**Консультация для родителей «Одевайся по сезону»**

Подготовила воспитатель I квалификационной категории Семенцова Г.В.

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 родители решают, в чем будет одет ребенок, все сугубо индивидуально. Однако, существуют общие рекомендации.

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

**1. 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).

**2. 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 с длинным рукавом, колготы ( брюки).

**3. 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.

**4. Температура на улице**

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

1. Одежда малыша должна быть удобной, сшита из натуральных тканей.

2. 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).

3. Пуговицы на одежде лучше исключить, отдать предпочтение липучкам и кнопкам.

4. Одежда должна быть как можно меньше украшена различными бусинками и мелкими деталями, прежде всего, в целях безопасности. Эластичные подтяжки опасны – при движениях металлические или пластмассовые застежки могут расстегнуться и травмировать голову ребенка. Кроме того, подтяжки и лямки комбинезонов затрудняют переодевание ребенка и создают неудобства при посещении туалета.

Одежда для пребывания в группе должна быть максимально удобной, не сковывающей движения ребенка. Мягкие трикотажные брюки удобнее, чем жесткие джинсы и джинсовый комбинезон. Футболка или трикотажный джемпер предпочтительнее, чем рубашка. Если ребенок склонен к потливости, собирая его в детский сад, нужно захватить с собой запасную футболку, чтобы воспитатели могли его переодеть.

На каждой одежде ребенка должен быть карман для чистого носового платка.

Обувь должна быть подобрана по размеру. Здесь крайности неуместны: купленная «размер в размер» обувь быстро станет мала, пальчики придётся поджимать. Это приведёт к неправильному формированию свода стопы. В будущем это может вызвать серьёзные проблемы со здоровьем малыша, ведь нарушения осанки, сколиоз часто развиваются из-за неправильной походки и плоскостопия. Но и взятая с большим запасом обувь также не выход – в ней нога будет скользить, ребёнку будет тяжело, неудобно, а также повышается вероятность травм. Суставные связки в детском возрасте очень слабые, поэтому если обувь ногу не фиксирует, при падениях легко происходят растяжения, подвывихи и вывихи суставов. Запомните правило - запас должен составлять около полутора сантиметров.

Подошва должна быть гибкой, рифлёной, не скользкой, а со стороны пятки выше на 1-1,5 сантиметра. У внутреннего края подошвы должен быть бугорок – супинатор, который помогает формировать правильный свод стопы, предупреждая развитие плоскостопия. При «косолапии» (носки при ходьбе направлены внутрь) супинатор противопоказан, быть его не должно. Задник тоже немаловажен: он должен быть достаточно твёрдым, чтобы удерживать пятку.

Материал, из которого сделана обувь, должен быть «дышащим», натуральным.

**Прогулка**

Одежда для прогулки должна быть, прежде всего, подобрана по сезону.

**В жаркую погоду** необходимо носить одежду из хлопчатобумажной ткани, которая обеспечивает быструю отдачу тепла и предохраняет от перегревания. Летом в теплую солнечную погоду дети могут ходить в легких однослойных костюмчиках без рукавов или сарафанчиках, на голове должна быть панамка из светлой ткани или шапочка с козырьком для защиты от солнца.

**Весна и осень**

В качестве верхней одежды родители используют комбинезоны или курточки с теплыми штанами. Выбор между комбинезоном и раздельным комплектом зависит от родителей. 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.

**Весной и осенью в дождливую погоду** верхняя одежда должна быть из непромокаемого материала с подстежкой, обладающей хорошими теплозащитными свойствами. Очень удобны куртки или комбинезоны на сентипоновой подкладке: они легкие, достаточно теплые и, что немаловажно, легко стираются и быстро сохнут. Количество слоев одежды между бельем и курткой зависит от температуры воздуха. Если на улице холодно, вместо одной толстой теплой вещи лучше надеть две легкие и менее теплые. Между слоями одежды создается воздушная прослойка, что способствует сохранению тепла. Более тонкие вещи не стесняют движения и меньше весят, что для ребенка очень важно.

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.

**Верхняя зимняя одежда** защищает детей от холода, ветра и влаги, поэтому должна состоять не менее чем из двух слоев: нижнего - теплозащитного и верхнего - ветрозащитного, предохраняющего от проникновения под одежду наружного воздуха. Конструкция зимней одежды должна обеспечивать большую герметичность, исключающую поступление холодного воздуха через застежки, воротник, рукава.

