

着脱に関して

0歳児

子どもの様子

ズボンは、こちらが援助することで自分から足を入れようとしたり、上着は頭から着せてもらうと腕で袖を探したりするようになります。



保育士の援助のポイント

袖や裾をたぐり寄せることで手足を通しやすくしたり、頭を通す際は頭が半分程度出る位置まで上着を上げ被せて、子どもが自分で下に引っ張って「いないいないばあ」と遊び感覚で顔を出せるようにしたりしています。また、手を通す際は肘を支えることで手が袖口に向かうようにしています。

保護者の援助のポイント

ズボンは裾の方から手を入れて足を入れる場所を示したり、上着は襟から覗き込んで「いないいないばあ」をしたりと、遊び感覚で楽しみながら進めていくと意欲的に自分から手足を動かせるようになります。

1歳児



子どもの様子

ズボンは足を通してもらい「ぎゅう」と声を掛けられると引っ張り上げる仕草をするようになり、徐々に自分で履くことが出来るようになります。上着は頭を通してもらい、袖を通す場所が分かると一人で袖を通すことが出来るようになります。

保育士の援助のポイント

時間は掛かりますが、すぐに手伝ってしまうのではなく、上手に出来なくても自分で行なおうとする意欲が見られたときには十分褒めて見守っています。発達に合わせて少しずつ援助を減らしていき、まずは自分でやったという達成感を感じられるようにしています。

保護者の援助のポイント

ズボンはウエスト部分を一緒に引っ張ることで、引っ張るという感覚を伝え、足を通すときは足が通しやすい状態にズボンを広げ「トンネルどこかな」などの言葉を掛けながら足を通すという感覚を伝えてあげてください。上着は袖を軽く引っ張り袖の位置を知らせたり、手首を持って袖口まで手を導いたりしてあげてください。

2歳児

子どもの様子

衣服の前後を意識したり、裏返す方法を覚え始めたりする時期です。思うように出来なくても最後まで自分で行なおうとする意欲が見られるようになります。



保育士の援助のポイント

時間は掛かりますが、すぐに手伝ってしまうのではなく、上手に出来なくても自分で行なおうとする意欲が見られたときには十分褒めて見守っています。発達に合わせて少しずつ援助を減らしていき、まずは自分でやったという達成感を感じられるようにしています。

保護者の援助のポイント

ズボンはウエスト部分を一緒に引っ張ることで、引っ張るという感覚を伝え、足を通すときは足が通しやすい状態にズボンを広げ「トンネルどこかな」などの言葉を掛けながら足を通すという感覚を伝えてあげてください。上着は袖を軽く引っ張り袖の位置を知らせたり、手首を持って袖口まで手を導いたりしてあげてください。

3歳児

子どもの様子

ほとんどの着脱を自分で行なえるようになりますが、サイズが小さかったり汗をかいていたりすることで脱ぐことが難しくなります。前後を間違えずに衣服を着ようとしますが、上手く着ることができず前後逆になることも多い時期です。



保育士の援助のポイント

衣服の前後を鏡で確認するよう声を掛けたり、ラベルを見るよう伝えたりして子ども自身が気付いて着替え直すことができるようにしています。あまり声は掛けず、子ども自身が頑張っている姿を認め、時に褒めることで自信に繋がるようにしたり着脱の方法を知らせたりして、最後まで子ども自身で行なえるようにしています。

保護者の援助のポイント

やってあげるのではなく、着脱の方法を繰り返し知らせながら自分でできたという達成感に繋げてあげてください。子どもの「自分でできる」という気持ちを褒め、見守ってあげてください。

4歳児

子どもの様子

衣服の着脱がスムーズになり、小さいボタンやジッパーがある衣服でも自分で着脱しようとするようになります。保育者や友だちに指摘されると自分で鏡の前に行き、前後・裏表を確認できるようになります。



保育士の援助のポイント

下着が出ていないか、襟が整っているかなどを鏡を使って自分でチェックするようにしています。ボタンやジッパーのある服は丁寧に着脱の方法を知らせたり手本を見せたりしています。

保護者の援助のポイント

着脱しやすい衣服だけでなく、ボタンやファスナーのある洋服も用意してあげてください。朝、自分が着る衣服の準備や着替えをゆっくり行なう時間を持ってあげてください。

5歳児



子どもの様子

脱ぎ着しやすい方法を自分で考えながら、ボタンやファスナーの開け閉めもスムーズに行なうことが出来るようになります。また暑さ・寒さなどの気温の変化に気付き、衣服の調節ができるようになります。

保育士の援助のポイント

紐の結び方やボタンの留め方、また衣服の乱れを自分で確認できるようなポスターを掲示し、子どもがそれを見ながら行なえるようにしています。また、室温計の見方を知らせて、気温や湿度にも興味を持てるようにし、イラストカードを使って自分の服装を見直せるようにしています。

保護者の援助のポイント

着脱しやすい衣服だけでなく、ボタンやファスナーのある洋服も用意してあげてください。朝、自分が着る衣服の準備や着替えをゆっくり行なう時間を持ってあげてください。