате между родителями и ребенком возникает непонимание, чтобы этого не произошло, попробуем посмотреть на процесс одевания глазами ребенка.

