

Kalocsa Város Óvodája és Bölcsődéje



EGYÜTT – KÖNNYEBB !
(szülőknek)

EGYÜTT- KÖNNYEBB!!!...ajánlások szülőknek.....a közös nevelés sikeréhez!!

Minden szülő szeretne büszke lenni gyermekére. Szeretné, ha udvarias, illedelmes, jó magaviseletű lenne, csak valahogy a hétköznapi rohanásban nem jut elég idő erre sem.

Mi óvodapedagógusok egy szabálygyűjtemény közreadásával szeretnénk segíteni a szülőknek.

Természetesen a gyűjtemény, nem lehet teljes hiszen ahány ház, annyi szokás, így a családok változatos, sokszínű életét figyelembe véve nem tudunk mindenkire érvényes szabályokat megfogalmazni. Ezek a szabályok tehát – óvodáskorú gyermekekre vonatkoztatva - az általános emberi viselkedésformákat tartalmazzák, melyeket ki lehet egészíteni a családok sajátos szokásaival.

Az udvariassági és viselkedési szokások, szabályok kialakításához nagy szükség van a szülők és az óvodapedagógusok türelmére! A pszichológusok szerint egy-egy szabályt akár ezerszer is el kell mondani - példaadással megerősítve - mire megfelelően rögzül a gyermekben. Türelemmel, szeretettel, sok-sok dicsérettel kell tehát minden alkalmat kihasználva illemre, udvariasságra, jó magaviseletre nevelni gyermekeinket, és az eredmény nem marad el!

Gyűjteményünkben az **SZ** betű **a szabályt** jelöli, az **M** betű pedig a szabályhoz fűzött **megjegyzést**.

VISELKEDESI SZABÁLYOK A CSALÁDBAN

Alapelv: A kicsi gyermeknek se engedjük meg semmi olyan viselkedést, magatartást, amit később a nagyobbak már megtiltunk.

Alvás

SZ Ne vigyen az ágyba élő állatot, balesetveszélyes eszközt, édességet és általában ennivalót.

M Ezt a szabályt a gyermek betegsége esetén is igyekezzünk betartani.

SZ A gyermeket kis korától szoktassuk arra, hogy a saját ágyában aludjon.

M A gyermek is, szülei is jobban kialusszák, kipihenik magukat a saját fekhelyükön.

SZ A gyermekek időben feküdjenek le este, hogy jól kipihenhessék, kialhassák magukat.

M A gyermekek alvásigénye nagy, ha nem alhatnak eleget, nyugtalanok, fáradtak.

Idegrendszerüknek szüksége van a pihenésre, éjszaka és délután is.

Étkezés:

SZ Étkezés közben egyenesen üljön a gyermek, ne hintázzon, ne terpeszkedjen a széken.

M Fontos, hogy a szék és asztal magassága megfelelő legyen. A felnőttek példamutató testtartással üljenek az asztalnál.

SZ Csak a saját tányérjából vehet ki ennivalót, ne nyúljon se a mások tányérjába, se az asztalon lévő tálba.

M Ezt a szabályt a gyermeknek a családban kell elsajátítania, mert később az óvodában, iskolában a szabály be nem tartása konfliktusok forrása lehet, és közösségben a betegség terjedését is elősegíti.

SZ A gyermek csak annyi ételt szedjen a tányérjába, amennyit el is fogyaszt.

M Fontos szabály! A gyermek egyrészt megtanulja, hogy milyen mennyiség elegendő a számára, másrészt figyel arra, hogy az ételből másoknak is jusson. Az sem mellékes, hogy takarékossgot tanul, leszokik arról, hogy a nem kívánt étellel játsszon, vagy

SZ Mindig tiszta kézzel, rendezett külsővel illik asztalhoz ülni.

M Elemi szabály, több előnye is van: egészségvédelem, biztonságérzetet, kellemes közérzetet ad a tiszta arc, kéz, a rendbe hozott ruházat, a rendezett külső jobb magatartásra ösztönöz.

