



Консультация для родителей

Одежда и обувь для детского сада, для прогулок.

Рекомендуем родителям младшего дошкольного возраста подбирать одежду таким образом, чтобы ребенок мог одеться максимально самостоятельно.

Наиболее удобной застёжкой являются липучки или молнии.

Курточки лучше покупать именно с такими застёжками. Шапку лучше покупать без завязок — например, с застёжкой на липучке.

Шарф лучше заменить на «манишку», её надевают через голову.

Для маленьких детей лучше купить не перчатки, а варежки. Ткань, из которых сшиты рукавицы, должна быть непромокаемой. К варежкам нужно пришить Тесёмку или резинку необходимо пришить к варежкам, но к куртке пришивать не нужно. Это позволит без проблем просушить варежки на батарее.

Переохлаждение и перегрев одинаково вредны для детского организма. Количество слоев одежды зависит от температуры воздуха. При этом учитывается и сила ветра. Учитывать нужно и индивидуальные особенности ребенка

Детей должны быть одеты не теплее, чем одеваются взрослые. Речь не идет о детях, «гуляющих» в колясках, им нужна дополнительная защита.

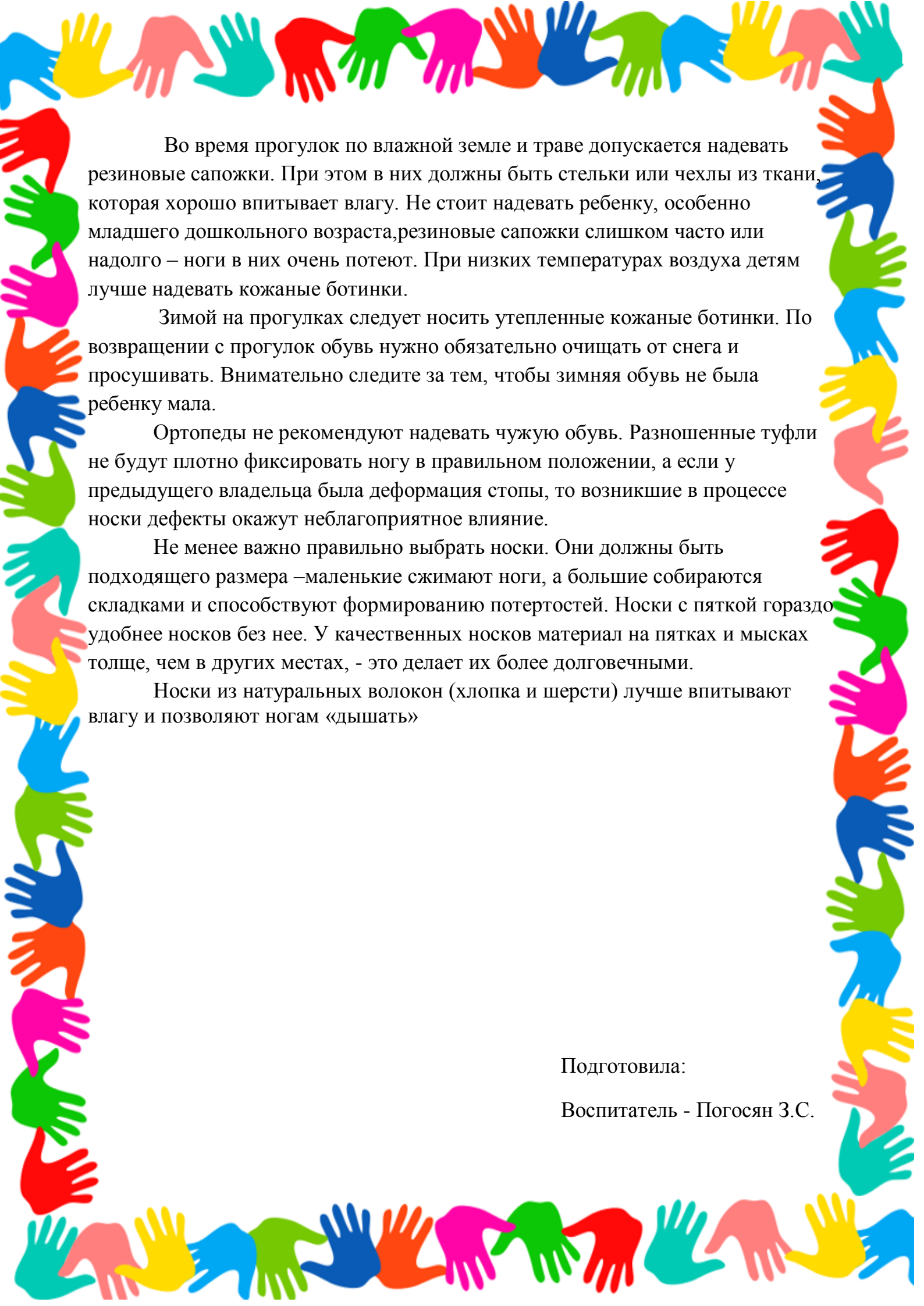
"Правильная" обувь

Обувь может быть домашней, уличной и спортивной. Желательно приобретать обувь без шнурков – лучше на молнии или на липучках. Малышам нельзя носить шлепанцы любых видов, мягкие, свободные тряпичные тапочки.

Ходить дома босиком ребенку не рекомендуется. Ходение босиком по ровному твердому полу может задержать формирование свода стоп и способствовать усилению плоскостопия.

Летом, когда достаточно тепло и нет опасности поранить или занозить ногу, детям нужно и полезно ходить босиком по земле, траве, мокрому песку, камешкам.

Уличная обувь – более закрытая, чем домашняя. В теплое время года удобна текстильная обувь – легкая, воздухопроницаемая и гигроскопичная. Если вы покупаете босоножки, стопа ребенка должна быть плотно зафиксирована ремешками. Носок уличной обуви для профилактики травматизма лучше выбирать закрытый.



Во время прогулок по влажной земле и траве допускается надевать резиновые сапожки. При этом в них должны быть стельки или чехлы из ткани, которая хорошо впитывает влагу. Не стоит надевать ребенку, особенно младшего дошкольного возраста, резиновые сапожки слишком часто или надолго – ноги в них очень потеют. При низких температурах воздуха детям лучше надевать кожаные ботинки.

Зимой на прогулках следует носить утепленные кожаные ботинки. По возвращении с прогулок обувь нужно обязательно очищать от снега и просушивать. Внимательно следите за тем, чтобы зимняя обувь не была ребенку мала.

Ортопеды не рекомендуют надевать чужую обувь. Разношенные туфли не будут плотно фиксировать ногу в правильном положении, а если у предыдущего владельца была деформация стопы, то возникшие в процессе носки дефекты окажут неблагоприятное влияние.

Не менее важно правильно выбрать носки. Они должны быть подходящего размера – маленькие сжимают ноги, а большие собираются складками и способствуют формированию потертостей. Носки с пяткой гораздо удобнее носков без нее. У качественных носков материал на пятках и мысках толще, чем в других местах, - это делает их более долговечными.

Носки из натуральных волокон (хлопка и шерсти) лучше впитывают влагу и позволяют ногам «дышать»

Подготовила:

Воспитатель - Погосян З.С.