

## Как помочь ребенку стать уверенным в себе?

Стоит признать, что привлекательный и опрятный человек будет окружен множеством друзей. Поэтому с ранних лет ребенка приучают следить за собой. Внешний облик — это основа уверенности в себе.

### *Зачем нужно правильно выбирать одежду и обувь?*

С самого начала существования цивилизаций сословия выделялись по внешнему виду. Поэтому до сих пор люди большое значение придают одежде и обуви. С ее помощью можно получить следующие сведения:

- материальное положение владельца;
- его интересы — следит ли он за модой, стильный ли и т.п.;
- куда он идет — на работу, вечеринку, в театр и т.п.;
- занимается ли спортом и многое другое.



Необязательно выбирать одежду в соответствии с последними модными тенденциями. Важно чтобы она была чистой, целой, аккуратной. Именно это нужно прививать детям в дошкольном возрасте. Приятный внешний вид является уважением к людям. Кому понравится общаться с человеком, от

которого плохо пахнет, и кто может запачкать в чем-то? Выбирая наряд в соответствии с этикетом люди подчеркивают куда они идут и где находятся.

Помимо модной и немодной одежды существуют вещи по сезонам, для разных занятий — спортом, пляжного отдыха, повседневной носки и другие, верхняя и нижняя.

Важно правильно выбирать одежду. Для этого нужно обсуждать с ребенком, что куда надевают. Например, в театр нельзя приходить в спортивном костюме, а на урок физкультуры — в платье.

## *Задачи ребенка*

Приучение к опрятности должно быть в соответствии с возрастом. Младшим дошкольникам дают небольшие поручения, например, помыть руки и лицо, аккуратно снять одежду и повесить на стул. Чем старше ребенок, тем сложнее ему можно предоставлять поручения. Например, средним дошкольникам говорят о пятнах на одежде или грязной обуви. Важно не использовать уничижительных формулировок, достаточно корректных замечаний.

Можно предоставить дошкольнику возможность следить за своим шкафом. Ему поручают складывать вещи, развешивать их, чистить обувь от грязи и т.п. Не стоит полноценно поручать ребенку следить за гардеробом, но сделать его помощником стоит.

## *Несколько советов для родителей*

Ребенок берет пример с взрослых и поэтому они должны быть образцом. Поэтому если глава семейства ходит в растянутых трениках, а мама в рванном халате, то какой опрятности научится малыш? Никакой.

Важно хвалить и поощрять ребенка, говорить, как красиво он выглядит и какие у него необычные вещи. Особенно стоит это делать, если дошкольник сам выбрал одежду.

По началу нужно обращать внимание ребенка на проблемы. Например, «посмотри, у тебя пятно на платье» или «ты испачкал ботинки, нужно помыть их». Постепенно малыш привыкнет сам осматривать себя и оценивать свой внешний вид.

Не нужно ждать моментального результата. Воспитание занимает много времени и поэтому набирайтесь терпения. Важно не использовать оскорбления, бранные слова и уничижительные конструкции. Они приведут только к негативной реакции со стороны малыша.

Подготовила воспитатель группы «Капитошки»:  
Бакалова Элла Александровна  
Сентябрь 2020