

# Как научить ребенка самостоятельно одеваться



*Самостоятельность и ответственность являются важными показателями развития ребенка. Однако эти качества не возникают у человека сами собой, а формируются в детском возрасте одновременно с навыками самообслуживания. Один из ключевых навыков, который помогает ребенку становиться самостоятельным - умение 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 последствие 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. К сожалению, родители часто обращают внимание только на образовательный компонент, считая его основой интеллектуального развития ребенка и упуская из вида тот факт, что ребенок должен развиваться всесторонне и гармонично.

В Программе дошкольного образования «От рождения до школы» есть такие критерии:

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

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

## *Почему дети не умеют одеваться самостоятельно?*

Сразу нужно сказать, что только взрослые виноваты в том, что дети не умеют самостоятельно одеваться. Правда, у самих взрослых на это есть целый ряд оправданий:

- спешка: «мы не можем позволить себе размеренное обучение навыкам одевания по утрам, так как очень спешим»;
- стремление к совершенству: многие родители считают, что они оденут ребенка быстрее и качественнее;
- сохранение нормальных отношений: самостоятельное одевание часто приводят к капризам и истерикам, которые легче не допускать вовсе, чем остановить.

Психологи не принимают подобных оправданий, называя их одним словом – лень.

Родители, чьи дети не умеют одеваться, как правило, не утруждают себя:

- ранними подъемами и четким соблюдением режима, поэтому возникает спешка по утрам;
- занятиями с детьми по обучению их манипуляциям с пуговицами, шнурками, молниями, липучками, объяснению особенностей надевания различных видов одежды;
- совместной с ребенком деятельности по уходу за одеждой.

Итак, стало ясно, кто виноват, теперь нужно разобраться в том, что делать.

## **Рекомендации по обучению ребенка самостоятельному одеванию**

1. Начинайте учить ребенка самостоятельно одеваться с раннего возраста.
2. Поощряйте инициативу ребенка, хвалите за каждое проявление самостоятельности.
3. Наберитесь терпения, не мешайте ребенку, выдержите темп одевания, не подгоняя его. При необходимости скорректируйте режим дня так, чтобы начинать утренние сборы заранее.
4. Учите ребенка правильным действиям с одеждой.
5. При нежелании самостоятельного одевания подтолкните ребенка совместной деятельностью - начните действие и предложите закончить самостоятельно.
6. Не приобретайте для ребенка одежду со сложной конструкцией (молнии, шнурки, косые швы и т.д.). Покупайте малышу удобную и понятную одежду. Лучше всего, если она будет иметь подсказки (аппликации впереди, разноцветные пуговицы и застёжки).
7. Показывайте пример в одевании. Одевайтесь одновременно: вместе надели колготки, костюм, теплые вещи и т.д.
8. Используйте развивающие игры с пуговицами, молниями, шнурками, которые помогут освоить манипуляции с этими предметами. Полезно иметь дидактических кукол с вариантами одежды на разные сезоны. Это поможет детям усвоить порядок одевания.
9. Подсказывайте ребенку особенности и порядок одевания.
10. Придерживайтесь принципа единства требований. Дети должны одеваться самостоятельно везде и всегда независимо от времени суток и местонахождения (дома, детский сад, гости).
11. Указывайте на неопрятность в одежде и поощряйте попытки контроля над собственным внешним видом.
12. Не провоцируйте негативное отношение к одежде. Не наказывайте и не ругайте ребенка за отсутствие навыков, а при необходимости, помогите ему.
13. Поощряйте проявление вкуса в одежде.

То, каким вырастет ребенок, во многом зависит от родителей. Умение самостоятельно одеваться - это не только навык самообслуживания, но и важный шаг в будущее.