

Консультация для родителей «Одежда детей в группе и на улице»

При подготовке ребенка в детский сад, встает очень важный вопрос: Какая одежда понадобится малышу в детском саду? Причем родители понимают, что одежды должно быть много и разных комплектов, т.к. дети в детском саду находятся не только в группе, но и ходят на прогулки, занимаются спортом, и т.д. Только родители решают, во что будет одет ребенок - всё сугубо индивидуально. Каждый из родителей без сомнения хочет, что бы его ребенок оставался здоровым и счастливым в течение всего времени пребывания в садике.



Общие рекомендации по одежде для Ваших малышей

1. У детей в шкафчике должен быть как минимум один запасной комплект одежды: сменная футболка, трусики (шортики) и носочки не будут лишними (ведь ребенок может просто вспотеть).
2. Если в детском саду жарко - подбирается легкий комплект одежды (например, футболка, шортики, юбочка, гольфы); если холодно – более теплый (кофта, свитер, колготы, брюки).
3. Понадобятся несколько комплектов одежды и обуви – для простого нахождения в группе, для сна, для занятий физкультурой, для прогулок.

Одежда детей на улице

Ежедневные прогулки очень важны для малыша, они укрепляют ребенка и способствуют хорошему развитию. Сложная одежда забирает много времени от прогулки (26 детей, прогулка будет намного короче из-за сложного одевания детей).

Для ребенка необходима одежда, соответствующая времени года, погоде, температуре воздуха, как наружного, так и комнатного. Чрезмерно теплая одежда вызывает перегревание организма, ребенок потеет, а затем при малейшем воздействии свежего воздуха происходит переохлаждение, приводящее к простуде. Одетый в слишком легкую одежду, малыш мерзнет, испытывает неприятные ощущения, и организм его вынужден в ущерб здоровью приспособляться к неблагоприятным условиям.

Погода очень переменчива, поэтому тщательно готовьтесь к походу в детский сад: продумывайте, как одеть ребенка и что взять с собой. Перед сборами в детский сад всегда поинтересуйтесь прогнозом погоды. Ребенку все равно, когда радоваться жизни: и летом, и зимой, и осенью малыши носятся и резвятся. Главное – обеспечить им комфорт для таких игр, не дав ни замерзнуть, ни промокнуть, ни запутаться в одежде и не упасть из-за одежды.

Также всем родителям надо помнить, что для ребенка одинаково вредно и перегревание, и переохлаждение. Для прогулок, одежду необходимо подбирать по сезону. При подборе одежды например для прогулок нужно иметь в виду индивидуальные качества малыша. Например, если ребенок малоподвижный, то запасная кофточка лишней не будет, если же он активный, то укутывать его абсолютно не стоит. При усиленных движениях увеличивается температура тела, и если в одежде ребенку жарко, то он начинает потихоньку потеть, что при ветреной погоде вредно и может повлечь за собой простудные заболевания, а также стать причиной появления сыпи и раздражения. Так же нельзя упускать из вида одевая ребенка в детский сад выбор правильного головного убора. Летняя панамка или шапочка, необходима в жаркую погоду, в ветреную и холодную погоду проконтролируйте, чтобы уши и шея ребенка были плотно закрыты. Научите дошкольника одеваться правильно, чтобы он до того как отправиться на улицу не вспотел. Также уделите внимание тому, чтобы не терялись рукавички (правильнее всего пришить на резинку). Вдобавок одежда, также как и обувь должны быть обязательно подписаны, чтобы не произошло путаницы.

Летнее время года:

В жаркую погоду необходимо носить одежду из хлопчатобумажной ткани, которая обеспечивает быструю отдачу тепла и предохраняет от перегревания. Летом в теплую солнечную погоду дети могут ходить в легких однослойных костюмчиках без рукавов или сарафанчиках, на голове должна быть панамка из светлой ткани или шапочка с козырьком для защиты от солнца.

Весеннее, осеннее время года:

Весной и осенью в дождливую погоду верхняя одежда должна быть из непромокаемого материала с подстежкой, обладающей хорошими теплозащитными свойствами. Очень удобны куртки или комбинезоны на синтепоновой подкладке: они легкие, достаточно теплые и, что немаловажно, легко стираются и быстро сохнут. Количество слоев одежды между бельем и курткой зависит от температуры воздуха.

Если на улице холодно, вместо одной толстой теплой вещи лучше надеть две легкие и менее теплые. Между слоями одежды создается воздушная прослойка, что способствует сохранению тепла. Более тонкие вещи не стесняют движения и меньше весят, что для ребенка очень важно.

