

ОДЕВАНИЕ НА ПРОГУЛКУ

Одевание на прогулку: как научить ребенка правильно надевать ботинки; что делать, если ребенок медленно одевается на прогулку; одеваемся, играя; как научить надевать одежду с узким воротом; как научить ребенка соблюдать последовательность одевания на прогулку.



В рекомендациях «Как научить ребенка одеваться» вы узнали, зачем нужно развивать самостоятельность ребенка в одевании, как научить самых маленьких одеваться самостоятельно, какие «умные» способы одевания помогут малышам, как сделать это повседневное занятие развивающим и радостным для ребенка, как обеспечить ему успех, как помочь самым маленьким овладеть «микропроцессами» одевания, а дошкольникам - культурой внешнего вида. Во второй части «Одевание на прогулку» ответим на вопросы:

- Что делать, если ребенок путает где передняя, а где задняя половина одежды и одевает одежду задом наперед?
- Что делать, если ребенок не любит одевать свитер, футболку, платье с узким воротом? Как научить ребенка одевать одежду с узким воротом?
- Что делать, если ребенок постоянно путает левый и правый ботинок и надевает обувь не на ту ногу?
- Как научить ребенка надевать брюки?
- Как научить ребенка застегивать разные виды застежек на одежде и обуви? О книжках с разными видами застежек одежды.
- Как научить ребенка одеваться на прогулку в правильной последовательности?
- Одевание и игра, или как одеваться интересно.
- Какие стихи и потешки можно использовать при одевании на прогулку?

ОДЕВАНИЕ НА ПРОГУЛКУ

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ПУТАЕТ ГДЕ ПЕРЕДНЯЯ, А ГДЕ ЗАДНЯЯ ПОЛОВИНА ОДЕЖДЫ И НАДЕВАЕТ ОДЕЖДУ ЗАДОМ НАПЕРЕД?

Если Ваш ребенок путает, где зад, а где перед одежды, то выход очень простой. Нужно пометить меткой переднюю часть всех вещей ребенка. Метку можно нашить на трусики, брючки, юбочку, джинсы, шорты). Лучше чтобы метка была одна и та же (например, полоска тесьмы или яркий квадратик ткани)

Вариант А. Нашивают метку на перед одежды (на трусики, брючки, юбочку, шортики и т.д.). Меткой может быть цветной квадратик или другая очень маленькая пришивная аппликация. И малышу объясняют, что цветная картинка должна быть впереди. Этот вариант подходит для любой детской одежды и белья.

Вариант Б. Купите текстильный маркер (продается в магазинах для художников и в магазинах детских товаров и товаров для творчества). Нарисуйте впереди большой цветной кружок. Через 30 минут прогладьте утюгом место Вашего рисунка (внимательно прочитайте инструкцию, так как она может отличаться у разных

производителей подобных маркеров, обязательно сначала протестируйте на ненужном лоскутке ткани. Если маркер качественный, то даже после стирки рисунок останется и будет ярким). Такой рисунок нельзя стирать при высокой температуре (поэтому для детского белья этот вариант не подходит), но можно стирать при температуре 40-50 градусов в стиральной машинке).

Полезный совет: Покупая детские футболки или джемпера лучше выбирать такие, на которых есть рисунок или аппликация впереди. Тогда будет достаточно пояснить малышу, что перед находится там, где картинка. И что нужно перед одеванием найти, где находится зайчик (или другая фигурка аппликации) Ребенок поймет, что картинка должна быть у него на грудке, а не на спине, и не будет путаться.

О том, как научить ребенка правильно (а не задом наперед) надевать колготки, Вы узнали в первой части «Как научить ребенка одеваться», поэтому здесь я не стала повторять еще раз. Для тех мам и деток, для кого актуальна именно это проблема — отсылаю Вас в первую часть статьи, где дана очень подробная пошаговая инструкция для решения этой проблемы одевания на прогулку.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ЛЮБИТ ОДЕВАТЬ СВИТЕР, ФУТБОЛКУ, ПЛАТЬЕ С УЗКИМ ВОРОТОМ? КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА НАДЕВАТЬ ОДЕЖДУ С УЗКИМ ВОРОТОМ?

