**Памятка для родителей «Одежда ребенка для прогулок»**

*Как одеть ребенка в детский сад? Сколько комплектов одежды необходимо? Какие требования к одежде малыша есть у воспитателя?*

Это одни из немногих вопросов, которыми задаются родители при выборе гардероба для детского сада. Только вы решаете, в чем будет одет ваш ребенок, все сугубо индивидуально. Однако существуют общие рекомендации.

Выбор одежды для детского сада зависит, в основном, от четырех факторов:

* **Возраст ребенка**. Как правило, малышам младших групп требуется

больше сменной одежды, т.к. они чаще пачкаются, могут описаться. Поэтому у детей такого возраста в шкафчике должен быть как минимум один запасной комплект одежды. Для детей старших групп это вовсе не обязательно, но сменная футболка, трусики (шортики) и носочки не будут лишними (ведь ребенок может просто вспотеть).

* **Температура в помещении группы детского сада**. Здесь все очевидно: если в детском саду жарко подбирается легкий комплект одежды (например, футболка, шортики, юбочка, гольфы), если холодно – более теплый (кофта, свитер, колготы, брюки).
* **Вид деятельности ребенка в детском саду**. Понадобятся несколько комплектов одежды и обуви – для простого нахождения в группе, для сна, для занятий физкультурой, для прогулок, для праздников и утренников.

**Прогулка**

Одежда для прогулки должна быть, прежде всего, подобрана по сезону. Так как основное время посещения детского сада приходится на осенний, весенний, зимний период, то **в качестве верхней одежды** используют *комбинезоны* или *курточки с теплыми штанами*. Выбор между комбинезоном и раздельным комплектом зависит от вас. Кому-то удобней одевать малыша в комбинезон, потому что ребенок его может сам застегнуть одним движением, а также его спина всегда остается закрытой. Другие, наоборот, предпочитают куртку, считая ее более удобной. **Варежки удобны** *для малышей младшего возраста*, **перчатки** *для более взрослых детей*.

Для того чтобы варежки или перчатки **не потерялись**, их сшивают резинкой. Сегодня существует большой выбор варежек и перчаток из непромокаемой ткани, к тому же есть модели с высокими «манжетами», что не позволяет снегу или воде запачкать рукава.

**Шапка** должна быть удобной, из мягкой ткани и плотно прилегать к голове ребенка. *Шарфы в детских садах не приветствуются*, особенно «на выпуск». Прежде всего, это **обусловлено требованиями безопасности – торчащий край шарфа может зацепиться**, если, например, ребенок будет съезжать с горки. Поэтому сейчас наиболее популярны пелеринки или капоры, которые полностью закрывают шею малыша и удобны при надевании.

**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.

**Занятия физической культурой**

Занятия спортом в старших группах требуют сменного комплекта. В основном для занятий физкультурой **используют футболки, маячки, шорты или лосины.** Одежда не должна сковывать движения. Из обуви отдают предпочтение **спортивным тапкам и чешкам**. Эта обувь удобна и легка в переобувании. По этой причине следует избегать обуви на шнурках - кроссовок и кед.

**Праздники**

Праздник или утренник в детском саду – явление достаточно частое. Помимо календарных праздников отмечаются дни рождения, проходят красочные представления. На этот случай в гардеробе малыша должна быть как минимум пара красивых и нарядных вещей. Для девочек это - платья, для мальчиков – брюки, светлая рубашка, бабочка и т.д.

**Общие рекомендации по выбору одежды и обуви для посещения детского сада**

* Одежда малыша должна быть удобной, сшита из натуральных тканей.
* 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).
* Пуговицы на одежде лучше исключить, отдать предпочтение липучкам и кнопкам.
* Одежда должна быть, как можно меньше украшена различными бусинками и мелкими деталями, прежде всего, в целях безопасности
* 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.