

Рекомендация для родителей

«Как правильно одеть ребенка в детский сад»



**ДОБРО
ПОЖАЛОВАТЬ**
в наш
Детский Сад!



Цель: формирование понимания родителями важности правильно подобранной одежды, как залог здоровья и безопасности ребенка.

Уважаемые родители!

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

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 пуговики.

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. Для детей младше 4х лет шнурки не рекомендуем!

5. Обувь необходимо подбирать точно по размеру, она должна четко фиксировать стопу, избегать «сложных» застежек, лучше отдать предпочтение застежкам-липучкам.

6. Одежда и обувь должна быть удобной, изготовлена из натуральных тканей.

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



Одежда для занятий физкультурой



В нашем детском саду есть физкультурная форма. Это белая футболка, черные чешки, черные шорты.

Одежда для прогулки в холодные периоды

Комбинезон

Раздельный или слитный комбинезон – выбор за Вами, но помните: чтобы избежать перегрева 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 задираания).

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.

Так же, как и прочая одежда, шапка не должна вызывать сложностей при одевании у вашего ребенка. Для прогулки лучше всего подходит шапка-шлем, так как она не только закрывает

уши, но и горло и ребенок будет застрахован от простуды, даже если неправильно оденет шарф.

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.



Обувь в группу

Обувь должна быть легкой.

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, чтобы ребенку было комфортно отдыхать.

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).

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



Об этом нельзя забывать!

Детям одинаково вредно как перегреваться, так и переохлаждаться. Большое значение имеют индивидуальные особенности ребенка. Малоподвижный, постоянно зябнувший ребенок должен быть одет теплее, чем активный. Детей нужно одевать не теплее, чем одеваются взрослые, а возможно, даже легче.

Одевая ребенка, помните, что дети мерзнут меньше, чем взрослые, так как больше двигаются!

Одежда для группы:

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

Отдавайте предпочтение одежде, без лишних аксессуаров: поясов, брошей, шнурков и т.д.

Футболки, платья не должны быть с узким горлом, чтобы ребенок с легкостью мог снять одежду.

Резинки на шортах, юбках, штанах не должны давить ребенку на живот или, наоборот, чтобы ребенок не подтягивал их постоянно, из-за слабой резинки.

Джинсовую одежду в группу нельзя!



Ребенок в группе должен быть одет так, чтобы одежда его не отвлекала!

Главное правило – это опрятность!

Рекомендуем: хлопковые футболки с разными рисунками, без бисера, бус и других мелких предметов, трикотажные платья, трико, трикотажные шорты, хлопковые носки, юбки.

Всегда проверяйте, хорошо ли пришиты пуговицы!