SZ Étkezésnél vigyázzon a gyermek a ruhájára, a terítő és a padló tisztaságára!

M E szabály betartásához fontos, hogy tudjon a tányér fölé hajolva étkezni, hogy helyesen és biztonságosan fogja az evőeszközöket, hogy nem kapkodva étkezzen hanem gondosan, figyelmesen. A szabály tanításánál a legfontosabb a folyamatos dicséret.

SZ Tanuljon meg ízlésesen, esztétikusan teríteni az étkezésekhez.

- M** Természetesen eleinte segítséggel kell terítenie, amíg meg nem tanulja az eszközök helyes megfogását, a terítéshez szükséges kellékek helyét, helyes elrendezésének módját. Utána már nyugodtan rábízhatjuk.
- SZ** **Használja a gyermek is a "kérek" és a "köszönöm szépen" kifejezéseket étkezés közben, étkezés végén mindig köszönje meg az ebédet, vacsorát.**
- M** Ha megtanulja ezeket a kifejezéseket, más területeken is alkalmazni fogja, beszéde tiszteletudóbbá válik.
- SZ** **Az evőeszközök helyes fogására sokszor kell figyelmeztetni, folyamatosan tanítani a gyermeket. Az étkezések során, papírszalvétával törölje meg a száját.**
- M** A szabály önmagáért beszél. Terítésnél soha ne feledkezzünk el a papírszalvétáról.
- SZ** **Az ivóvízzel - étellel nem szabad játszani.**
- M** Minden gyermeket úgy kell nevelni, hogy tisztelje és becsülje meg a kenyeret. Ugyanígy határozottan vegyük el tőle az ételt, ha már csak játszik vele és nem kéri.
- SZ** **Étkezés után fogat kell mosni.**
- M** Vigyázni kell a fokozatokra! A kicsi gyermek először csak öblítsen, vagy fogkrém nélkül mosson fogat, amíg meg nem tanulja a vizet kiköpni. Ezután már kaphat kevés fogkrémet is. A fogmosás helyes technikáját gondosan gyakoroltassuk!

Munka:

- SZ** **Minden gyermeknek legyen saját mindennapos feladata otthon, amit örömmel, önállóan, felszólítás nélkül végezzen el!**
- M** Ajánlott munkafajták: pizsama, ágynemű hajtogatása, játékai, eszközei elrakása, szemétkosár ürítése, ruházatának megfelelő helyre rakása, kisállatok etetése, itatása, járdaseprés, stb... Bármilyen lehet, amit szívesen csinál és maradéktalanul el tud végezni.
- SZ** **A gyermeknek illik szüleinek, testvéreinek segíteni, ha azok ezt igénylik.**
- M** A gyermekek szívesen dolgoznak, de folyamatos munkakedvüket csak dicsérettel, sikerélmények biztosításával lehet fenntartani. A gyermek soha ne érezze, hogy az ő munkája felesleges, ne végezzük el újra utána a munkát, ha ő is látja, tanítgassuk türelmesen, biztatgatva.

Szabadidő:

- SZ** **A gyermeknek meg kell tanulnia, hogy egyedül is jól játsszon, tudja elfoglalni magát!**
- M** Elképzeléseit a lehetőségekhez mérten támogatni, segíteni kell eszközök, anyagok biztosításával, a szoba átrendezésével, stb... akkor a saját élményei, fantáziája szerint játszhat, és belemerül a játékba. Természetesen nagyon fontos, hogy a szülő és a gyermek sokszor játsszanak együtt is.
- SZ** **A gyermeknek illik tiszteletben tartania szülei kérését, ne nyafogjon, ne követelőzzön, amikor szülei egymással vagy ismerősökkel beszélgetnek, esetleg olvasni szeretnének.**
- M** Ez az időszak - amíg a gyermek nem zavarhatja a szülőt - minél kisebb a gyermek, annál rövidebb legyen. Arra is vigyázni kell, a gyermek soha ne érezze azt, hogy ő nyűg lehet a szülőknek! Ha a nap többi órájában együttlétük tevékeny, szeretetteljes meg fogja érteni a szülő kívánságát.

