**Беседа с родителями: «Одежда детей в группе и на улице»**

Родители, которые готовят своего ребенка в детский сад, всегда обеспокоены тем, какая обувь и одежда понадобятся для детского сада. И это закономерно, ведь ребятишки в детском саду находятся не только в группе, но и ходят на прогулки, занимаются спортом, и т. д.

Какая же одежда понадобится малышу в детском саду?

Необходимо помнить абсолютно всем родителям, что для ребенка одинаково вредно и перегревание, и переохлаждение. Для прогулок необходимо одежду подбирать по сезону. При усиленных движениях увеличивается температура тела, и если в одежде ребенку жарко, то он начинает потихоньку потеть, что при ветреной погоде вредно и может привлечь за собой простудные заболевания, а также стать причиной появления сыпи и раздражения. Также нельзя упускать из вида одевая ребенка в детский сад выбор правильного головного убора. Научите дошкольника одеваться правильно, чтобы он до того, как отправиться на улицу не вспотел. Также уделите внимание тому, чтобы не терялись рукавички. Одежда для детского сада, для нахождения в группе должна быть для ребенка комфортной. Она не должна стеснять малыша. Уделите внимание тому, чтобы ребенок чувствовал себя в тех или иных вещах. Всевозможные кнопки, молнии на брюках обременяют посещение туалета.

Одним из важных факторов при подборе одежды – это температура, которая поддерживается в группе. Необходимо одевать детей исходя из этого. Также вам нужна пижама для тихого часа. Запасные майки и трусики, нужно двое, а также носочки и колготки. Джинсовые вещи желательно сменить платьем или брюками из мягких тканей. Одежда должна иметь карман для носового платка, резинки не должны сжимать никакие части тела. На физкультурные занятия необходимы шорты и футболка. Для детского сада необходима групповая обувь, и обувь спортивная. Обувь не должна быть тесной. При тесной и неудобной обуви у ребенка нарушается кровообращение и сдавливание кровеносных сосудов.

Одежда и обувь для ребенка должна подбираться с учетом того, чтобы без затруднений малыш мог снять самостоятельно ту или иную вещь. Одежда также, как и обувь должны быть подписаны, чтобы не произошло путаницы.