

Як дитина вчиться одягатися

Вчити дітей одягатися самостійно треба досягши дворічного віку, коли дитина зможе скидати шкарпетки чи сорочечку, а в трирічному віці більшість дітей одягаються самотужки. Ви можете заохотити до цієї незалежності, купивши одяг, з яким легко впоратися, і дозволивши малюкові одягатися і роздягатися, наскільки його вистачить.

Як допомогти:

- Дайте дитині досить часу; якщо Ви не поспішаєте, то не будете дуже роздратовані її повільністю.
- Покладіть одяг у тому порядку, в якому дитина повинна його одягти.
- Купіть штани чи спіднички з еластичним поясом. Ніколи не одягайте хлопчика дошкільного віку в штани з застібкою-блискавкою: він може прищемитися.
- Вибирайте одяг з великими гудзиками і застібками.
- Навчіть дитину застібати гудзики знизу догори.
- Попросіть її вибрати “улюблену” ногу і позначте черевик, щоб вона могла правильно взуватися.
- Уникайте курток з замками, що розціпаються в обидва боки.
- Та якщо потрібна Ваша допомога, то перетворіть це в гру: грайте у піжмурки, одягаючи вбрання через голову.
- Якщо дитина одяглась, то нехай залишається як є, навіть якщо вона має неохайний вигляд.

Вибір взуття

Для малюків найкраще вчитися ходити босоніж. Це добре для рівноваги і формування нормальної ступні. Коли дитина починає виходити надвір, то їй звичайно потрібне взуття, але навіть тоді дозволяйте їй ходити босоніж скільки хоче. Взуття потрібне лише для захисту ніг, а не для підтримки, - це робитимуть м'язи. Купуйте взуття за допомогою спеціаліста, який виміряє довжину і повноту ступні. Перевіряйте розмір ступні щотижня.

«Яке взуття шукати для дитини?»

- Закриті сандалі із застібкою. Відстань між великим пальцем і носком черевика повинна бути 0,5-1,25 см - не більше і не менше. Широкі носки забезпечать вільний рух пальців всередині.
- Сандалі з відкритими носиками. Застібка не повинна стискати ступню. Ваша дитина легко упорається з пряжками. Рубці повинні бути акуратними, щоб не натирали дитині шкіру ніг.

«Яке взуття треба купувати?»

Будь-яке шкіряне чи полотняне взуття забезпечить зручність, якщо добре виміряна довжина і ширина ступні дитини. Ви можете помітити, що дешеве взуття (полотняні кросівки) практично не має половинних розмірів і різної повноти. Це стосується і високих гумових чобіт, однак вони потрібні для прогулянки у вологу погоду. Купіть їх більшими на розмір, проте підберіть устілку.