A GYERMEK KAPCSOLATAI

- SZ** **A gyermek köszönjön az ismerős felnőtteknek, gyermekeknek.**
- M** A köszönés a kapcsolattartás és kapcsolatteremtés alapvető feltétele. Kisebbségi korban még csak az a követelmény, hogy köszönjön - akár hogyan. Később már tudjon másképpen köszönni felnőtteknek, gyermekeknek, családtagnak, idegeneknek, felszólítás nélkül.
- SZ** **A gyermekek tanulják meg - és lássák a felnőttek példájából is - hogy bemutatkozáskor a teljes nevet kell mondani.**
- M** Fontos, hogy a teljes nevet is ismerje meg a gyermek még óvodáskorban.
- SZ** **Nem illik egymástól semmit durván elvenni (pl. játékot), hanem udvariasan el kell kérni.**
- M** Természetesen előfordul, hogy hiába kéri a gyermek a legszebb szavakkal, mégsem kapja meg. Meg kell tanulniuk azt is, hogy időnként nekik is türelmesen kell várni.

SZ Jól nevelt gyermek soha nem használ durva, goromba szavakat, kifejezéseket.

M Fontos a felnőttek jó példája, ezért a felnőttek se használjanak a gyermek előtt durva kifejezéseket.

SZ Nem illik verekedni, valós vagy vélt sérelmet ilyen módon megtorolni.

M A gyermekekben nem szabad erősíteni az agresszivitást, a durvaságot. Később nagyon sok gondja lesz abból, ha azt szokja meg, hogy mindent verekedéssel oldjon meg.

SZ A felnőttek mondanivalóját illik türelmesen, engedelmesen végighallgatni. Ugyanígy meg kell hallgatni gyermektársukat is.

M A gyermek ezt a szabályt is szívesen elfogadja, megtartja, ha az a tapasztalata, hogy őt is türelmesen végighallgatják.

SZ Minden körülmények között illik igazat mondani, az adott szavunkat betartani.

M Nagyon fontos szabály! Fontos itt is a körülötte élő felnőttek jó példája

SZ Ha valakit megbántunk, megsértünk, illik őszinte megbánással bocsánatot kérni.

M El kell érni, hogy a gyermek érezze ha megbánt valakit, és addig ne nyugodjon meg, amíg ki nem engesztelte azt, akit megsértett, megbántott.

SZ Nem szabad csúfolódnni, másokat kinevetni, kigúnyolni.

M A szabály tanításánál főleg arra kell hivatkozni, hogy neki is milyen rossz volt akkor, mikor kinevették, kicsúfolták.

SZ A gyermek ne tegezzon mindenkit. Tanulja meg az udvarias beszédformát, a felnőttek megszólítását.

M A gyermekek szeretik, ha vendég érkezik. Nagyon kedvesek, ügyesek, tudnak lenni ha az alapvető dolgokra megtanítjuk őket. Pl. Az érkező vendéget kínálja helyvel: Tessék helyet foglalni. Felszólítás nélkül hozzon süteményt, üdítőt, és kínálja a vendéget. A pozitív személyiségjegyek egész halmaza kialakítható, fejleszthető ilyen módon.

VENDÉGSÉGBEN

SZ A gyermek is üljön le a felkínált helyre, és csak akkor menjen játszani, a szobában szét- nézni, ha ezt a lehetőséget a háziak felajánlják neki.

SZ Süteményből, édességből, üdítőből csak akkor szabad venni a gyermeknek is, ha meg- kínálják. Egy darabot illik egyszerre venni, és csak azt a darabot, amit megfogott.

SZ A gyermek röviden, kedvesen válaszoljon a hozzá intézett kérdésekre. Ne kényszerítsük éneklésre, versmondásra, ha nincs hozzá kedve.

