**Консультация для родителей «Алгоритм одевания и раздевания на прогулку в младшей группе»**

Как научить ребенка одеваться самостоятельно?

Очень полезен будет навык одевания в детском саду, однако начинать учить ребенка раздеваться, одеваться и складывать вещи надо раньше - в полтора-два года, когда дети испытывают к этим занятиям большой интерес. Предлагаю **алгоритм одевания.**

Ребенок полутора лет практически безошибочно соотносит предметы одежды с их назначением и постепенно сам начинает участвовать в процессе одевания-раздевания: протягивает ладошку за варежкой, ножку - за ботиночком, поднимает голову, чтобы надели шапку, и т. д.

К двум годам его участие становится более разнообразным и ощутимым: он просовывает ручки в рукава, а ножки - в колготки и штанишки, а иногда пытается самостоятельно что-то надеть на себя или снять, проявляя подчас завидное упорство.

Если не пропустить этот период и помочь ребенку развить навыки самообслуживания, то к трем годам он будет способен одеваться и раздеваться самостоятельно.

В чем же заключается эта помощь? Для начала необходимо обучить ребенка нужной последовательности действий при раздевании.

Наша главная задача - сделать все так, чтобы подготовить последующее одевание и сделать его таким же простым и экономичным по движениям.

**Как надеть колготки.**

- подойти к стульчику и встать рядом спиной к сиденью;

- взяться обеими руками за резинку колготок и спустить колготки ниже коленок;

- сесть на стульчик; выпустить из рук резинку и взяться одной рукой за пятку чулка, а другой - за носок и потянуть чулок с ноги немного вниз;

- проделать то же самое со вторым чулком; поочередно стянуть оба чулка вниз до конца; взять обеими руками снятые колготки за резинку *(руки можно приподнять, чтобы колготки полностью расправились)* и встать со стульчика;

- повернуться к сиденью и положить на него колготки резинкой к спинке стула и двумя швами - "дорожками" вверх.

Если все действия выполнены правильно, тогда надеть колготки не составит труда, потому что при этом достаточно будет:

- подойти к стульчику и взять колготки двумя руками за резинку;

- прижать колготки к себе, не вертя их в руках;

- сесть на стульчик, всунуть поочередно ноги в чулки и подтянуть колготки вверх.

Как надеть платье или рубашку.

Учим такой последовательности действий:

- расстегнуть *(с помощью взрослого)* все пуговицы на вороте платья и две-три верхние пуговицы на рубашке;

- слегка нагнувшись, потянуть вещь за расстегнутый ворот двумя руками вперед и немного вниз, чтобы высвободить голову;

- потянуть рукав вниз за манжет или середину *(но не за плечо)* с одной руки;

- проделать то же со вторым рукавом;

встать за спинкой стула и повесить на него вещь подолом вверх, а застежкой вниз *(если на платье застежка сзади, то наоборот)*.

Если все сделано правильно, надеть платье или рубашку можно будет так:

- подойти к спинке стула, наклониться к вещи, приподнять и просунуть в нее голову, выпрямиться и поочередно просунуть руки в рукава.

**Как надеть обувь.**

Учим такой последовательности действий:

- встать рядом со стульчиком *(или там, где следует разуваться)*;

- поставить обутые ноги вместе;

- наклониться и развязать шнурки *(отстегнуть застежки)*;

- вынуть поочередно ноги и поставить их рядом с обувью так, чтобы она оказалась между ступнями ног;

- задвинуть обувь под стульчик *(или туда, где следует ее хранить, но обязательной парой)*.

Если все выполнить правильно, тогда надеть обувь будет несложно:

- выдвинуть, не разъединяя, пару обуви;

- встать так, чтобы обувь оказалась между ступнями ног;

- поочередно вставить ноги в обувь и застегнуть ее *(если на обуви есть шнурки, то потребуется помощь взрослого)*.

**Алгоритм одевания**

Взрослые часто забывают, что маленькому человеку не так просто разобраться в многочисленных вещах гардероба, особенно в зимний период. Их количество заметно прибавляется и потому необходимо выработать алгоритм одевания.

Начинать надо с колготок и лишь, затем надевать носки.

Желательно приобрести футболку или джемпер, где спереди располагается аппликация или яркий рисунок. В этом случае можно не запутаться с передней и задней частью.

Избежать путаницы поможет специально нашитая яркая метка или текстильный маркер.

Настает очередь штанов. Затем зимой понадобится теплый свитер или кофта.

Следующий этап связан с обувью. Дети нередко путают левый и правый ботинок, поэтому картинка поможет их различать.

Застегивание застежек и пуговиц может стать развлекательной игрой и развить мелкую моторику. Потренироваться удобно на любимых куклах и мишках.

После шапки надевается куртка и завязывается теплый шарф. Остается только взять перчатки или варежки, чтобы спокойно играть в снежки.

Конечно, летом процесс одевания более простой и не требует такой тщательной подготовки. Однако малыш должен освоить его с помощью воспитателей, друзей и родителей.

Картинки наглядно продемонстрируют последовательность действий. Они должны располагаться на видном месте рядом со шкафчиками, где находится одежда ребенка.

После прихода в детский сад ребенок начинает проявлять больше самостоятельности по сравнению с родным домом. Там за ним постоянно ухаживают родители, дедушки и бабушки.

В детсаду он сам осваивает такой непростой процесс, как одевание и раздевание. Выучить его особенно важно в холодный период года. Ведь ежедневные прогулки пока никто не отменял.