1. В дальнейшем при выборе детской одежды избегать таких моделей.
2. А сейчас раз уже такая одежда есть в детском гардеробе – сделать несколько простых шагов чтобы научить малыша растягивать ворот:

А) Сделать из ворота «окошечко» (взять руками с двух сторон и растянуть в кружок). Посмотреть через это «окошечко» самой на потолок, на стены, дать малышу посмотреть в это «окошечко» на маму, улыбнуться друг другу. Дать малышу самому сделать такое «окошечко» (растянуть ручками ворот одежды) и поиграть с ним. В этой игре малыш научится очень нужному приему – собирать верх одежды и растягивать узкий ворот перед тем, как просунуть в ворот голову.

Б) Затем на следующий день еще раз напомнить – показать малышу, как надо собрать верх футболки руками, чтобы легко в него просунуть голову («сделать окошечко») и быстро просунуть голову в окошечко. Сразу же покажите правильный способ одевания.

В первые разы при обучении одеванию одежды с воротом направляйте голову ребенка так, чтобы голова ребенка сразу же «входила» в узкий ворот подбородком, а не затылком (то есть сначала в ворот просовываем подбородок, а потом уже всю голову вслед за ним). Тогда лицо малыша всё время будет открыто, и он не будет бояться узкого ворота одежды.

После того как малыш научился просовывать голову в ворот, покажите как дальше одевать футболку или свитер – далее продеваем руки в рукава футболки, опускаем футболку вниз.

Этот процесс научения малыша одеванию пройдет не за один день. Вам понадобится его подбадривать, запастись терпением, помогать, подсказывать — напоминать снова правильный способ одевания (дети быстро забывают новое, особенно после перерыва). Зато через некоторое время малыш будет спокойно сам справляться с задачей одевания футболки, свитера, джемпера.

Чтобы обучение происходило интереснее для ребенка, можно поиграть с ним в «окошечко» и в «прятки».

Играем в прятки: «Ку-ку, где Катя? Вот она Катя! Выглянула в окошко!». Можно поиграть в прятки несколько раз: то прячась за «окошечко», то выглядывая из него
Бывают окна разные:

Квадратные, овальные...

А у меня есть в комнате

Окошко одевальное!

Можно поиграть в кукушку:

Где ты спряталась, кукушка?

В чаще леса?

На опушке?

Или вон на том суку?

А в ответ: - Ку-ку! Ку-ку!

Малыш в этой игре играет роль кукушки. Он сначала держит ручками ворот одежды (Вы в это время читаете стихи). А потом он быстро протягивает голову в ворот, и «вылезая из окошка» весело говорит: «Ку-ку! Ку-ку!»



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ПОСТОЯННО ПУТАЕТ ЛЕВЫЙ И ПРАВЫЙ БОТИНОК И НАДЕВАЕТ ОБУВЬ НЕ НА ТУ НОГУ?

1. Показать ему, что ботиночки «дружат» и «смотрят друг на друга» (поставьте ботиночки правильно). Найдите у каждого ботинка «носок». Покажите, что носки «смотрят друг на друга». Потом покажите, как ботиночки «поссорились» (носки ботинок смотрят в разные стороны) и вместе с малышом поставьте их снова правильно – «подружите», пусть они «поглядят друг на друга».