VISELKEDÉSI SZABÁLYOK: utcán, üzletekben, közintézményekben, utazáskor

SZ Az áruházban, boltokban nem illik követelőzni, lármázni.

M Ha a gyermekkel előre megbeszéljük, hogy mit veszünk meg, mire van pénzünk, egyre inkább meg fogja érteni. Az viszont ne forduljon elő, hogy a gyermeknek vala- mit megveszünk, azért mert sír, toporzékol, stb..., mert ezentúl mindig azt fogja tenni, ha akar valamit.

SZ A boltban vásárolt édességet nem illik addig kibontani és megenni, amíg ki nem fizettük.

SZ Nem illik mindent megfogni, összetúrni az önkiszolgáló boltban, ha valamit véletlenül le- sodortunk a polcra, azonnal vissza kell rakni.

SZ A pultnál illedelmesen illik a kiválasztott árut kérni, megköszönni.

M A gyermekek az óvodai boltos játéknál általában megtanulják, hogy hogyan szokás illedelmesen vásárolni, a szabály rögzítéséhez a felnőttek példamutatása szükséges.

SZ A pénztárnál nem illik tolakodni, türelmesen kell a sorban állni.

SZ Sehol nem szabad szemetelni, mindenütt meg kell keresni a szeméttároló edényt.

M Sajnos sok ember nem ismeri ezt a szabályt, nem zavarja, hogy szeméttel szennyezett környezetben él. Tegyük meg mindent, hogy a mi gyermekeink ne tudják tétlenül elviselni a csúf, szemetes környezetet!

SZ A járdán a gyermeknek a belső, a fal melletti részen szabad közlekedni.

M Ez a legvédehetőbb hely. Mindig a felnőtt menjen kívül.

SZ A járdán figyelmesen haladjon a gyermek, úgy, hogy mások is elférjenek mellett Séta közben nem szabad gyermektársát lökdösni, mert komoly baleset származhat

belőle. Az utcán, közlekedési eszközön nem illik hangoskodni.

M Egyrészt: másokat zavarunk, másrészt: nem tartozik mindenkire a mondanivalónk.

SZ **Már a 3-4 éves gyermeknek is tudnia kell, hogy a zebrán óvatosan, sietve kell átkelni, akkor is, ha zöld a lámpa.**

SZ **Soha ne lépjen le a járdáról a gyermek, amíg a lámpa piros, még akkor sem, ha a fegyelmezetlen felnőttek már leléptek**

M Tanulja meg, hogy óvatosan menjen át az úttesten akkor is, ha az utca másik oldaláról hívja valaki.

SZ **Óvja az utca növényeit, a természeti és tárgyi környezetét.**

M Ne engedjük, hogy az utcáról virágokat tépjen le, hogy megtépázza a bokrokat, ráncigálja a fák ágait.

SZ **Közintézményekben is úgy illik viselkedni, hogy másokat ne zavarjunk. (Orvosi rendelő, posta, múzeum, stb...)**

M Pl.: Türelmes várakozás, halk beszéd, a múzeumban különösen óvatosan kell nézelődni semmit nem szabad megfogni, hogy ne okozzunk kárt.

ÖNMAGA IRÁNTI IGÉNYESSÉG TERÉN

SZ **A gyermek ügyeljen ruházatára. Igazítsa meg magán a ruhadarabokat, vagy ha ez nem sikerül, kérje a felnőtt segítségét. Az óvodában és otthon is a megjelölt helyre rakja ruháit.**

M Sok figyelmeztetésre van szükség! Többször kérjük azt is, hogy nézzen a tükörbe. Mindig dicsérjük, ha rendben van ruházata!

SZ **Szükség szerint mossa meg az arcát, kezét fésülködjön meg!**

M A gyermekek egy részét elég gyakran kell erre figyelmeztetni, de csak így válik belső igényévé, hogy rendezett legyen a külseje.