****

Покрой одежды имеет большое значение для профилактики переохлаждения. Комплект из куртки и полукомбинезона (утепленные брюки с грудкой и спинкой на лямках) наиболее удобен. Куртки при активных движениях ребенка (наклонах, подъемах рук вверх) поднимается, обнажая поясницу, а спинка полукомбинезона ее прикрывает. Цельнокроеный комбинезон не подходит для прогулок детей дошкольного возраста: он сковывает движения, его неудобно одевать и труднее вычистить, высушить после прогулки. Между бельем и верхней одеждой (в зависимости от погоды) могут быть рубашка и свитер или только рубашка, колготки и рейтузы или только колготки.

В прохладную погоду, а также зимой при отсутствии сильных морозов детям рекомендуется носить вязаные шапки, хорошо прикрывающие лоб и уши. В сильные морозы для плотного прилегания под теплую шапку следует надевать тонкую трикотажную шапочку с ушками, которая завязывается под подбородком. Хорошей защитой от ветра служит капюшон куртки, надетый поверх шапки.

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 одежду.

В условиях часто меняющейся погоды не может быть универсальной зимней или осенней одежды. Одежду ребенку нужно подбирать ежедневно, в зависимости от температуры воздуха, влажности и силы ветра.

**И помните:** ношеная вещь холоднее новой. Имейте это в виду, если ваш младший ребенок донашивает куртку за старшим.

В уличной одежде ребенок находится не только на прогулке, но и в общественном транспорте, в магазинах. В этих случаях нужно иметь возможность снять часть одежды, чтобы ребенок не потел. В любом случае одежда должна быть чистой, красивой, яркой и вызывать у ребенка радость и хорошее настроение.

**Сон**

Для «тихого часа» хорошо подойдет одежда, в которой ребенок обычно спит дома: майка и трусики, (пижама, ночная рубашка нужны если в спальне прохладно). Главное, чтоб малышу было комфортно отдыхать.

**Занятия физкультурой**

Занятия спортом требуют сменного комплекта. В основном для занятий физкультурой используют футболки, шорты или лосины. Одежда не должна сковывать движения. Из обуви отдают предпочтение спортивной обуви на резиновой подошве. Обувь должна быть 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.



Дошкольный возраст - период наиболее интенсивного развития воображения и наглядно-образного мышления, которые являются здесь основными формами познания. Успешность умственного, физического, эстетического воспитания в значительной степени зависит от уровня сенсорного развития детей, т.е. от того, насколько совершенно ребенок слышит, видит, осязает окружающее. «Чем больше ребёнок видел, слышал и переживал, тем больше он знает, и усвоил, тем большим количеством элементов действительности он располагает в своём опыте, тем значительнее и продуктивнее при других равных условиях будет его творческая, исследовательская деятельность»,- писал классик отечественной психологической науки Лев Семёнович Выгодский.

Развитие познавательных интересов дошкольников является одной из актуальных проблем педагогики, призванной воспитать личность, способную к саморазвитию и самосовершенствованию. Именно экспериментирование является ведущим видом деятельности у маленьких детей. «В дошкольном возрасте экспериментирование является ведущим, а в первые три года - практически единственным способом познания мира, уходя своими корнями в манипулирование предметами, о чём неоднократно говорил Л.С.Выгодский. Дети любят экспериментировать. Это объясняется тем, что им присуще наглядно-действенное и наглядно-образное мышление, и экспериментирование, как никакой другой метод, соответствует этим возрастным особенностям. Главное достоинство метода экспериментирования заключается в том, что он дает детям реальные представления о различных сторонах изучаемого объекта, о его взаимоотношениях с другими объектами и со средой обитания. Необходимость давать отчет об увиденном, формулировать обнаруженные закономерности и выводы стимулирует развитие речи. Следствием является не только ознакомление ребенка с новыми фактами, но и накопление фонда умственных приемов и операций, которые рассматриваются как умственные умения. Нельзя не отметить положительного влияния экспериментов на эмоциональную сферу ребенка, на развитие творческих способностей.

Дети моей группы имеют возраст от 2 до 3 лет. Их исследовательские действия встроены в предметно - монипулятивную деятельность. Всю работу с детьми я направила на создание условий для сенсорного развития в ходе ознакомления их с явлениями и объектами окружающего мира. В процессе формирования обследовательских действий я поставила следующие задачи:

* Воспитывать у ребенка познавательный интерес к окружающему миру. Развивать его любознательность, понимание простейших причинно-следственных, отношений в системе «действие-результат».
* Воспитывать познавательную активность малыша, желание узнавать новое, наблюдать, запоминать, сравнивать, экспериментировать. Переводить действия игрового экспериментирования в полезное русло, формируя бережное отношение к окружающему.
* Воспитывать эстетические чувства, желание оберегать и создавать красивое.
* Практически ознакомить ребенка с некоторыми явлениями живой и неживой природы, формировать представления о некоторых свойствах предметов, вещей, отношений объективного мира (объем, масса, движение, скорость, время, пространство полое, сквозное, замкнутое и т.п.).