2. Поиграйте в путаницу. Разложите обувь ребенка, других детей Вашей семьи вперемешку. Задача – подружить все туфельки (ботиночки, сапожки), то есть расставить их правильно в пары так, чтобы они «смотрели друг на друга». Сначала предложите 3-4 пары обуви для этой игры. Потом в следующей игре можно увеличить количество пар до 8. В первой игре Вы помогаете малышу при необходимости, подсказываете – «Посмотри, эти туфельки друг на друга смотрят или смотрят в разные стороны? Да, в разные стороны. А как их подружить?». Затем малыш выполняет игровое задание сам. Как только он будет легко справляться с этим заданием – можно приступить к шагу 3.

3. При надевании обуви малыш сидит на стульчике (детской банкетке, табуретке). Вместе с ним поставьте правильно ботиночки – так, чтобы они «смотрели друг на друга». Объясните, что у каждой ножки есть свой «домик». Поставьте ножки на домик сверху (ботинки стоят напротив ножек). Потом уже малыш обувается.

КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА НАДЕВАТЬ БРЮКИ?

Лучше всего ребенку учиться этому сидя на стуле или на полу. Потом малыш сможет надевать брюки и стоя – но это уже следующий этап.

Покажите ребенку, что у него есть две ножки. А в брюках есть два «окошка». Расскажите им о **секрете: «Каждой ножке – своё окошко»**. Это двустороннее очень хорошо запоминается детьми. Напоминайте им эту фразу перед одеванием брюк, и они без проблем научатся их одевать и никогда не засунут две ноги в одну брючину.

Есть еще одна проблема в одевании брюк – очень часто нога ребенка застревает в одном месте брюк и дальше никак «не идет». Особенно если брюки очень узкие – их неудобно одевать.

Что делать? Покажите малышу как нужно сесть. Как взять штанину (сложить ее в складки) и как продеть ногу в штанину. Покажите сами на примере своей одежды. В первых попытках одевания направьте руки ребенка если это понадобится (прием «рука в руке» - т.е. Вы держите детские ручки и их направляете).

КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ЗАСТЕГИВАТЬ РАЗНЫЕ ВИДЫ ЗАСТЕЖЕК НА ОДЕЖДЕ И ОБУВИ? О КНИЖКАХ С РАЗНЫМИ ВИДАМИ ЗАСТЕЖЕК ОДЕЖДЫ.



Текстильные развивающие книжки со шнуровками, пуговицами и разными застежками НЕ помогают научиться шнуровать не себе одежду и обувь, хотя и очень полезны для развития мелкой моторики. Почему? Потому что одно дело - застегивать в горизонтальном положении, а другое – вертикально на своем животе или груди.

Поэтому здесь нужно соблюдать последовательность:

Первый этап – развивающая книжка, коврик для малышей раннего возраста (до 3 лет) с кнопками, молниями, пуговицами, крючками и другими видами застежек (самый легкий вид задания на застегивание). Очень широко известен материал Марии Монтессори - рамки с разными видами застежек (большие пуговицы, маленькие пуговицы, кнопки, банты, шнуровка с отверстиями, шнуровка с намоткой на крючок, крючки с петлями, застежки – липучки, застежки с пряжками). Очень важно, чтобы на этом этапе малыш научился **пинцетному захватыванию мелких предметов** (указательным и большим пальцем), так как именно такой захват очень нужен в одевании одежды.

Второй этап – застегиваем одежду на куклах, мишках, зайках и других игрушках, учимся одевать их (2-3 года). Очень хорошо, если у Вас дома есть игрушка с полным комплектом одежды. Тогда такая игрушка (например, мишка или кукла) может прийти к малышу и попросить его помочь одеться на прогулку. Ведь мишке так хочется погулять с Вашим малышом! Но без одежды ему будет холодно. Малыш «учит» мишку правильно одеваться, исправляет его ошибки (а мишка всегда путается), потом они идут вместе на прогулку.

Третий этап (с 3-4 лет) – малыш учится застегивать одежду на себе.

