

## 2-3 gadu vecu bērnu ģērbšanās prasmi apgušana

Apgūstot sadzīves prasmes, bērns tās vispirms mācās ģimenē, atdarinot vecāku uzvedību atbilstoši savām vecumposma iespējām. Taču mūsdienās galvenais vairs nav jautājums par to, kas mums bērnam ir jāiemāca, bet gan tas, kā mēs mācām. Bērnam ir jāsaprot dziļākā darbības jēga, lai apgūtā prasme ir jēgpilna arī pēc tam, kad darbiņš ir padarīts. Šajā vecumā bērni sāk apgūt mazos mājas darbiņus un pamata pašapkalpošanās prasmes. Protams, katrs bērns ir individuāls, un arī vecāku dzīvesveids atšķiras, tāpēc vecums, kurā bērns apgūst kādu prasmi, var būt atšķirīgs. Divu trīs gadu vecumā bērns ģērbšanās prasmes pilnveido – mazais jau apguvis ne vien izģērbšanos, bet arī saģērbšanos un tikai retu reizi var netikt galā ar kādu sarežģītāku apģērba gabalu. Maziem bērniem piemērots apģērbs, ko ir ērti uzvilkt un novilkt. Bērniem labāk izvēlēties apģērbus, kuram nepārprotami var noteikt priekšpusi un mugurpusi. Tam noder drēbītes ar zīmējumiem, izšuvumiem, kabatiņām.

### 6 padomi, kā veicināt ģērbšanās prasmi apguvi

- 5–10 minūtes pirms ģērbšanas mazulim var paskaidrot, ka drīz būs jāģērbjas, lai viņš paspēj noskaņoties šim darbiņam. Tas īpaši svarīgi tiem, kam ne visai patīk ģērbties.
- Ģērbjot ieteicams noglāstīt bērna rociņas un kājiņas, jo fizisks kontakts palīdz mazajam labāk apzināties savu ķermeni.
- Sākot jau no vecuma, kad mazulītis iemācījies sēdēt un māmiņa biežāk ģērbjot mazo ņem klēpī, bērna rokas un kājas jāvirza apģērbā, nevis otrādi – apģērbs jāstīvē bērniņam mugurā.
- Bērniņa apģērbšanai jāatvēr pietiekami daudz laika, lai mazulis varētu mēģināt ģērbties pats. Protams, ja jāsteidzas, bērniņu apģērbs paši vecāki, taču tai nevajadzētu būt ikdienai.
- Ģērbšanās prasmes sāk apgūt ar vienkāršāko – biksītēm, zeķītēm, tad krekliņu, zeķbiksēm.
- Mazuli ģērbjot un ļaujot viņam ģērbties pašam, jāpaskaidro katra darbība. Divus trīs gadus vecam mazulim var pastāstīt, piemēram, ka tad, ja abas kājiņas būs iebāztas vienā bikšu starā, viņš nevarēs paiet.

*Ir vecāki, kas vēlas visu izdomāt un izdarīt bērna vietā. Tā ir milzīga kļūda, jo tad bērns saprot, ka viņam ne par ko nav jādomā un ka galvenais viņa uzdevums ir baudīt dzīvi. Vecāku galvenais uzdevums ir bērnam iemācīt būt patstāvīgam. Neaizmirsīsim, ka bērnam ejams savs ceļš.*