SZ **Naponta legalább kétszer használja a fogkefét.**

M Adjunk rá lehetőséget, hogy fogmosás után tükörben megszemlélhesse hófehér fogait. Dicsérjük meg, és biztassuk, hogy mindig ilyen szép lesz, ha rendszeresen mossa.

SZ **WC használat után mindig alaposan mosson kezet!**

M Kicsi korban ezt még nem meggyőződéssel végzi, higiéniai okokból meg kell követelni a betartását.

SZ **Felszólítás nélkül használja a zsebkendőt, ha szükséges. Köhögéskor, tüszentéskor tartsa kezét vagy zsebkendőjét orra, szája elé!**

SZ **Ügyeljen lábbelije tisztaságára!**

M Minél előbb próbáljuk bevonni a cipőtisztításba. A kezdő alkalom lehet a Mikulás-várás is, utána biztosan jobban fog vigyázni lábbelije tisztaságára.

SZ **Ünnepeken ünneplő ruhába illik öltözni.**

A KÖRNYEZET ÉS A GYERMEK VISZONYA

SZ **Az előszedett holmikát, játékszereket vissza kell raknia a helyükre.**

M Jó ha azt is megtanulja, hogy az elromlott játékszereket meg kell javítani. Ha egyedül is sikerülhet, adjunk neki ragasztót például, de nagyon jó, ha együtt javítjuk meg.

Sokkal jobban fog vigyázni utána a játékaire. Ne legyen elől egyszerre sok játék, mert akkor a rendrakás nem lesz kedvelt tevékenység. Amit megunt, el kell rakni, havonta, félévente lehet cserélni a játékokat, szívesebben játszik majd velük.

SZ **Ha játék közben bármit leejt, haladéktalanul fel kell vennie!**

SZ **Az ajtókat nem illik - nem is szabad - csapkodni!**

SZ **Az óvodában is, és otthon is óvni kell sérüléstől, piszkolódástól a körülöttünk lévő bútorokat, egyéb tárgyakat.**

M Ha a gyermek részt vesz a takarításban, bútorok lemosásában, portörülésben, virágápolásban, stb... a szabály önmagától is rögzül.

SZ **Akárhová lépünk be az udvarról, utcáról, a cipőt, csizmát alaposan meg kell törölni a lábtörőbe!**

SZ **Neveljük úgy a gyermeket, hogy legyen meg benne a hajlam és az igény arra, hogy környezetét díszítse, alakítsa, szeresse!**

AZ ÓVODAI ÉLET SZABÁLYAI

Az óvodai nevelőmunka során mi is szabályokat állítunk a gyermekek elé és azon fáradozunk, hogy sok-sok gyakorlással sajátíttassuk el velük ezeket.

Úgy érezzük azonban, hogy a családnak és az óvodának azonos elvekre épülő szabályokat kell megalkotnia és betartatnia, a gyermekek eredményes fejlesztése érdekében.

Egy jól kialakított, de rugalmas napirend, és a hozzá kapcsolódó stabil szabályrendszer biztonságot nyújt a gyermek számára, kiegyensúlyozottá teszi.

Az önállósághoz vezető út

Az óvoda az önállóság próbája a kisgyermeknek, ahol megtapasztalhatja, hogy az édesanya nélkül, sőt később, felnőtt segítsége nélkül is képes véghezvinni dolgokat. Az önállóság önbizalmat és önbecsülést nyújt neki. Rájön, hogy a "képes vagyok rá" sokkal kecsagetőbb számára, mint a "nem tudom megcsinálni", hiszen mindenki más tudja. (Főleg, ha dicséret jár a próbálkozásért is.) Meg kell tanulniuk egyedül, vagy kis segítséggel enni, öltözni, vécére menni és mosakodni.