Чтобы реализовать все задачи, я изменила свою позицию по отношению к детям, мы сотрудничаем с детьми на равных, а это делает детей более ответственными и самостоятельными. Экспериментирование осуществляется во всех сферах детской деятельности: приём пищи, занятие, игра, прогулка, сон, умывание. Создала специальные условия в развивающей среде, стимулирующие обогащение развития исследовательской деятельности. Подвела детей к пониманию таких природных явлений, как дождь, листопад. Провели простейшие опыты с водой: - Почему осенью бывает грязно? Материал: пульверизатор с водой, чашка с землёй. Ход опыта: в чашку с землёй набрызгала воды (дождик идёт). Пощупали руками образовавшуюся грязь. Сделали вывод: при соединении воды с землёй образуется грязь, поэтому после дождя на улице грязно. Наблюдая сильный дождь из окна, дети видели, как стекает вода по стёклам, какие лужи после дождя на дорогах. После нескольких наблюдений сделали выводы: дождь бывает разный (холодный, тёплый, моросящий, крупный, ливневый). Чаще всего дождь идёт тогда, когда на небе появляются тучи, но бывает иногда и при хорошей погоде. Для формирования у детей интереса к этому явлению использовали стихотворение З. Александровой «Дождик», русскую народную потешку «Дождик». Дети убедились, что дождь – это вода. Сравнили воду из под крана и из лужи, отметили: в луже вода грязная, а из под крана – чистая. Если воду из под крана вскипятить, то она подходит для питья, а из лужи для питья не подходит, зато в этой луже может помыть свои крылышки воробей (мы с детьми наблюдали это не раз). Использовали чтение стихотворения А. Барто «Воробей».

На занятии «Волшебные краски» познакомила детей со свойствами воды. Рассказала детям веселую историю об озорных красках, которые могут окрашивать воду в разные цвета. На Занятии «Цветные льдинки» в процессе экспериментирования показала детям, как вода при охлаждении превращается в лед (замерзшую воду). Занятие «Снежные Фигурки»: используя игровую ситуацию, обращала внимание ребенка на свойства снега (тает, превращается в воду в тепле; снег и снежинки - это капельки воды, которые зимой в воздухе превращаются в снежинки); рассматривали снежинку на ладошке (на варежке) во время прогулки, подчеркнули, что снег – «это много-много снежинок». Провела в присутствии детей эксперимент со снегом, показала, что снег может быть сыпучим или липким: из липкого можно лепить фигурки и делать «пирожки». В помещении, в тепле, снег обязательно растает и превратится в воду. В ходе реализации образовательного проекта «Осень» при знакомстве с овощами проводила с детьми опыт «тонет, не тонет»: картошка, лук, помидор. В ходе этого опыта дети узнали, что картошка тонет, а помидор и лук плавают. При решения социальной проблемной ситуации в повседневной жизни на прогулке была с модулирована проблема «Как достать листик?» В ходе этого эксперимента, часть детей подпрыгивали, другие использовали подручный материал: палочки, веточки, скамейку, кто-то пытался подуть на листики. А часть детей так и не смогли решить эту проблему.

Чем разнообразнее и интенсивнее поисковая деятельность, тем больше новой информации получает ребенок, тем быстрее и полноценнее он развивается. В развитие конструктивных форм мышления использую мелкий строительный материал. Дети учатся строить элементарные постройки и на своём опыте убеждаются, что если под большой кубик положить маленький, то постройка будет непрочной. И путём экспериментов они приходят к правильной постройке башенки, гаражей и других сооружений.

Стремление к исследованиям также формирует такое замечательное качество как любознательность. Мир будит в малыше азарт «первооткрывателя» Ему хочется испытать все самому (а что будет?), удивиться неизведанному, познать новоe в знакомом. Поисковые ситуации подводят детей к экспериментированию, т.е. той деятельности, которая позволяет ребенку моделировать в своем сознании картину мира, основанную на собственном опыте и наблюдениях. Благодаря опытам дети испытывают большую радость, удивление от своих маленьких и больших открытий, которые вызывают у детей чувство удовлетворения от проделанной работы. Китайская пословица гласит: «Расскажи — и я забуду, покажи — и я запомню, дай попробовать — и я пойму». Усваивается все прочно и надолго, когда ребенок слышит, видит и делает сам. Вот на этом и основано активное внедрение детского экспериментирования в моей практике.