Развивающие коврики и книжки нужно всегда корректировать под возраст ребенка. **Чем он старше, тем больше пуговиц (крючков, кнопок) должно быть на детали, и тем они должны быть мельче.** Чем больше мелких пуговиц на детали, тем сложнее задание и тем больше оно развивает усидчивость, настойчивость в достижении цели, сообразительность (ведь нужно еще сообразить, как завязать бант или в каком порядке зашнуровать деталь).

Подробнее о текстильных книжках Вы можете прочитать в статье [«Детская книжка своими руками»](#).

КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ОДЕВАТЬСЯ В ПРАВИЛЬНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ?



Очень часто дети путают, что за чем нужно надевать. Они могут сначала надеть ботинки, и уже надев их вспомнить, что надо было до этого надеть носки. Или сначала надеть куртку, и уже надев ее вспомнить, что под курткой должна была бы быть кофточка.

Чтобы малыш не путался, нужно сделать для него небольшую «шпаргалку в картинках». Это будет наша **модель последовательности одевания**. Можно воспользоваться такими моделями, имеющимися в Интернете или сделать свою – семейную, которая всегда особенно любима детьми.

Сделать такую модель - алгоритм очень просто. Берем фотоаппарат или мобильник и фотографируем одежду малыша на белом фоне (лист ватмана). Потом в любой программе для обработки фотографий уменьшаем размер фотографий и расставляем их в нужной последовательности. Распечатываем и вывешиваем.

Когда собираемся на улицу, то смотрим на нашу картинку – что нам дальше нужно одевать. Пусть сначала малыш Вам подсказывает, а потом он сам сможет пользоваться такой схемой. **Такая схема не только учит одеваться, но и развивает наглядно – образное мышление детей, учит их «читать» простейшие схемы.** Потом можно заменить картинки Вашими рисунками-пиктограммами.

Другой вариант схемы. Находим в сети раскраски одежды, распечатываем. Выбираем нужные нам картинки в соответствии с одеждой Вашего малыша. Раскрашиваем их вместе с ребенком, можно даже всей семьей. Наклеиваем в нужной последовательности на картон. Схема готова.

Очень важно: *схема последовательности одевания дома и в детском саду должна висеть не на уровне глаз взрослых, а на уровне глаз ребенка!* Если нет такой возможности – сделайте ее мобильной (например, прикрепите отдельные картинки в нужной последовательности с помощью UNO patafix на дверь на уровне глаз ребенка). Всегда можно будет неподходящую картинку снять и заменить, а следов

от нашего прикрепления картинки на стене или на двери не останется. В любом случае картинку всегда вывешивайте в одно и то же место, чтобы малыш привык к ней и знал, где она находится и обращался к ней сам.

Сначала Вам с малышом вместе придется часто обращаться к картинке. Потом – только чтобы проверить, всё ли правильно и исправить ошибки в одевании на прогулку. Дальше схема будет уже не нужна, малыш запомнит последовательность одевания, и схему — картинку можно будет убрать.

Когда малыш подрастет, можно **начать учить его самому определять, как лучше одеться на прогулку.** Для этого можно провести игру «Лесное радио». Вам понадобится игрушечный микрофон или предмет-заместитель микрофона и игрушки – зверюшки. А также картинки разной одежды.

Ход игры. Лесное радио (роль диктора в первых играх играет взрослый) объявляет прогноз погоды, а малышу нужно объяснить лесным малышам, как им собраться на прогулку, какую одежду нужно надеть. Для этого ему нужно выбрать подходящие картинки одежды и обуви и расставить их в последовательности одевания. Например, если будет дождь, то нам не подойдут валенки или босоножки, а нужны резиновые сапожки или туфли. Также нам нужен плащ или куртка с капюшоном.

ОДЕВАНИЕ И ИГРА, ИЛИ КАК ОДЕВАТЬСЯ ИНТЕРЕСНО.

Одевание – это очень нудный и сложный процесс для ребенка. Поэтому лучше всего превращать его в интересную игру.

