

## ***Учимся малыша самостоятельности.***

**Определите уровень сформированности навыков самообслуживания у своего ребёнка:**

<b>Возраст ребенка</b>	<b>Навыки самостоятельного одевания (в данном возрасте ребенок должен уметь)</b>	<b>Наличие помощи взрослых</b>
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.

В возрасте от 2,5 лет развитие ребенка можно охарактеризовать названием «Я сам». Это самый подходящий период для того, чтобы приучать ребенка к самостоятельности. 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.

**Сейчас самый подходящий момент всё это исправить!**

***Чтобы упростить ребенку задачу и максимально быстро научить его одеваться самостоятельно нужно пройти вместе с ним несколько этапов.***

*Для начала ребенок должен научиться самостоятельно раздеваться. Но процессы одевания и раздевания неразрывно связаны, поэтому не стоит ограничивать ребенка.*

### **1.Этап первый: «объяснялки».**

Каждое действие включает множество движений руками, ногами, пальцами, которые идут в определенной последовательности. Нельзя, просто, сказать ребенку: «Надень штаны сам!» и ждать результата. Следует разбить сложные действия на маленькие шаги.

Например:

Сядь на ковер.

Возьми штанишки двумя руками за резинку.

Просунь одну ногу в штанину, подтяни штанину, вытащи носочек.

Потом другую ногу во вторую штанину, штанину вверх, носочек наружу.

Встань, подтяни штанишки вверх.

Мама или папа должны подробно проговаривать все процессы и обозначения вещей, это позволить крохе быстрее запомнить основные правила надевания одежды.

Если ребенок не хочет одеваться самостоятельно, то **попробуйте немного помочь ему**, например, одевая ему носочки или штанишки только наполовину и предлагая ребенку закончить одевание самому.

Постоянно показывайте ребенку, как лучше держать вещи, чтобы удобнее было их надевать, как отличить лицевую сторону одежды от изнаночной, перед и зад одежды.

***Если ребенок оделся самостоятельно неправильно, не критикуйте его и, по возможности на первых этапах обучения, не переодевайте (даже если все вещи надеты задом наперед и наизнанку). Наоборот, обязательно похвалите малыша. А чтобы этого избежать ставьте метки на одежду и обувь, чтобы ошибок было меньше.***

**2. Этап второй: самостоятельный выбор.** Нужно предоставить малышу право самому выбирать одежду, которую он наденет. Таким образом, можно будет избежать капризов и дать малышу почувствовать свою самостоятельность.

**3. Этап четвертый: «обучалка».** Уважаемые взрослые, вещи ребёнка разложите на стуле в порядке надевания, это важно! Сверху трусики и майка, затем колготки, платье (рубашка). Следите, чтобы ребёнок надевал одежду в этой же последовательности.

**4. Этап четвертый: «складушки».** Учим снимать и развешивать вещи. Покажите малышу, как складываются колготки, как их можно повесить на спинку стула, как можно красиво сложить рукава рубашки или платья. Приучайте малыша убирать свои вещи на место аккуратно сложенными.

Зачастую легче и быстрее самой одеть ребенка, чем наблюдать его неумелые попытки справиться с одеждой самостоятельно. Однако, делать этого не стоит, чтобы ребенок не ожидал от вас помощи, а учился надеяться на себя и свои умения.

***Самостоятельно одеваться – эта привычка вырабатывается путем многократного повторения. Успехов!!!***