

Консультация для родителей

«Удобный гардероб для детского сада»

Собирая ребенка в детский сад, подумайте о том, удобно ли ему будет самому одеваться, удобно ли будет это делать воспитателям, которые на протяжении всего дня находятся с вашими детьми. Одежда для пребывания в группе должна быть максимально удобной, не сковывающей движения ребенка. Только вы решаете, в чем будет одет ваш ребенок, все сугубо индивидуально. Однако существуют общие рекомендации.

Рекомендации для создания комфортных условий пребывания ребенка в детском саду:

В шкафчике должно лежать не менее трех комплектов сменного белья. Пакет для использованного белья.

Мягкие трикотажные брюки удобнее, чем жесткие джинсы и джинсовый комбинезон. Футболка или трикотажный джемпер предпочтительнее, чем рубашка.

Ношение комбинезонов нежелательно, лямки комбинезонов затрудняют переодевание ребенка и создают неудобства при посещении туалета.

Всю одежду не обходимо промаркировать.

Опрятный вид, застегнутая на все пуговицы одежда и обувь.

Умытое лицо.

Чистый нос, руки, подстриженные ногти.

Подстриженные и тщательно расчесанные волосы (если у девочек длинные волосы нужно заплести их в косу).

Чистое нижнее белье.

Одежда должна соответствовать размеру ребенка.

Обувь должна быть легкой, соответствовать ноге ребенка, легко сниматься и надеваться, имеет фиксированную пятку, невысокий каблучок, желательно на застежке.



Отдельно поговорим о «правильной обуви»

Желательно покупать качественную обувь, имеющую сертификаты качества. Верх обуви должен быть сделан из материалов, пропускающих воздух, - кожи, замши, текстиля. По возможности старайтесь избегать синтетических материалов. Перед покупкой проверьте внутреннюю поверхность туфель: там не должно быть грубых швов или неровностей.

Подошва обуви должна быть плотной, не гибкой, но податливой для амортизации при ходьбе. При абсолютно плоской подошве сложнее сохранять равновесие при ходьбе. Для нормальной осанки и правильного формирования свода стопы нужен небольшой каблук. Задник должен быть высоким, плотным и сплошным, без швов и складок. Выбирайте обувь с широким круглым носом, чтобы пальцы ног могли двигаться свободно. Тесная обувь может привести к изменению формы стопы, способствовать вращению ногтей, образованию мозолей. Сдавливая кровеносные сосуды и нарушая кровообращение, тесная обувь в холодное время способствует охлаждению ног. Слишком свободная обувь также нежелательна, так как она затрудняет движение, вызывает потертости ног, в обуви «на вырост» ребенок чаще падает, у него нарушается осанка. Обувь должна подходить по размеру - внутренняя длина ботинка должна быть на 1 см превышать длину стопы стоящего ребенка. Стопа и пальцы не должны быть сдавлены.

Ноги малыша растут быстро, его первые башмачки быстро станут ему малы. Следует чаще проверять, удобно ли он себя чувствует, и когда вы убедитесь, что, большой палец ножки малыша касается носка ботинка (в положении ребенка стоя), нужно покупать ему новую пару обуви.

