## Составитель: Соколовская К.А., воспитатель

## первой квалификационной категории

## МАДОУ ЦРР – детский сад

[](http://sosed-domosed.ru/wp-content/uploads/2013/02/Kak-obuchit-rebenka-gigienicheskim-navyikam.jpg)

Самые прочные привычки, формируются в детстве. Вот почему так важно с самого раннего возраста воспитывать у ребенка полезные для здоровья навыки, закреплять их, чтобы они стали привычками.

Как привлечь малыша к умыванию, одеванию?

Я предлагаю вам несколько советов и потешек которые можно легко использовать при умывании и одевании!

Распечатайте, наклейте или закрепите где вам удобно и при умывании или одевании читайте вашему ребёнку потешки и вам будет намного легче привлечь ребёнка к умывании и одеванию, так же малыш постепенно научиться самостоятельности!

**Потешка** – короткое, эмоционально окрашенное стихотворение, сопровождаемое действиями или жестами мамы и ребёнка. Для каждого случая существуют свои потешки: утренние потешки, потешки для знакомства с телом, во время кормления, купания, от слёз, пальчиковая гимнастика, на развитие чувства равновесия, перед сном. Общаться с ребёнком просто необходимо, создавая вокруг него определённую речевую среду. Потешки, развивающие крупную моторику подготавливают ребёнка к пальчиковым играм, имеющим большое значение для развития речи ребёнка. Они хороши своей простотой и эмоциональной заразительностью, учат понимать человеческую речь, помогают настроить ребёнка на нужный лад, успокоить, развеселить, ободрить, способствуют формированию и укреплению эмоционального доверия, связи между малышом и мамой.

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»](http://rodnaya-tropinka.ru/stihi-dlya-novorozhdennyh/)
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!»

  



**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 хорошо!**

****

**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.**

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

**Маша варежку надела:  
-Ой, куда я пальчик дела?  
Нету пальчика, пропал,  
В свой домишко не попал.  
Маша варежку сняла:  
-Поглядите, я нашла!  
Ищешь, ищешь – и найдешь.  
Здравствуй, пальчик!  
- Как живешь?**



**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 пойдем,  
Мы собачку найдем!**

Список используемой литературы:

Галанова Т.В. Развивающие игры с малышами до трёх лет. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Академия развития  
Интернет источник:

Read more: <http://rodnaya-tropinka.ru/odevanie-na-progulku/#ixzz4C7K93hln>