Ezért minden lehetőséget biztosítanunk kell ahhoz, hogy kipróbálhassa saját képességeit (illetve gyakorolhassa, fejlessze azokat), és sikerélményhez jusson, önbizalomra tegyen szert. Természetesen nem kell olyasmit elvárni tőle, amire még nem képes, de ami néhányszor már sikerült egyedül is, arra lehet - kell - biztatni.

Következzék néhány gondolat az önállóvá válás lépcsőfokairól, az életkoronként elvárható tevékenységekről..

Ne feledjék azonban, hogy minden gyermeknek eltér a fejlődési ritmusa.

3 éves korban

Három éves korban a legtöbb gyermek már nappal és éjszaka is szobatiszta és egyedül is elmegy vécére, vagy szól, ha kell.

Egyedül mossa a fogát szóbeli segítséggel, ha kell, utólagos "kiigazítással."

Egyedül vagy kis segítséggel le- és fel tudja venni a bebújós ruhákat, de a gombok, madzagok, szűk holmik gondot okoznak neki.

Szebben kell már ennie, mint a bölcsisnek. A villa használatát is lehet próbálgatni.

Segítséggel bár, de el kell rámolnia saját játékait.

Hozzá kell szoknia, hogy az anya az ajtóig kíséri, onnan azonban egyedül kell bemennie a csoportba.

Miben segíthet a szülő

Ha a gyermek igyekezett, dicsérje meg, ha hajlamos elkeseredni, tapintatosan segítse.

Sok dologra még mindig emlékeztetni kell, de legyen türelmes

Mindig dicsérjen többet, mit amennyit bírál. (Ügyesen felvetted, de fordítva.) Tanítsa alapvető fogásokra az öltözködésben

Mindig az adott viselkedést bírálja és ne a gyereket ("ez nagyon buta dolog volt", nem pedig "buta vagy".) Azt kell erősíteni, hogy Ő egy jó gyermek, aki az adott pillanatban éppen rosszul viselkedik.

4 éves korban

Négyéves korára képesnek kell lennie egyedül mosakodni, fogat mosni, öltözni és vetkőzni (főleg a bebújós ruhákat felvenni, kivétel a cipő megkötése).

Viszonylag kulturáltan étkezzon, étkezés közben halkán beszéljen, figyeljen környezete tisztaságára, és a helyes evőeszközfogásra. Kóstolja meg az ételeket.

Rakja el játékokat, segítsen rendet tenni a szobában.

Végig kell tudnia csinálni egy egyszerűbb tevékenységet.

Szóban, udvariassan kell kifejeznie a kívánságait, érzéseit.

5-6 éves korban

Meg kell tudnia szervezni a saját játékát, és egyedül is játszani.

Az elkezdett feladatait végig kell csinálnia akkor is, ha már nincs kedve .

Tudnia kell egy helyben ülni és hosszabb ideig tevékenykedni.

Az öltözés, fürdés és kulturált evés már nem jelenthet gondot. Gyakorolnia kell a késsel-villával való étkezést.

Türelmesen végig kell hallgatnia mások mondanivalóját.(beszédfigyelem).

Meg kell tanulnia az udvarias, magázódó beszédet.

Miben segíthet a szülő

Legyen türelmes! Ha jó az időbeosztása, ha mindig hagy negyed órával többet a szükségesnél a váratlan dolgokra, sosem kell kapkodni az egyes tevékenységeknél

Ne siessen a segítségére, ha nem muszáj! Inkább szóban emlékeztesse az alapvető fogásokra (húzd ki a cipő nyelvét, tedd az ujjad a kérgéhez, melyik fele lesz elől..stb.)

Mindig dicsérje a próbálkozásait, erőfeszítéseit is és mutasson rá, hogy a felnőttek sem sikerül mindig elsőre.

Miben segíthet a szülő

Engedje kibontakozni, ötleteit megvalósítani.

Ne avatkozzon be túl korán, hagyjon időt a próbálkozásra, úgyis sikerülni fog - éreztesse, hogy "képes vagy rá, meg tudod csinálni!. Szóban segítsen!

