

## *Гардероб для детского сада*

---

Гардероб для детского сада - пожалуй, самый главный вопрос, который волнует любую маму, - как сделать так, чтобы ребенок не болел? Проблема стоит особенно остро, если ребенок ходит в детский сад. Гигиена, закаливание - все это, конечно, необходимо. Но есть еще один важный момент - правильный подбор одежды.

### **На прогулку**

Количество детской одежды, материалы, из которых она сделана, как и фирму-производителя, оставим на усмотрение мам - все это очень индивидуально. Но несколько правил, по-моему, пригодятся всем. Тем более что правила, прямо скажем, выстраданные, испытанные на собственном опыте.

Большинство детей простывают не в группах, а на прогулках - сразу после выхода на улицу. Собираясь гулять, карапуз, пытаясь от усилий, натягивает колготки, напяливает кофты и штаны, кряхтя, застегивает ботинки, а уж шапку и шарф надевает (или ему надевают) как придется, как быстрее. Причем кто-то одевается быстрее, кто-то медленнее... И к моменту выхода из группы ребенок оказывается взмокшим. Что делать, чтобы этого избежать?

Детское белье. Попросите няню, чтобы она передела маечку ребенку, вспотевшему от игр в группе! (Естественно, в шкафчике должна быть запасная.)

Кофты. Из кофт удобны водолазки, т.к. закрывают шею (на прогулке шарф может сползти). Но их горловина должна быть легко растягивающейся.

Верхняя одежда. Лучше покупать такую, под которую не требуется надевать дополнительные кофты и теплые штаны. Резон один: чем меньше нужно надевать, тем меньше ребенок находится в теплой одежде в раздевалке, а чем меньше он «парится» в раздевалке, тем меньше

---

вероятность вспотеть. У курток удобна отстегивающаяся подкладка, чтобы можно было регулировать «теплоту» по погоде. Рукава должны оканчиваться манжетами на резинках: если пуговицы - ребенок не застегнет, если просто прямые - будут задувать ветер и снег. Хорошо, если внизу куртки или на талии имеется кулилка. Воротник в идеале должен плотно облегать шею, и тогда шарф не требуется, но такое трудно найти. Зато капюшоны многих курток имеют кулиску по контуру, куда вставляют резинку с фиксаторами - очень удобно: затянул один раз как надо, и ребенку больше ничего не придется регулировать! Кроме того, у многих курток регулируется также и глубина капюшона!

Штаны должны прикрывать спинку, лямки лучше на резинках. Хорошо, если внизу есть штрипки, которые надеваются на обувь, чтобы штанина не задиралась. Если нет - пришейте сами, сделав их из широкой резинки. Даже если вы надеваете штаны не поверх обуви, а внутрь, штрипки будут удерживаться за ступню. Еще одно важное требование к штанам - непромокаемость.

Обувь должна быть не скользящей. Легко застегиваться. Не промокать. Очень удобно, когда «язычок» снабжен ограничителями, которые не дают попадать внутрь воде и снегу. Шнурки для обуви снабдите фиксаторами (можно купить в любом магазине тканей). Ребенку не придется завязывать «бантики» - это во-первых, а во вторых, шнурки не развяжутся во время прогулок.

Шапка. Лучше покупать не столько теплые, сколько плотные, непродуваемые шапки. Они должны плотно закрывать уши, иметь удобные завязки, лучше даже липучки. И главное, не должны иметь привычку сползать на одно ухо или оттопыриваться. Никаких двух шапок!

Шарф. Самый удобный вариант - пелеринка. Но она постепенно растягивается и тогда уже не закрывает шею. Так что следите за этим.

---

Варежки. Для садика очень удобны непромокаемые, с удлиненным раструбом. В них не забивается снег, и ребенку не придется гулять с мокрыми руками.

### **СОВЕТ**

Научите ребенка одеваться самостоятельно, хотя бы частично. Ребенок будет одеваться медленнее тех, кого одевают няни, оденет-ся позже всех - не беда, зато он не успеет вспотеть. Объясните, в ка-ком порядке нужно надевать одежду. Куртку посоветуйте надевать тогда, когда все уже одеты.

Принесите в садик запасной комплект верхней одежды и обуви. На всякий случай: вдруг малыш упадет в лужу или одежда не успеет высохнуть.

### **Играем в группе**

В разных садиках требования разные, поэтому лишь приведу список того, что понадобилось нам.

Моему сыну всегда жарко, поэтому в группе он ходит в шортах и футболках. Но одежды лучше купить много. Во-первых, даже если ребенок уже ходит на горшок, в первое время велика вероятность, что он намочит штаны. Не найдет туалет вовремя, не сумеет воспользоваться детсадовским горшком или унитазом, а может, не знает, как сказать воспитателю... Да мало ли что. Во-вторых, есть ли у вас возможность и желание стирать каждый день? Так что количество трусиков, колготок, носочков, штанишек (или юбок) рассчитывайте из количества ежедневных походов в туалет и частоты стирки. Кофточек или футболок можно взять поменьше, но обязательно должна быть теплая кофточка, которую можно расстегнуть спереди - пусть лежит всегда в шкафчике.

Спит мой сыночек в трусиках... Но в шкафчике всегда лежит пижамка - на всякий случай. В пятницу забираю домой стирать.

Вся одежда должна легко надеваться, расстегиваться-застегиваться, не иметь бусинок, которые можно оторвать и проглотить.

---

Обязательно нужны сандалии и чешки на физкультуру.

На первое время пригодился фартучек. Очень удобно иметь 1 или 2 клеенчатых. Няня сама их моет - ни забот, ни хлопот, ребенок всегда аккуратный.

Платочки тоже необходимы. Нужно следить, чтобы в шкафчике всегда лежала пачка бумажных.

Кроме всего этого мы приносили расческу и ложку для обуви, полотенце для ног...

### **СОВЕТ**

Одежду лучше подписать. У детей в группе могут оказаться похожие вещи, и их легко перепутать. А еще на каждой вещи можно записать тонким маркером номер сотового телефона - на всякий случай.

На дверку шкафчика сшейте или купите саше для запасной одежды, расчески, физкультурной формы и т.д.