

«Как правильно одеть ребенка в детский сад»

Уважаемые родители!

Подойдите к выбору одежды для ребенка в детский сад очень серьезно!



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

Общие рекомендации по выбору одежды и обуви для посещения детского сада:

1. Предпочтите вещи, которые ребенок сможет одеть самостоятельно (это будет удобно не только ребенку, но и воспитателю, т. к. значительно облегчает процесс переодевания).
2. Вместо пуговиц на одежде отдайте предпочтение липучкам и кнопкам. Если вы оденете ребенка в сад в одежду с пуговицами – заранее научите его пользоваться такой одеждой – 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 шнурочки 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). Наиболее удобны в детском саду сандалии, также в качестве сменной обуви для группы можно использовать тапочки с закрытой пяткой).
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, для мальчика лучше приобрести шорты на резинке и колготки, либо удобные брюки и носочки, а также футболку и теплую кофту, которую он может одеть в детском саду самостоятельно, не прибегая к помощи воспитателя.

Мягкие трикотажные брюки удобнее, чем жесткие джинсы и джинсовый комбинезон.

Футболка или трикотажный джемпер предпочтительнее, чем рубашка.

Еще немаловажный факт – достаточный разрез для головы, чтобы голова не застревала.

В группе можно с коротким рукавом. Зимой можно с длинным.

Одежда для девочки: Для девочки идеально подойдет *сарафан на резинке* или юбка (желательно, чтобы на ней также не было никаких молний и пуговиц, а также футболка и теплая кофта, которая не будет вызывать проблем с застегиванием пуговиц).

Обувь должна быть удобной и легкой. Перед тем как отправить ребенка в детский сад с новым комплектом сандалий, убедитесь в том, что он в состоянии одеть и снять их без вашей помощи. Если у ребенка все получилось, значит, он справится с этой задачей и в детском саду.

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. Поэтому, это должны быть сандалии с закрытыми мысами и высокой пяткой, желательно еще и с супинатором.

Если на сандалях ребенка сложные застежки – научите ребенка ими пользоваться.

Самые удобные застежки на обуви для ребенка – липучки.

Одежда для сна

Для «тихого часа» хорошо подойдет одежда, в которой ребенок обычно спит дома: майка и трусики, пижама, ночная рубашка. Главное, чтоб ребенку было комфортно отдыхать.

Одежда для занятий физкультурой

В основном для занятий физкультурой используют футболки, маечки, шорты или лосины. Одежда не должна сковывать движения. Из обуви отдают предпочтение спортивным тапкам и чешкам. Эта обувь удобна и легка в переобувании.

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, ботинки; 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. Так же будет хорошо, если у них будут штрипки (они будут удерживать штанину от задиранья).

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 не рекомендуются шапки с завязками. Самостоятельно ребенок до пяти лет завязать их (так, чтобы нигде не дуло) не сможет. А создавать очередь на «завязывание» шапок к воспитателю неправильно.

«Просто шапка» – без завязок и какой-либо фиксации на голове – тоже неудобна, будет съезжать, уши будут открыты. Такие модели можно покупать только на межсезонье, когда на улице уже практически тепло.

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.

Желательно чтобы варежки были непромокаемые.

Головные уборы для прогулки в летний период: Обязательны головные уборы: панамка, бейсболка.

Выбирая бейсболку, обратите внимание на материал: в качестве подкладки лучше всего подходит сеточка (ребенку будет комфортно в жару, сзади должна быть удобная регулировка по обхвату головы).

Обязательно наличие комплекта сменной одежды (колготки, носочки, нижнее белье).

Детям одинаково вредно как перегреваться, так и переохлаждаться.

Большое значение имеют индивидуальные особенности ребенка. Малоподвижный, постоянно зябнувший ребенок должен быть одет теплее, чем активный.

Об этом нельзя забывать!