Húzódjon a háttérbe, ha látja, hogy tevékenykedik: nincs szüksége léptenyomon dicséretre, szurkolásra. Hadd mélyedjen el abban, amit csinál!

Figyeljen oda és dicsérje meg a kulturált viselkedést, ez az iskolában is fontos lesz!

Mivel ezt ritkán hallja, taníthatni kell rá. Nagycsoportban az óvó nénit, majd iskolában a tanító nénit már így illik megszólítani!!

Tanácsok az óvodai öltözködés segítéséhez, a gyermek életének megkönnyítéséhez

Az óvodába kerülő kiscsoportosok nagy része tud egyedül öltözni, csak még nem igen próbálta. A mama, a papa és főleg a nagymama mindent megcsinálnak helyette, mert ez így sokkal kényelmesebb és gyorsabb, vagy mert nem feltételezik, hogy gyermekük már képes rá.

A fordítva felvett és kifordítva levett pólók, nadrágok hozzá tartoznak a tanulási folyamathoz és nem igazi hibák, hanem alkalmasak arra, hogy megmutassuk azokat a fogásokat, hogyan lehet helyesen csinálni.

Óvodáskorban még nem könnyű rájönni, hogy miként kell fogni egy pulcsit fejjel lefelé úgy, hogy majd az eleje a "hasunkra" kerüljön. Ez a folyamat évekig is tarthat, de a gyakorláshoz idő kell és nem rohanás! Tehát türelem!

Minden egyes ruhadarab akadályokat rejthet, de mi is segíthetünk, ha a korának, kezűességének megfelelő holmikát választjuk ki öltözködéséhez.

Fontos, hogy a ruhadarabokba írjuk bele a gyerekek jelét!!!!!!

Az alsónemű:

- Jó választás, ha elől érdekes minta van - ez megjelöli az előre kerülő oldalt.
- Segítség, ha előbb kiterítjük a padlóra és megkeressük a felső részt - ahol bele kell bújni, az nyúlik a gumitól.

A zokni:

- Jó választás, ha elég rugalmas.
- Segít, ha a zoknit letesszük a padlóra egymással szemben, ha lehajtjuk a szárát egészen a sarokig (a letérés nem mindenkinek sikerül). (Ez is olyan játék, amit csinálhatunk egyszerre: a gyermek az egyik, a szülő a másik zoknival foglalatoskodik. Akkor látja is közben, hogyan kell.

A nadrág:

- Jó választás a kényelmesen bő, pamut anyagú, gumis derekú, zipzár nélküli.
- Gondot a zipzárok, a gombok, pántok, csatok jelenthetnek. Gond az is, ha nem lehet megkülönböztetni, melyik az eleje és a hátulja (ha elől mintás a térdén, vagy zseb van rajta, könnyebb megkülönböztetni).

Felvenni is nehéz, mozogni sem jó benne, ha szűk a nadrág, például a farmer!

- Segít, ha kiterítjük a nadrágot, hogy látszódjon az eleje (főleg, ha ismertető jel van rajta). Vagy öltözzünk egyszerre és a magunkén mutassuk meg a póló betűzését! Ez hátul megy nehezebben. 5 éves kor alatt ne adjunk óvodába cipzáras, gombos nadrágot. Gondot okoz a WC használatnál is..
- Nem elég finomak még az ujjak mozgásai egy ilyen nehéz gomboláshoz.

Pólók és felsők:

- Jók az elől színes, mintás, hátul sima pólók. Az elég nagy nyakkivágást ellenőrizték vásárláskor.
- Segít, ha lefektetik úgy, hogy a mintás eleje van alul és a derékrész van közelebb. Tanítsák meg elsősorban arra, hogy hova kell bedugni a fejet, innen a többi már automatikusan sikerül.

A szoknya:

- Jó a gumis derekú.
- Gondok: a pántok, gombok, cipzárok.
- Könnyebb, ha leterítik a padlóra. A gyermek dugja be a lábát a derékrésznél, álljon fel és húzza fel a derekára. A póló betűzésének mozdulatait mutassák meg!

