

«Как правильно одеть ребёнка летом?»

Лето - благоприятная пора для закаливания, прогулок, подвижных игр на свежем воздухе, наблюдений за окружающей природой. Очень важно продумать одежду для ребёнка в летний период.

Одежда должна соответствовать погоде, позволяя активно проводить время на свежем воздухе, должна обеспечивать комфорт движений и удобство во время подвижных игр. Сейчас мы поговорим о том, какая одежда предпочтительней для ребенка летом.

Общие рекомендации:

Для любой мамы очень важно знать, что ее ребенку в детском саду комфортно. Одежда и обувь очень влияют на этот показатель. Выделим некоторые условия выбора деталей гардероба малышу:

- 1.** Покупайте только те вещи, которые ребенок сможет надеть самостоятельно. Вы должны понимать, что в группе, помимо вашего малыша, есть еще 2 десятка детей. Психологический фактор «отстающего» может отложить неприятный след в ощущениях ребенка, если он окажется не способным обслужить себя сам, когда другие уже с этим справляются.
- 2.** Комфорт в движениях. Не стоит при размышлении, как одеть ребенка в детский сад, выбирать те вещи, которые склонны сковывать ребенка во время игр, сна, творчества, гигиенических процедур. Не допускайте слишком длинных рукавов, узких трусиков и штанов, не берите одежду и обувь на вырост, а также не следует надевать ребенку то, что ему мало, — это очень вредно, особенно если речь идет об обуви.
- 3.** Подход к выбору под девизом «главное — здоровье».
- 4.** Всегда держите в ящике ребенка запасную одежду. Дети часто пачкаются, проливают на себя жидкости, потеют.

Обувь в детском саду:

- обувь должна быть легкой и удобной; -должна защищать ножку ребенка – мысы закрыты, чтобы случайно не поранить пальчики, подъем стопы должен быть защищен; - ребенок должен сам уметь надеть обувь. Стоит не забывать о том, что самые удобные застежки на обуви для ребенка – липучки. На прохладную погоду стоит руководствоваться тем же принципом – если кроссовки, то на липучках, обувь без шнурков, молний и завязок. Ведь на каждый день в детский садик детям нужно что-то удобное.

Футболки для детского сада:

Стоит выбирать футболки без кнопок сзади и на плечах, без завязок и пуговиц – чтобы ребенку достаточно было натянуть футболку на голову. Также немаловажным фактом является достаточный разрез для головы, чтобы голова не застревала, и ребенку было удобно одеваться.

Джинсы, шорты, штанишки:

Стоит покупать штанишки без пуговиц, ремня и молнии. На резинке. Да, возможно, это не так красиво, зато очень удобно! Особенно малышам. Все дети стоят в очереди к воспитателю застегнуть штанишки, а ваш ребенок уже оделся, к тому же самостоятельно!

Юбку или шорты?

Для девочек нужно предусмотреть наличие штанов или шортиков в шкафчиках, для того чтобы гулять на улице.

Головной убор: Нужно помнить о том, что по правилам ДООУ детям запрещено выходить на площадку без головного убора. Летом это могут быть панамки или бейсболки. Красивые платочки не так удобны, как может показаться на первый взгляд. Завязки и ленточки мешаются, головные уборы соскакивают. Самыми удобными остаются бейсболки и панамки. Бейсболка – удобна для мальчиков. Это яркий и нарядный головной убор, в котором мальчишки гуляют с удовольствием. Выбирая бейсболку, нужно обратить внимание на материал – сеточка подходит для прогулок в жаркие дни. Хорошо, если есть удобная регулировка сзади. Девочкам тоже можно подобрать нарядные "девчачьи" варианты бейсболок. Или же рассмотреть варианты панамок. Девочкам очень нравится гулять в красивых ярких панاماх.

Запас одежды:

Всегда нужно иметь необходимый минимум одежды в шкафчике ребенка – трусы, колготки, носки, футболки. Детки могут пролить на себя компот, очень активно помыть руки и намочить рукава, или случайно описаться во время сна. Гуляйте летом с ребёнком как можно больше. Организовывайте прогулки таким образом, чтобы ребёнка оздоровить и закалить. Из специальных мер закаливания используйте воздушные ванны, солнечные ванны, водные процедуры

