**«Как научить ребенка одеваться самостоятельно».**

*Такое привычное для нас, взрослых, действие поначалу даётся ребёнку с трудом. Как ему помочь?*

Для малыша процесс одевания достаточно сложен. Пуговицы и замки «не слушаются» – ведь координация движений и мелкая моторика рук развита пока плохо. Кроме того, наблюдается постоянная путаница с последовательностью, с тем, где лицевая и изнаночная стороны, передняя часть одежды, лево и право и т.д. И чтобы с этим со всем справиться, конечно же, первое время понадобится помощь родителей. А процесс одевания, кстати, серьезно влияет на формирование такого важного качества, как самостоятельность. Как помочь малышу повзрослеть?

**Проговариваем то, что делаем**

Озвучивайте всё то, что будете делать, например: «Сейчас мы наденем кофточку с мишкой, какие красивые кармашки у кофточки. Сначала просунем голову, потом ручки. Левую ручку и правую». Комментируя происходящее, вы помогаете запомнить последовательность и приучаете кроху к таким понятиям, как части тела, «лево», «право». Важно, чтобы вещь не была в обтяжку и с тугим воротом, иначе процедура одевания превратится для малыша в пытку. Пуговицы тоже не должны быть слишком мелкими – ребёнку будет очень сложно их застегивать.

**Не критикуем**

«Вот неумеха! Смотри, всё перепутал!» – ни в коем случае нельзя высмеивать малыша, когда он только учится самостоятельно одеваться. Представьте, что вы пытаетесь освоить для себя что-то новое, а наставник вас постоянно ругает. Наберитесь терпения и раз за разом помогайте своему ребёнку осваивать этот непростой процесс. Не забывайте подбадривать и хвалить, это придаст малышу уверенности в своих силах.

**Используем игровые элементы**

Одевание – скучное и однообразное занятие, но всё может измениться, если вы проявите немного фантазии и внесёте в него элементы игры. Например, скажете, что собираетесь на день рождения к зайчонку. Можете посадить игрушечного зайца в поле зрения. И время от времени обращаться к нему: «Видишь, зайчик, как Никита быстро надел штанишки, какой он молодец!». Или показываете медвежонку, как нужно правильно одеваться. Малыш будет стараться и с удовольствием демонстрировать то, чему он уже научился.

## Заучиваем порядок действий

Собираясь на прогулку, дети часто путают последовательность действий – что за чем надевать. Надел сапоги раньше времени – а штаны уже не налезают. Надел шапку первой – и весь вспотел. Для того, чтобы малышу было проще запомнить, с какой вещи начинать одеваться и какую надеть последней, можно нарисовать карточки-подсказки с картинками и выложить их по порядку. Еще один проверенный способ – после прогулки, раздеваясь, складывать вещи по порядку (справа налево). На следующий день, одеваясь, последовательно брать вещи (слева направо). Несколько тренировок позволят ребёнку запомнить порядок одевания.

Степень сложности тех или иных действий при одевании зависят от возрастной категории. В полтора года малыш может раздеваться при помощи взрослых: стянуть шапочку, расстегнутые ботинки, снять штанишки, колготки. В два года – просунуть голову в кофточку, которую надевает мама, поднять ручки, чтобы просунуть в рукава, вставить ножки в брючки или колготки, которые держат взрослые, а также снять носки, штаны, расстегнутое пальто, снять или надеть шапку. После двух лет наступает момент, когда ребенок настаивает: «Я сам!». И это тот самый период, когда нужно помочь ему получить необходимые навыки, благодаря которым он обретет некую самостоятельность. Учите, хвалите и малыш достаточно скоро порадует вас своими успехами.

