

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 15 «Пчёлка» станицы Пшехской МО
Белореченский район
(МАДОУ Д/С15)

Консультация для родителей

«Одежда детей летом»

**Подготовила: педагог-психолог
Руднева Н.Н.**

Ст. Пшехская
2023 г.

Лето - та пора, когда детям больше всего хочется побегать, придумать новые активные игры, наблюдать за тем, что их окружает. Лето - это время, когда ребенок проводит больше времени на улице. Для этого необходимо следить за тем, чтобы одежда для летних прогулок, занятий на свежем воздухе соответствовала погодным условиям и была комфортной для ребёнка. Чем же необходимо руководствоваться при ее покупке? Сейчас мы поговорим о том, какая одежда предпочтительней для ребенка летом.

Среди мероприятий, направленных на укрепление здоровья и улучшение физического развития ребёнка, немаловажным является соблюдение гигиенических требований к его одежде.

Во-первых, нужно определить, для чего нужна та или иная одежда, какие функции она должна выполнять.

Во-вторых, (если это одежда для прогулок) определить её износостойкость. При выборе одежды для ребенка старайтесь не покупать слишком дорогие модели. Не забывайте, что ребенок не сможет оценить стоимость вещи. Во время прогулок, ребенок никогда не сидит на месте, ему везде нужно ползать, везде нужно посмотреть и сунуть свой нос, ведь, ой как хочется многое узнать! и запросто сядет в ней на траву, испачкает или даже может порвать во время активной игры. Лучше отдать предпочтение недорогим моделям, чем постоянно одергивать ребенка, запрещая ему бегать и прыгать. Поверьте, что он не ощутит никакой радости от этого, даже если будет одет в самую модную одежду. Наоборот, у него может развиваться неприятие дорогой красивой одежды, он станет воспринимать ее как препятствие к играм.

В-третьих, летняя детская одежда обязательно должна быть сшита только из натуральных тканей. Синтетика при длительном контакте с кожей ребенка может вызвать раздражение и даже аллергию. Ненатуральные ткани, как правило, неприятны на ощупь, поэтому ребенок не сможет полностью получать удовольствие от прогулки, будет постоянно отвлекаться от «очень важных дел». Хотя вещи из натуральных материалов, безусловно, стоят дороже, это оправдывается хорошим настроением вашего ребенка.

В общем, после прогулок в синтетике, вместо хорошего настроения и положительных эмоций, можно получить сплошной негатив и раздражение на коже вашего малыша. Отдавая предпочтение натуральным тканям, вы обеспечите детскую кожу хорошей циркуляцией воздуха. У синтетических тканей нет таких качеств и свойств, по этой причине в ней очень жарко и кожа совершенно не «дышит». Плюс ко всему, такой материал очень плохо впитывает влагу, и пот на детской коже вызывает раздражение, а иногда даже аллергию. Синтетика имеет свойство очень хорошо намагничиваться, что может негативно сказываться на здоровье вашего ребенка, а в частности на его кровообращении и нервной системе.

Одевая ребенка летом, ни в коем случае не забывайте о головном уборе. Это может быть шапочка, косынка или бандана. Головной убор предотвратит от перегревания и защитит от теплового и солнечного удара.

Чтобы ребёнку ничего не мешало играть, выбирайте летнюю одежду без рукавов, различные маечки, шорты и так далее. Девочкам очень хорошо подойдут легкие платья и сарафаны, так же юбочки. Мальчика можно одеть в майку или футболку, шорты или легкие бриджи.

В полдень, когда активность солнца достигает своего максимума, не следует надевать на ребёнка очень открытую одежду (топики, сарафаны, майки) т. к. в ней тело в большей степени подвержено воздействию солнечного излучения. Лучше отдать предпочтение лёгким комплектам и платьям, выполненным из натуральных материалов.

Чтобы во время прогулки определить, жарко ли ребёнку, нужно провести рукой между его лопатками: если спина приятно тёплая, но не вспотевшая, значит ему комфортно.

Отдавайте предпочтение тем маркам детской одежды, о которых есть положительные отзывы других родителей. Делать покупки лучше в проверенных детских магазинах, где за качество детской одежды могут поручиться.

Проследите, чтобы в одежде не было тугих резинок, они могут препятствовать кровообращению в конечностях малыша. Лучше всего, если застежки на детской одежде позволят малышу одеваться самому: молния, веревочки отлично подойдут для того, чтобы ребенок учился самостоятельности.

Итак, подведем итог, какой должна быть летняя детская одежда:

1. Выбирайте вещи только из натуральных тканей — они лучше дышат, хорошо впитывают пот, и не вызывают раздражения;
2. Меньше деталей - в таких вещах ребенку удобно бегать и играть;
3. Обязательно запаситесь головным убором для своего малыша, так как он защитит от перегрева, теплового и солнечного удара;
4. Покупайте детскую одежду у проверенного производителя.
5. Старайтесь не покупать слишком дорогие модели.

Обувь в детском саду:

- обувь должна быть легкой и удобной;
 - должна защищать ножку ребенка – мысы закрыты, чтобы случайно не поранить пальчики, подъем стопы должен быть защищен;
 - ребенок должен сам уметь надеть обувь.
- Стоит не забывать о том, что самые удобные застежки на обуви для ребенка – липучки.

На прохладную погоду стоит руководствоваться тем же принципом – если кроссовки, то на липучках, обувь без шнурков, молний и завязок. Ведь на каждый день в детский садик детям нужно что-то удобное.

Футболки для детского сада:

Стоит выбирать футболки без кнопок сзади и на плечах, без завязок и пуговиц – чтобы ребенку достаточно было натянуть футболку на голову. Также немаловажным фактом является достаточный разрез для головы, чтобы голова не застревала, и ребенку было удобно одеваться.

Джинсы, шорты, штанишки:

Стоит покупать штанишки без пуговиц, ремня и молнии. На резинке. Да, возможно, это не так красиво, зато очень удобно! Особенно малышам. Все дети стоят в очереди к воспитателю застегнуть штанишки, а ваш ребенок уже оделся, к тому же самостоятельно!

Юбку или шорты?

Для девочек нужно предусмотреть наличие штанов или шортиков в шкафчиках, для того чтобы гулять на улице.

Головной убор:

Нужно помнить о том, что по правилам ДОО детям запрещено выходить на площадку без головного убора. Летом это могут быть панамки или бейсболки.

Красивые платочки не так удобны, как может показаться на первый взгляд. Завязки и ленточки мешаются, головные уборы соскакивают. Самыми удобными остаются бейсболки и панамки.

Бейсболка – удобна для мальчиков. Это яркий и нарядный головной убор, в котором мальчишки гуляют с удовольствием. Выбирая бейсболку, нужно обратить внимание на материал – сеточка подходит для прогулок в жаркие дни. Хорошо, если есть удобная регулировка сзади.

Девочкам тоже можно подобрать нарядные "девчачьи" варианты бейсболок. Или же рассмотреть варианты панамок. Девочкам очень нравится гулять в красивых ярких панاماх.

Запас одежды:

Всегда нужно иметь необходимый минимум одежды в шкафчике ребенка – трусы, колготки, носки, футболки.

Дорогие родители, собирая ребёнка в детский сад, помните о том, что в течение дня температура воздуха может измениться. Как правило, в утренние часы она ниже, чем в полдень. Поэтому необходимо подбирать одежду так, чтобы ребёнок мог снять часть её в случае необходимости.

*Уважаемые родители, берегите своих детей!
Приятных прогулок Вашим детям.
Отличного летнего отдыха Вам и Вашим деткам!*