1. **Паровозик.** Штанина или рукав – это туннель. В него входит наша нога или рука – это поезд.

2. **Каждая ножка – в свое окошко** (надевание трусиков). Или «каждая ножка – в свой домик» (надевание колготок)

3. **Прятки.** В прятки можно играть не только с воротом, как это было описано выше. Но могут прятаться ручки в рукавички, ножки в носочки.

4. **Зеленая или красная? Прием выбора.** Примерно в 3 года малыши проходят кризис 3 лет, и у многих родителей возникает утром проблема – малыш отказывается надевать одежду, плачет, капризничает. Что делать? Поможет прием выбора: «Ты какую футболочку сегодня наденешь – красную или желтую?» или «Ты сначала что наденешь – юбочку или кофточку?». Как только малыш получает право выбора, критическая ситуация исчезает. Для более старших детей можно заранее вместе с ребенком обсуждать и отбирать одежду на завтра.

5. **Очень нравится детям, когда в одевании на прогулку используются стихи.** Вы найдете их в статье «Стихи для самых маленьких» (см. «Стихи для одевания») и в конце этой статьи.

6. **Всегда хвалите малыша за достигнутое.** Например, девочка надела кофточку. Но пуговицы застегнула неправильно – пропустила две петли. В результате кофта одета «набекрень» и нужно исправлять ситуацию. Здесь нельзя отругать и самой маме всё исправить. Или сказать просто: «Молодец!», проигнорировав ошибку. Нужно назвать конкретно, что уже получилось и от души за это похвалить: «Катюша! Умница! Ты уже научилась сама продевать руки в рукава. Как замечательно у тебя получилось! И как быстро!» и сразу же поставить новую задачу: «А давай попробуем еще и научиться правильно застегивать пуговицы. Видишь, у тебя дырочка пропущена. И вот еще одна. Давай попробуем вместе сделать правильно – каждую пуговку отправим жить в свой домик. Где домик у этой пуговки?»

7. **Если малыш перепутал лицо и изнанку вещи, то скажите:** «Куда спрятался наш мишка? (мишка вышит на кармашке). Давай его вместе поищем. Вот

он! Нужно чтобы мы видели мишку. Давай вывернем брючки так, чтобы мишку было видно. Вот так! А теперь надень брючки. Какие умелые ручки у тебя!»

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ОДЕВАЕТСЯ НА ПРОГУЛКУ СЛИШКОМ ДОЛГО?



Во-первых, малыш всегда будет сам одеваться дольше, чем если бы мы его одевали. Он ведь еще учится.

Во-вторых, если процесс одевания на прогулку явно затягивается, то лучше всего напомнить малышу о том, что интересное ждет Вас на улице (будем лепить большую снежную бабу, играть в снежки, кататься на велосипеде и т.д.).

В-третьих, если Вы видите что малыш долго пыхтит, высунул язык от напряжения, долго пытается что-то сделать сам, а у него не получается, то естественно, что нужно ему помочь, а не принципиально настаивать на самостоятельности. Напомню, что одевание – сложный процесс для ребенка, в котором ему очень нужна поддержка взрослых, наша любовь и терпеливость. И здесь нужно найти золотую середину – что делает ребенок сам, а в чем ему нужна пока Ваша помощь, так как одеться на прогулку полностью самостоятельно для него пока не по силам.

ПОТЕШКИ И СТИХИ ДЛЯ ОДЕВАНИЯ НА ПРОГУЛКУ

Вот они, сапожки:

Этот – с левой ножки,

Этот – с правой ножки.

Если дождичек пойдет,

Наденем галошки:

Этот с левой ножки,

Этот с правой ножки.

Вот как хорошио!

Мы на пухлые ручонки

Надеваем рубашонку

Повторяй за мной слова:

Ручка – раз, и ручка – два!

Застегнем застёжки

На твоей одежке:

Пуговки и кнопочки

Разные заклёпочки.

