

УЧИМСЯ ОДЕВАТЬСЯ. С 1 года до 3 лет (РАННИЙ ВОЗРАСТ)

*Подготовила воспитатель
Камышева И.И.*

★ ПЕРВОЕ. Что может ребёнок сделать сам:

После года малыш может при одевании: подать маме нужную вещь, подать ручку при одевании куртки или кофточки, поднять голову при надевании шапки. Все свои действия в одевании малыша мы обязательно комментируем, привлекаем малыша к разговору. Говорим, что мы сейчас делаем, и что будем делать дальше: «Вот мы и надели носочки. А сейчас наденем сапожки. Где у нас сапожки? Покажи. Вот какие теплые красивые сапожки у Димочки. В них ножки не замёрзнут. Где у Димы правая ножка?»

◆ Примерно в 1 год 6-7 месяцев малыш может раздеваться с небольшой помощью взрослых. Он может стянуть с себя шапку, валенки, носочки (стянуть за пятку), снять расстегнутые взрослым туфли или ботинки, снять шорты.

◆ Ближе к двум годам малыш может:

поднять обе ручки, когда мама надевает на него свитер, джемпер или платье, просунуть руки в рукава в куртку или пальто, которые держит мама, просунуть ноги в колготки, брюки или носки, которые держит взрослый, самостоятельно снять с себя носки, колготки, ботинки (шнурки расшнурованы), платок (который развязал до этого взрослый), расстегнутое пальто, брюки, самостоятельно снять и надеть шапку, снять расстегнутое пальто и куртку, самостоятельно расстегнуть застежку – молнию.

◆ После двух лет ребенок хочет делать всё сам и требует этого от взрослых. Вот тут и приходит очень благоприятное время, чтобы он научился одеваться сам (конечно, одежда должна быть простая для одевания и раздевания). Если мы сейчас отнимем у него эту возможность, и будем сами его одевать и раздевать, то потом приучить его одеваться самому будет очень сложно. В пять лет ребенку уже будет это неинтересно, и научить пятилетнего ребенка одеваться будет гораздо сложнее, чем малыша.

◆ К 2,5 годам малыш может научиться снять платье, надеть сам брюки, подтянуть колготки.

★ ВТОРОЕ. Что такое «микропроцессы» в одевании и почему об этом нам

очень важно знать

С 1 года до 3 лет малыш учится одевать конкретные вещи. Ему не по силам самому полностью переодеться после сна, но вполне по силам надеть на себя колготки, брюки и другие вещи полностью самостоятельно или с небольшой помощью взрослых. В дошкольной педагогике это называется – овладение «микропроцессами». То есть если одевание на прогулку – это «целостный процесс», то надевание брюк или надевание майки – это «микропроцессы». Овладев до 3 лет «микропроцессами» малыш будет в состоянии после 3 лет овладеть и «целостным процессом одевания»/переодевания/раздевания, и самостоятельно при небольшой помощи взрослых одеваться и раздеваться – легко, быстро и правильно.

□ Чтобы такой маленький малыш одевался сам, нужно знать некоторые педагогические «хитрости» и «умные приемы одевания и раздевания», о которых мы сейчас очень подробно расскажем.

★ ТРЕТЬЕ: ХИТРОСТИ И СЕКРЕТЫ обучения одеванию детей до трех лет

◆ К 3 – 3, 5 годам малыш в состоянии одеться сам! Если взрослый ему поможет овладеть одеванием и раздеванием. Что для этого нужно: Дать малышу очень простые способы действия, которые гарантированно ведут его к 100% успеху в одевании и раздевании (Примечание: Мы, взрослые, можем использовать разные способы одевания одной и той же вещи и обычно не обращаем на них внимание, но малышу нужен один результативный и очень простой способ одевания – «умный способ», которые обеспечивает ему успех и радость за своё достижение. Именно такому способу мы и будем обучать ребенка), Эти способы одевания и раздевания даны дальше в нашем посте «Штаны на лямках».

Приучить малыша и самих себя к четкой последовательности одевания и раздевания, которая постоянно повторяется. Раздеваясь, малыш вместе с Вами складывает вещи в определенном порядке на стульчик. Затем он делает это сам. Потом одеваясь, он сможет легко их надеть на себя в обратном порядке. То есть, если ребенок при раздевании последними снял колготки и положил их на стульчик, то он наденет их первыми, т.к. они лежат сверху всех других вещей на его стульчике.

Познакомить малыша в 1-2 года с частями одежды. Например, чтобы надеть колготки, нужно сначала найти вместе с ребенком, где у колготок резинка, носок, пятка, два чулка, где один шов (перед), где два шва (задняя часть колготок). А для этого нужно рассмотреть колготки вместе с малышом.

