

# Консультация для родителей

## «Одежда и обувь для детского сада, для прогулок»



**Одежда для прогулок должна быть подобрана таким образом, чтобы ребенок мог одеться с минимальной помощью воспитателя или самостоятельно.**

Обувь должна быть без шнурков — например, на молнии или на липучках. Куртка должна быть без пуговиц. Оптимальной застежкой являются липучки или молнии. Шапку лучше покупать без завязок — например, с застежкой на липучке. Вместо шарфа удобнее использовать «манишку», которую надевают через голову. Для маленьких детей лучше купить не перчатки, а варежки. К варежкам нужно пришить тесемку или резинку. Не пришивайте резинку к куртке! Достаточно продеть ее в петельку для вешалки, чтобы можно было снять и посушить на батарее отопления.

### "Правильная" обувь

Различают домашнюю, уличную и спортивную обувь.

Обувь для детского сада – вариант домашней обуви.

В теплое время года удобна текстильная обувь – легкая, воздухопроницаемая и гигроскопичная. Носок уличной обуви для профилактики травматизма лучше выбирать закрытый. Резиновые сапожки с приложенными в них стельками или чехлами из ткани, надевают в сравнительно теплую погоду на время прогулок по влажной земле и траве. Не надевайте ребенку резиновые сапожки слишком часто. При низких температурах воздуха детям лучше надевать кожаные ботинки. Зимой на прогулках следует носить утепленные кожаные ботинки, а в очень сильные морозы – валенки с калошами. Внимательно следите за тем, чтобы зимняя обувь не была ребенку мала. Ботинки или сапожки, которые немного велики, можно носить с двумя парами носков. Спортивная обувь должна поддерживать стопу при активных движениях. Для профилактики травм важны негладкая, амортизирующая подошва и плотная фиксация. «Липучки» позволяют добиться идеального облегания ног с учетом их анатомических особенностей.

Одевайтесь по погоде.

