**Как правильно одевать ребенка в детский сад : От 3 до 7 лет**

Учитывая тот факт, что в группе одновременно находится не менее пятнадцати малышей, сложно представить, что вашему ребенку смогут уделить столько же внимания. При этом некоторые родители допускают ошибку, стараясь одеть малыша как можно теплее. Ведь не секрет, что перегревание приводит к не менее серьезным проблемам, чем переохлаждение. Итак, попробуйте разобраться, как должен быть одет ребенок, отправляющийся в детский сад.

Особое внимание хочется уделить одежде, которая непосредственно касается кожи ребенка. Она должна быть выполнена только из натуральных материалов. Для мальчика можно посоветовать майку и хлопчатобумажную рубашке, а для девочки — заменить рубашку блузкой. На ногах ребенка могут быть носочки и трикотажные брючки или мягкие джинсы. Ни в коем случае не следует надевать на голые ножки ребенка брючки из синтетических материалов. Гораздо лучше для него вариант, когда под шорты или юбку (для девочек) надеты хлопчатобумажные колготы.

Подбирая одежду для детского сада, следует помнить, что малышу должно быть в ней комфортно и удобно, а это не всегда означает дорого и престижно. Ребенок — это не манекен для демонстрации достатка родителей, поэтому для него совсем неважна фирма-производитель.

Наиболее приемлемый вариант верхней зимней одежды — это раздельный комбинезон. Причем штаны должны быть с грудкой и на бретелях. Такой вариант позволит ребенку свободно двигаться, не обнажая при наклонах его спину. Термокомбинезоны обладают еще дополнительным преимуществом перед обычными, так как благодаря терморегуляции ребенок практически не будет потеть.

Еще раз следует подчеркнуть, что любая одежда для ребенка должна быть, прежде всего, натуральной, только в этом случае она будет пропускать воздух, а значит, тело малыша сможет «дышать». В противном случае вполне вероятна ситуация, когда вспотевшему ребенку достаточно побыть несколько минут даже на легком ветерке, чтобы подхватить простуду.

И еще несколько слов необходимо сказать об обуви для ребенка, в которой он находится в группе. Лучше, если это будут тапочки или сандалики с ортопедической подошвой. Самое главное - не выбирать мокасины, изготовленные из некачественного сырья и без сертификатов качества, в которых нога начинает потеть сразу, как только их надеваешь.