Аналогично рассматриваются другие предметы одежды – например, платье (рукава, манжеты, воротник, подол, плечики, карманы и другая отделка).

Четко определить, что Вы будете делать сами, а чему начнете сейчас малыша обучать. Нельзя начать обучать сразу всем способам одевания всех предметов одежды. Нужно выбрать для начала что-то одно. Например,

сначала научить самостоятельно надевать маечку. Как только малыш с этим справится – можно переходить к другому микропроцессу, например, к надеванию штанишек. А то, что он сам умеет надевать маечку – это будет уже само собой разумеющимся. Постепенно малыш будет всё более и более самостоятельным, так как постепенно овладеет всеми умениями.

□ СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ОДЕВАНИЯ — РАЗДЕВАНИЯ для самых маленьких

★ ЗАДАЧА — снять колготки.

Сначала рассмотрите колготки вместе с малышом. Найдите, где у них носок, пятка, чулки, резинка, где один шов (т.е. перед колготок), где два шва.

◆ Что делает ребенок:

встает около стульчика спиной к сиденью (покажите, как встать), берет двумя руками колготки за резинку и спускает их ниже колен, садится на стул,

одной рукой берется за пятку, а другой рукой за носок этого же чулка (покажите, как это сделать), стягивает один чулок колготок. Чтобы направить руку ребенка, можно взять его руку в свою – прием «рука в руке» — и действовать вместе.

затем также стягивает другой чулок, кладет колготки на свой стульчик так, чтобы резинка была у спинки стула, а вверху был один шов. Объясняем ребенку: «Где у нас резиночка? Покажи. Вот она! Положи ее к спинке стула. А где один шов? Разве это один? Это два – давай посчитаем – один, два. А где один шов? Вот он! Положи так, чтобы один шов был вверху. Вот умница!». Если малыш ошибся – то исправляем, напоминаем правило. Напоминать придется много раз и каждый день, так как новые умения и навыки образуются не сразу, а постепенно. Никогда не меняйте этот порядок, и малыш его легко усвоит, и еще бабушек и дедушек потом учить будет, что «надо делать по-другому, меня мама научила, как правильно!»

★ ЗАДАЧА — снять пальто (шубу, куртку).

◆ Что делает ребенок:

Расстегивает пуговицы – сначала нижнюю, потом верхние (т.е. идем снизу вверх), в расстегивании верхних пуговиц может потребоваться помощь взрослых – они часто бывают очень тугие.

Приспускает пальто или куртку с плеч. Сначала малышу будет требоваться Ваша помощь – придержите пальто или куртку.

Выдёргивает одну руку из рукава.

Тянет за другой рукав пальто и вынимает другую руку.

Вешает пальто или куртку на свой крючок или в свой шкафчик (нужна специальная детская вешалка на уровне роста детей). Может потребоваться

сначала Ваша помощь – помогите малышу найти петельку, за которую надо повесить пальто или куртку.

★ ЗАДАЧА — снять платье.

Рассмотрите платья, которые есть у малышки. Найдите у платья подол, рукава, манжеты, определите, где находится застежка – сзади (на спине) или впереди (на груди). Маленьким детям лучше покупать одежду без застежки на спине, чтобы они могли самостоятельно одеваться и раздеваться. И очень хорошо, когда впереди на платье есть кармашки или красивая отделка (аппликация, тесьма, кружево), чтобы дети легко определили, где в их одежде спинка, а где перед.

◆ Что делает ребенок:

Ребенок стоит за спинкой стула. Берет платье за ворот двумя руками, тянет вперед – вниз, освобождая голову. Снимает платье с головы.

На этом этапе нужна помощь взрослого:

а) в расстегивании пуговиц (если пуговицы очень тугие или застежка находится сзади платья). б) в том, чтобы направить голову малышки и ее руки в направлении «вперед – вниз» при стягивании платья и освобождении головы (можно взять ручки малышки в свои руки и направлять движения вперед – вниз)

Тянет за рукав (за конец рукава, за манжету, т.е. внизу, а не у плеча).

Снимает один рукав. Покажите, как это сделать – можете взять ручку ребенка в свою руку и вместе сделать нужное движение – потянуть рукав вниз.

Затем снимает второй рукав таким же способом.

Развешивает платье на стуле. Подол должен быть внизу. Спинка платья «смотрит» вверх – на потолок. (Тогда когда малышка будет одеваться, и подойдет к стульчику сзади, она точно не перепутает перед платья и не наденет его задом наперед).

Покажите малышке, как взять платье за плечевые швы («Давай возьмем вот так за плечики»), после этого взмахом аккуратно и бережно положите платьице на стул. Объясните, зачем нужно платье не бросать, а красиво вывешивать на стульчик – «Теперь не помнется платье, пока Катюша спит. Красивое у Кати платье».