A cipő:

- Legjobb a gumis vagy tépőzáras cipők. Csak akkor kell fűzős cipőt és csatos szandált venni, ha már ügyesebb a keze (középső, nagycsoport).
- Gondok: összecseréli, szűk, letapossa a kérégt.
- Tanítsák meg leellenőrizni a saját "munkáját"! Ha jól csinálta és egymás mellé teszi a cipőket, az orra nem áll kétfelé és a csatok kívül vannak. Ha a cipőfűzőt nem lazítják ki (ezt is meg kell tanulni a picik ujjaknak), nem megy bele a lábuk. El kell sajátítani a felvétel mozdulatait is. Amikor anya adta fel a cipőt, nem kellett lehajolni. Most lustaság ide, - lustaság oda, le kell hajolni, meg kell fogni egyik kézzel a cipő nyelvét, másik kézzel a cipő kérégt.

A kabát (ing, kardigán):

- Jó választás az egyszerűen záródó, laza kabát, amiben könnyű mozogni..
- Ezt is le lehet tenni a földre, vagy vállfára akasztva is lehet szemrevételezni. Az első kezét még könnyű beledugni, no de ami a hátunk mögött lóg, az hogy jön előre?! . Most tanítsuk meg, hogy csak egyik kézzel kezdjük. Ezt bizony sokat kell gyakorolni. Lehet, hogy fogytán a türelem is, annyi sok bonyolult ruhadarab után, hiszen ilyenkor már melege is van.

Kesztyű:

- Kicsiknek csak **egyujjas a jó**. Ez segít rájönni, melyik kézre való. A tízujjasban csak összekeverednek az ujjacskák, sok bosszúság forrása, és hamar elfogy a türelem.
- A kabát ujjából **zsinóron kilógó** kesztyű a legjobb megoldás: mindig a megfelelő kéznél van és elveszíteni sem lehet. Könnyítés még, ha díszítés van a tetején.

A sapka:

- Legyen rugalmas, védje a fület és jó, ha az elejét és a hátulját meg lehet különböztetni.

A fenti tanácsok elsősorban a kiscsoportosokra vonatkoznak, de az eltérő fejlődési ütem miatt a nagyobbak szüleinek is szólhatnak.

-Igyekezzünk, hogy az öltözködés ne csak nyűg legyen mindkét félnek! Mindig a kényelem és az egyszerűség döntsen a vásárlásnál, ne csak a szépség!!!!

-Az óvodai ruhában könnyen lehessen mozogni, kúszni-mászni a szőnyegen, a meleg csoportban ne izzadjanak le - ezért kell a rövidnadrág, póló, vagy vékonyabb hosszú ujjú felső.

- Az udvaron olyan ruhára van szükség, amiért nem kár, bátran használhatja, nyúzhatja a gyermek. Ha nagyon vigyázni kell rá, mert "anya azt mondta", a legjobb játékokból marad ki. Nem mer homokozni, hemperegni a fűben, (netán sarazni) pedig ezek a legizgalmasabb játékok.

-Ezért is van szükség arra, hogy mindenből 1-1 váltás legyen a szekrényben. A nagyokkal is előfordul, hogy leesnek magukat, fogmosásnál, kézmosásnál pancsolnak, csurom vizesek lesznek.

Kirándulásnál a réteges öltözködés a jó. Legyen mit levenni, ha kimelegedtünk, jó, ha van póló és rövidnadrág a melegítő alatt.

Ünnepi viselet: a sötét alj(kék vagy fekete) és a fehér felső!!

Kedves Szülők!

Reméljük, hogy a fenti sorokban találtak segítő gondolatokat és érzékelik, hogy a hétköznapi problémákat könnyebben megoldhatjuk, ha kicsit csemeténk helyébe képzeljük magunkat.

Szeretettel:

óvó néni