Наденем малышке

Красные штанишки,

Теплые носочки,

А на них цветочки.

Беленькую маячку
Мы оденем Анечке,
С кружевом рубашку,
Сарафан с кармашком.
Пальтишко с пояском,
Беретку с козырьком,
И пойдём гулять,
Ножками топтать.
Топ, топ, ноженьки,
Идут по дороженьки.
Топ, топ, ноженьки,
Обуты в сапоженьки.
А сапоженьки блестят,
Каблучки у них стучат.
Раздается звонко стук:
«тук по-стук, тук по-стук.»
Как у нашей Зиночки
Поссорились ботиночки.
Их неправильно надела —
Левый справа, правый слева,
Вот они и отвернулись,
И обиженно надулись.
Их местами поменяла —
Левый влево, правый вправо.
Друг на друга смотрят мило,
Их Зинуля помирила.

Новые ботиночки (можно поменять эту строчку, например: «Синие ботиночки»,
«Желтые ботиночки», «Старые ботиночки»),
А в ботинках дырочки,
Я шнурочки продеваю,
И ботинки зашиваю.
Вот так, вот так.

Руки спрячем в рукавички —
Разноцветные сестрички.
Сможем дольше мы опять
На морозе погулять!

Раз, два, три, четыре, пять
Собираемся гулять.
Завязала Катеньке
Шарфик полосатенький.
Наденем на ножки
Валенки-сапожки
И пойдём скорей гулять,
Прыгать, бегать и скакать.
Маша варежку надела:
-Ой, куда я пальчик дела?

Нету пальчика, пропал,
В свой домишко не попал.
Маша варезжку сняла:
-Поглядите, я нашла!
Ищешь, ищешь – и найдешь.
Здравствуй, пальчик!
- Как живешь?
На мою малышку
Наденем мы штанишки.
Повторяй за мной слова:
ножка – раз, и ножка – два!
А сейчас пойдём гулять,
Будем с детками играть!

Одеваем ревушку.
Шапку - на головушку
Валенки - на ножки,
А теперь калошки.
Ты постой, не реви,
А шубейку натени!
Рукавички - невелички
Прилетели словно птички,
На правую ручку скок —
На левую ручку скок
Мы гулять пойдём,
Мы собачку найдём!
Тетка Агашка,
Сшей мне рубашку!
Надо нарядиться,
Едем прокатиться.

У нас Ванечка один,
Никому не отдадим.
Мы пальто ему сошьём,
Погулять его пошлём.
Наша Катя маленька.
На ней шубка аленька,
Опушка бобровая,
Катя чернобровая

Другой вариант этой потешки:
Валенки, валенки,
Невелички, маленьки!
Опушка бобровая,
Маша чернобровая!

Пуговички в ряд
Ровненько стоят!

*Это чья? Это чья?
Шапочка пуховая,
Шапочка пуховая,
Красивая и новая.
Это Ванечкина (имя ребенка).*

*У девочек и мальчиков
Зимою мерзнут пальчики.
Чтобы пальчики согреть,
Что на ручки нам одеть?!*

*Тушки-тутушки,
Где твои ушки?
Ушки в шапке,
Не достанут лапки.*

*После завтрака шнурок
Лёг погреться на песок,
Полежал совсем немного
И отправился в дорогу,
Погулял среди травинок
И приполз назад, в ботинок.*

*Я умею обуваться,
Если только захочу.
Я и маленького братца
Обуваться научу.*

*Юбка-юбочка,
Узкая, как трубочка.
Девочка плясать пустилась -
Юбка зонтиком раскрылась.*

При чтении этой рекомендации Вы не только узнали, **как научить ребенка одеваться**, но и перестали относиться к одеванию и раздеванию как к «скучному быту», увидели огромные развивающие возможности такого простого бытового процесса. И теперь Вы сможете с любовью и терпением **научить малыша одеваться самостоятельно**.