Зимнее время года:

Верхняя зимняя одежда защищает детей от холода, ветра и влаги, поэтому должна состоять не менее чем из двух слоев: нижнего – теплозащитного и верхнего -

ветрозащитного, предохраняющего от проникновения под одежду наружного воздуха. Конструкция зимней одежды должна обеспечивать большую герметичность, исключаящую поступление холодного воздуха через застежки, воротник, рукава.

Покрой одежды имеет большое значение для профилактики переохлаждения. Комплект из куртки и полукombineзона (утепленные брюки с грудкой и спинкой на лямках) наиболее удобен. Куртки при активных движениях ребенка (наклонах, подъемах рук вверх) поднимается, обнажая поясницу, а спинка полукombineзона ее прикрывает. Цельнокроеный комбинезон не подходит для прогулок детей дошкольного возраста: он сковывает движения, его неудобно одевать и труднее вычистить, высушить после прогулки. Между бельем и верхней одеждой (в зависимости от погоды) могут быть рубашка и свитер или только рубашка, колготки и рейтузы или только колготки.



В прохладную погоду, а также зимой при отсутствии сильных морозов детям рекомендуется носить вязанные шапки, хорошо прикрывающие лоб и уши. В сильные морозы для плотного прилегания под теплую шапку следует надевать тонкую трикотажную шапочку с ушками, которая завязывается под подбородком. Хорошей защитой от ветра служит капюшон куртки, надетый поверх шапки.

Одежда для ребенка в группе

1. Одежда малыша должна быть удобной, сшита из натуральных тканей. Один из важных факторов при подборе одежды – это температура, которая поддерживается в группе. Необходимо одевать детей исходя из этого

2. Нужно отдавать предпочтение таким вещам, большинство из которых ребенок сможет одеть самостоятельно (это удобно не только ребенку, но и воспитателю, т.к. значительно облегчает процесс переодевания). Также всевозможные кнопки, молнии на брюках обременяют посещение туалета. Одежда и обувь для ребенка должна подбираться с учетом того, чтобы без затруднений малыш мог снять самостоятельно ту или иную вещь.

3. Пуговицы на одежде лучше исключить, отдать предпочтение липучкам и кнопкам.

4. Одежда должна быть, как можно меньше украшена различными бусинками и мелкими деталями, прежде всего, в целях безопасности. Одежда должна иметь карман для носового платка, резинки не должны сжимать никакие части тела.

5. Обувь необходимо подбирать точно по размеру (она должна четко фиксировать стопу), избегать «сложных» застежек (лучше отдать предпочтение застежкам-липучкам). Наиболее популярны в детском саду – сандалии, также в качестве сменной обуви для группы можно использовать тапочки с закрытой пяткой.

6. Старайтесь, чтобы одежда не затрудняла движения, дыхание и кровообращение ребенка, одежда должна быть для ребенка комфортной. Она не должна стеснять малыша, уделите внимание тому, чтобы ребенок свободно чувствовал себя в тех или иных вещах

7. Подбирайте фасон детского платья такой, чтобы он был простым, красивым и соответствовал своему назначению, не повторяйте варианты моды взрослых, так как при этом детская одежда теряет свою привлекательность. Джинсовые вещи желательно сменить платьем или брюками из мягких тканей.

8. Должны быть Запасные майка и трусики, если ребенок маленький, нужно двое, а также носочки и колготки.

9. Обувь: необходима групповая обувь, и обувь спортивная. Для выбора обуви необходимой для группы следует обратить внимание на такие факторы как: мягкость и удобность. Идеально для этого подойдут тапочки с фиксирующей резинкой или с застежкой на липучке. Обувь не должна быть тесной, при тесной и неудобной обуви у ребенка нарушается кровообращение при сдавливании кровеносных сосудов. В холодную погоду ноги замерзают быстрее. Так же сильно свободную обувь приобретать не рекомендуется, так как она будет приносить неудобства, затрудняя движения.



Кроме того, ребенок в детском саду спит и занимается физкультурой, исходя из этого следует подбирать одежду для этих занятий:

Сон:

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



Физическая культура:

Занятия спортом требуют сменного комплекта. В основном для занятий физкультурой используют футболки и шорты. Одежда не должна сковывать движения. Из обуви отдают предпочтение спортивным чешкам. Эта обувь удобна и легка в переобувании.

И самое главное – одежда должна быть чистой, красивой, яркой и вызывать у ребенка радость и хорошее настроение.



Воспитатель первой
квалификационной категории
Мухитова Гелиня Абзаловна