

Одежда для прогулки в холодные периоды:

Раздельный или слитный комбинезон — выбор за Вами, но помните: чтобы избежать перегревания во время сборов на прогулку,

детей приучают одеваться поэтапно:

*вначале «низ» — колготки, брюки,
носки;*

*затем «верх» — свитер, шапка
и в последнюю очередь куртка.*

Поэтому желательно купить раздельный комбинезон.

Если у вашего ребенка слитный комбинезон, то ему придется ждать других детишек одетым, и он сильно вспотеет перед выходом на улицу. А это всегда увеличивает риск возникновения простуды. Штаны должны быть в первую очередь непромокаемые, это очень важно на прогулке.

Шапка:

- Шапка должна быть удобная, она не должна топорщиться, сваливаться на бок или съезжать. При выборе шапки нужно соблюсти баланс: чтобы максимально плотно прилегала к голове, но при этом не жала.
- В саду рекомендуются шапки с завязками, так как уши будут спасены от продувания.

Варежки:

- Для детей младшего возраста варежки более удобны, чем перчатки.
- Перчатки предназначены для более взрослых детей.
- Для того чтобы варежки не потерялись, их сшивают резинкой.



Головные уборы для прогулки в летний период:

- Обязательны головные уборы: панамка, бейсболка.
- Выбирая бейсболку, обратите внимание на материал и цвет.



Об этом нельзя забывать!

Детям одинаково вредно как перегреваться, так и переохлаждаться. Большое значение имеют индивидуальные особенности ребенка.

Детей нужно одевать не теплее, чем одеваются взрослые, а возможно, даже легче. Они мерзнут меньше, чем взрослые так как больше двигаются.

Правильно одеть ребенка означает в большой степени обезопасить его от простудных заболеваний, дать возможность свободно двигаться и комфортно себя чувствовать.

МБДОУ «Детский сад №234 г.Челябинска»

Памятка для родителей

**«Выбор одежды для
ребенка в детский сад
очень серьезно!»**



Подготовила: Бармотина Вероника Максимовна
воспитатель группы «Почемучки»

Уважаемые родители!

Ваша задача – облегчить жизнь самому ребенку, а потом уже воспитателю. Если вы грамотно подберете малышу гардероб, ему не придется стоять длинную очередь к воспитателю или помощнику воспитателя, чтобы они помогли ему застегнуть, одеть, снять...

Как это ни странно, грамотный выбор родителями одежды для малыша очень способствует легкой адаптации ребенка к детскому саду. В этом деле мелочей не бывает.

Вдумайтесь, если вы попали на какие-нибудь занятия и чувствуете себя всегда отстающим, у вас ничего не получается, вы будете с удовольствием туда ходить?

Нужно максимально упрощать в детском саду, малышу, который начинает понимать, что каждый человек должен уметь сам одеться и начинает учиться этому непростому делу.

Скоро в садик. Теперь каждую вещь, которую вы покупаете ребенку, критически разглядываем – сможет ли малыш надеть ее сам? Именно с этим критическим подходом теперь совершайте все ваши покупки.

Прежде, чем расплатиться на кассе, спросите себя: “Сможет ли мой ребенок (Саша, Ваня...) надеть эту обновку сам?”

Помогаю я ему этим выбором адаптироваться в детском садике или мешаю?”



Общие рекомендации по выбору

одежды и обуви:

1. Предпочтите вещи, которые ребенок сможет одеть самостоятельно.
2. Вместо пуговиц на одежде отдайте предпочтение липучкам и кнопкам. Если Вы оденете ребенка в сад в одежду с пуговицами – заранее научите самостоятельно застегивать и расстегивать пуговицы.
3. В целях предотвращения травм лучше отдать предпочтение одежде, не украшенной дополнительными мелкими деталями (*такими как, бисер и разнообразные украшения*).
4. Если есть шнурки на одежде или обуви – обратите внимание на умение ребенка их завязывать.
5. Обувь необходимо подбирать точно по размеру (*она должна четко фиксировать стопу*), избегать «*сложных*» застежек (*лучше отдать предпочтение застежкам-липучкам*). Иметь закрытую пятку и носок, фиксацию голеностопного сустава.
6. Одежда и обувь должна быть удобной, изготовлена из натуральных тканей.



Одежда для группы.

Одежда для пребывания в группе должна быть максимально удобной, не сковывающей движения ребенка.

Одежда для мальчика:

- Для игр и занятий в группе, лучше приобрести шорты на резинке и носочки
- Еще немаловажный факт – достаточный разрез для головы, чтобы голова не застревала.
- В группе можно с коротким рукавом.

Одежда для девочки:

- Для девочки идеально подойдет сарафан на резинке или юбка (*желательно, чтобы на ней также не было никаких молний и пуговиц*), носочки и футболка.

Обувь в группу:

- Обувь должна быть легкой (*в группе тепло*).
- Она должна защищать ножку ребенка – мысы закрыты, чтобы случайно не поранились пальчики, подъем стопы защищен.
- Ребенок должен сам уметь ее надеть.
- Самые удобные застежки на обуви для ребенка – липучки.

Одежда для занятий физкультурой:

Используются футболка белая, черные шорты и белые носки. Одежда не должна сковывать движения.