★ ЗАДАЧА — снять рубашку.

Для мальчиков порядок в их действиях с рубашкой остается тем же, что и при снятии платья у девочек. Сначала расстегиваются верхние пуговицы рубашки, а остальные шаги делаются такие же, как и у девочек (снять через ворот, стянуть рукава, аккуратно повесить на спинку стула).

★ ЗАДАЧА — снять обувь и поставить ее на место(задвинуть под стул, на

котором складывается одежда при раздевании).

◆ Что делает ребенок:

Ставит ноги в обуви вместе.

Наклоняется и отстегивает застежку обуви. Если застежка сложная – помогите малышу.

Вынимает одну ногу из обуви и ставит рядом с обувью снаружи. Потом аналогично вынимает другую ногу. * Пара обуви стоит между ступнями ног ребенка.

Рукой (наклонившись вперед) задвигает под стул пару обуви. Покажите малышу, как это делается – задвигаем одним движением руки. (Обратите внимание: пара обуви сейчас под стулом стоит правильно, ботиночки «смотрят друг на друга». И уже малыш не сможет перепутать ботинки при обувании.

★ ЗАДАЧА — надеть обувь.

◆ Действия ребенка:

Ребенок садится на стул. Он выдвигает обувь из-под стула (одновременно оба ботинок или сандалии), ставит пару обуви между ступнями ног. (Обувь уже стоит правильно! Невозможно перепутать правый и левый ботинок или туфельку) Обуваясь, приговариваем: «Каждой ножке – свой домик!»

Ребенок обувает обувь, застегивает ее. В случае сложных застежек взрослый помогает малышу (шнурует, застегивает на пряжку и т.д.)

★ ЗАДАЧА — надеть платье или рубашку.

◆ Действия ребенка:

Ребенок встает за спинку стула, наклоняется и, не снимая вещи со спинки стула, просовывает голову в ворот платья или рубашки. Взрослый помогает и придерживает подол платья.

Затем ребенок выпрямляется, просовывает в рукав одну руку. Затем в другой рукав – вторую руку. Взрослый помогает малышу «попасть» в рукава.

По аналогии вы сможете объяснить малышу и рациональные способы одевания других предметов одежды. Например:

◆ Чтобы самому надеть трусики ребенку нужно:

взять их за резинку так, чтобы метка была впереди,

найти отверстие для каждой ножки,

просунуть одну ножку в отверстие, потом другую («Каждая ножка в свое окошко»),

подтянуть трусики вверх так, чтобы резинка оказалась на поясе.

◆ По аналогии – чтобы снять маечку:

взяться руками за нижний край маечки,

подтянуть маечку вверх к шее,

вынуть одну руку (освободить ее), затем другую,

снять майку через голову,
сложить ее аккуратно на полочку (или повесить на спинку стульчика).
Очень важно, чтобы от малыша не просто требовали самому одеться, а научили его этим правильным способам действий – мини-шагам, которые обеспечат ему успех и позволят контролировать правильность выполнения.

Обучение способам действий идет последовательно:

Этап первый. Показ взрослого (демонстрация и объяснение малышу способа действия).

Этап второй. Совместные действия с ребенком. Взрослый действует вместе с малышом (иногда направляя руки ребенка, держа их в своих ладонях), напоминает, повторно показывает-демонстрирует. Как только мы видим, что малыш понял, как действовать, и у него начало получаться, ребенок начинает выполнять действие самостоятельно. А взрослый приходит на помощь, только если есть трудности, предоставляя малышу возможность делать самому. Мы обязательно хвалим малыша за его попытки сделать самостоятельно и за все, даже мелкие, успехи.

Этап третий. Малыш выполняет действие полностью самостоятельно.

Помощь взрослого не нужна. А значит, пришла пора переходить к освоению нового действия. «Старое» действие освоено и скоро будет выполняться правильно автоматически, без усилий.

ИТАК, что же умеет ребенок к 3 годам, если его учили самостоятельно одеваться:

самостоятельно надеть и снять одежду, обувь, шапочку, аккуратно ее повесить,

не путать правый и левый ботинок, в случае неправильного их надевания замечать ошибку и ее исправлять самостоятельно,

различать одежду и обувь для дома от одежды и обуви для улицы. При входе в дом переобуваться в домашнюю обувь,

застегивать пуговицы на рубашке или кофточке, не пропуская отверстий (каждую пуговку – в свой «домик»). В случае пропуска и перекоса видеть его и исправлять свою ошибку.

отличать лицевую и изнаночную сторону своей одежды, при ошибке исправлять ее самостоятельно,

видеть неполадки в одежде близких людей и помогать их исправлять (помочь братику надеть обувь, правильно застегнуть ему пуговицы, заметить у Вас расстегнувшуюся пуговицу и т.д.)