**Консультация для родителей:**

**«Как одевать ребенка в детский сад»**

Перед тем как отдать ребёнка в детский сад, нужно продумать очень много вещей, в том числе и то, какую одежду покупать. Сад — стресс даже для самого социального и контактного ребёнка. Неудивительно: кто угодно начнёт нервничать, если его изъять из привычной среды и поместить в новую, с массой незнакомых людей, собственным распорядком и новыми обязанностями. Рано или поздно малыш привыкнет, а в адаптации ему поможет грамотно подобранная одежда.

Самое главное требование к детсадовской одежде - она должна быть такой, чтобы снять и одеть ее кроха легко мог сам. Или, если он еще мало что умеет, с этой задачей быстро справились бы воспитатели. Кроме того, если малыш идет в сад в самый первый раз, но уже обращает внимание на то, что на нем надето, не одевайте на него ничего раздражающего или умаляющего его статус, чтобы избежать лишних поводов для переживаний.

Обувь для занятий в группе

Обувь в группу должна быть легкой, поскольку в детском саду обычно жарко. Предпочтительнее всего сандалии с закрытыми мысами и высокой пяткой - чтобы защитить ножку, желательно еще и с супинатором. Не стоит экономить на хорошей обуви, чтобы не испортить стопу, ведь в садике ребенок проводит целый день. Поэтому для профилактики плоскостопия лучше выбирать ортопедическую правильную обувь.

Забудьте про шнурки, молнии и замочки с дырочками - самые удобные застежки на обуви для ребенка (любого возраста) - липучки. Правда, завязывание шнурков, развивает, между делом, мелкую моторику, а, следовательно, мозг... Но не стоит усложнять жизнь малышу в период адаптации к садику.

Что касается запасной обуви, если малыш может описать ее, оставляйте еще одну пару в шкафчике, много места она не займет.

Обувь для прогулок

К обуви на прогулку те же основные требования, что и к групповой - минимум проблем с застегиванием и надеванием. Еще одно немаловажное качество - непромокаемость. Избегайте сапог с внутренними, вынимающимися частями, которые следует сушить после каждой прогулки, а затем, вновь «упаковывать». Одежду для игр и занятий в группе тоже желательно подбирать безо всяких застежек. То есть - футболки с разной длиной рукава, а не рубашки и блузки на пуговицах. Вырез для головы должен быть таким, чтобы она не застревала, доставляя мучения крохе. Вместо платьев - сарафаны без пуговиц, вместо шортиков и юбочек с застежками - те, что на резинке.

Одежда для группы

В детских садах, как и всюду, становится холодно перед началом отопительного сезона (и после него, весной). Тогда разумно давать с собой что-то из одежды для утепления. Это могут быть свитера, а не кофты на пуговицах и молниях, водолазка с достаточно широким и удобным для надевания горлом.

Материалы для детей должны быть натуральными, хотя флис, например, тоже не возбраняется.

Даже, если ваш кроха уже давно не писает в штаны, имейте в его шкафчике запасное белье ВСЕГДА. На всякий случай.

Одежда для прогулок

Казалось бы, комбинезон удобнее, чем куртка плюс штаны - одевать-то надо одну вещь, вместо двух. Но желательно, чтобы куртка и штаны были по отдельности, руководствуясь тем, что одетые в штаны малыши стоят и ждут, когда штаны помогут одеть другим. И только потом, всем тем, кто уже в штанах, надевают куртки - чтобы не вспотели. Имейте это в виду. Или спросите у воспитателя, что предпочтительнее.

Куртку лучше выбрать с высоким горлом (идеально - и со вторым, мягким внутренним), чтобы вообще не заморачиваться с шарфом. Наличие капюшона тоже желательно, даже, если не надет на голову, утепляет спину.

Шапки: самые удобные и для самостоятельного надевания и, как защита от ветра и холода - шлемы. Лоб, уши, шея - все под надежной и комфортной защитой. Со шлемом и шарф не нужен будет. Шапка без завязок может слететь, уши будут постоянно открыты. Чересчур теплые меховые шапки разумны только в очень сильные морозы.

Не давайте ребенку в сад перчатки! Длинные, теплые и непромокаемые, варежки-краги, надевающиеся поверх куртки - наилучший вариант.

Список вещей в шкафчике

1. Одежда для пребывания в группе, например: платье или юбка с водолазкой для девочки, брюки с рубашкой или шорты с футболкой для мальчика.
2. Легкие открытые сандалии, в которых не потеют ноги.
3. Двое-трое хлопчатобумажных трусиков на замену. Положите рядом дополнительный полиэтиленовый пакет, куда затем можно будет убрать мокрые и испачканные вещи, чтобы не испортить другие.
4. Запасные колготки и как минимум две-три пары носков.
5. Нательная майка или футболка. Если прохладно, то запасная водолазка, рубашка, толстовка или туника.
6. Сменные брюки или шорты, юбка. Лучше по 2 штуки.
7. Пижаму для послеобеденного сна (для зимы - более тёплую).
8. Пара носовых платков.
9. Бумажные платочки или влажные салфетки в маленькой упаковке (чтобы помещались в детский карман).
10. Расческу с редкими и частыми зубцами (для более легкого расчесывания длинных волос у девочек и собирания в прическу). Положите дополнительные заколки для волос, резинки: они часто теряются.
11. Зимой и весной - запасные непромокаемые варежки.
12. В жаркое время - панамку для прогулок.

Забирая ребёнка домой, проверяйте вещи в «запасе». Возможно, некоторые из них испачкались, стали малы, порвались и их необходимо взять домой для замены.