



Консультация для родителей

## Экипировка будущего первоклассника

Подготовила воспитатель  
Юлдашева Зульфия Хуббитдиновна.

Переход ребенка из детского сада в школу — волнительное событие не только для первоклассника, но и родителей. Сейчас один из актуальных вопросов — во что одеть дочку или сына на их первую в жизни торжественную линейку. И что вообще должно быть в гардеробе школьника?

Существуют образовательные учреждения, в которых отсутствуют требования к внешнему виду детей. Но в большинстве случаев обязательным является, если не наличие школьной формы, то присутствие в одежде чёрного низа и белого (светлого) верха. Как правило, наряды мальчиков и девочек отличаются, причём у мальчишек комплект выходит значительно дешевле, чем у девочек. Во многих школах она является общепринятой. Поэтому желательно сходить к будущему классному руководителю и узнать, какие правила в их школе. На сегодняшний день форма впечатляет разнообразием цвета, кроме того, можно встретить наряды в клетку или в полоску.

Экипировка будущего первоклассника должна соответствовать не только эстетическим и прагматическим требованиям, но и определенным гигиеническим параметрам.

Детской одежде следует быть лёгкой, мягкой, рационально сконструированной. Самочувствие ребёнка в большой степени зависит от свойств материалов, из которых изготовлена одежда, особенно первый слой, контактирующий с кожным покровом.

### По каким критериям выбирать одежду для школьника?

Перед тем, как перейти к обзору конкретных предметов одежды, расскажем об основных принципах подбора школьного гардероба. Мы выделили 5 пунктов, на что нужно обращать внимание.

1. **Внешний вид одежды.** Тут все понятно. Вряд ли кто-то решит купить одежду, которая не нравится ни родителю, ни ребенку. Но этот пункт не должен быть решающим при выборе одежды.
2. **Сочетаемость с другой одеждой из гардероба.** Чтобы образ был привлекательным, одежда должна сочетаться между собой. Собирать полноценные образы нужно НЕ ПОСЛЕ покупки всех вещей, а ВО ВРЕМЯ! Думайте сразу, с чем сочетается конкретный пиджак или блузка.
3. **Удобство при надевании и носке.** Первоклассник — это еще ребенок, просто чуть-чуть повзрослевший. Одеваться он должен уже самостоятельно, но не нужно устраивать ему испытания «а попробуй правильно надеть вот эту блузку с пуговицами, завязками и ремнем». *Рекомендуем запомнить: чем проще застежки (а лучше, вообще их нет), тем быстрее ребенок оденется с утра и после урока физкультуры.*
4. **Качество материала и швов.** От внешних характеристик перейдем к внутренним. Для детской одежды особенно важно, чтобы в ее составе использовались ткани из натуральных материалов. Они отводят влагу от тела и пропускают воздух.
5. **Износостойкость.** В погоне за натуральными тканями нужно учитывать, что одежда из 100% хлопка или льна может быстро потерять форму после стирки. Чтобы продлить срок службы, в состав изделия добавляют небольшую долю

искусственных волокон. В результате смесовые ткани продолжают «дышать» за счет содержания натуральных материалов, но становятся прочнее.. **Технология еще сильнее повышает прочность вещей, а главное — такая одежда практически не мнется. Ее даже можно не гладить после стирки.**

### **Не менее важно правильно подобрать обувь ребёнку.**

Родители должны понимать, что в школе ребёнку понадобится обувь по сезону, для физкультуры и сменка. Однако нужно учитывать то, что главным критерием при выборе должен являться не внешний вид или ценовая политика, а удобное и комфортное ношение. Убедитесь, что приобретаемая обувь ребёнку в пору. Маленький вариант будет давить малышу, и деформировать его стопу. Обувь, купленная на вырост, может натирать и будет вызывать дискомфорт при ношении. Я понимаю, что дети очень быстро растут и иногда туфлей хватает только на один сезон, а это приводит к дополнительным растратам. Но всё-таки нужно сделать всё, чтоб ребёнку было удобно, и он спокойно смог посещать школьные занятия. Также стоит позаботиться о хорошем качестве покупаемой обуви, наличии устойчивого задника и плотной подошвы, но в то же время умеренно гибкой, присутствии небольшого каблучка для девочек.

Покупая обувь, помните: длина следа должна быть больше стопы – в носочной части, перед пальцами необходим припуск в 10 мм.

Выбирайте сменную обувь на нескользящей светлой подошве. Темная подошва оставляет черные следы на полу и даже стенах. Важное значение для правильного развития и роста ноги имеет подошва. Небольшой каблук обязателен. Его высота составляет 5-10 мм.

### **Что нужно для занятий физкультурой.**

Покупая ребёнку обувь и одежду для повседневного ношения в школе, необходимо задуматься и о наряде для занятий физическими упражнениями. Бывает, что в школе имеются какие-то специальные требования. Например, могут сказать, чтоб у всех детей был одинаковый цвет спортивного костюма. Если особых требований не выдвигается, то можно приобрести хороший спортивный костюм, футболку и гольфик для холодного времени года. Некоторые родители покупают вместо костюма спортивные штаны и футболку. Или же просто шорты с футболкой. А вот о чём стоит задуматься, так это о подходящей обуви. Вы можете купить кроссовки или кеды. Но обязательно подумайте о том, в каком варианте ребёнку будет удобнее. Также нужно понимать, что все эти принадлежности необходимо куда-то складывать. Следовательно, вам необходимо купить сумку или мешочек, который ребёнок будет носить с собой и сможет вместить всё необходимое для физкультуры.

Не последнее место в экипировке будущего первоклассника занимает вопрос о том, в чём носить школьные принадлежности. Что выбрать: портфель, сумку с плечевым ремнём или ранец? Конечно – ранец.

Использование ранцев для переноски книг, тетрадей, учебных пособий более целесообразно, чем использование различного рода сумок, портфелей.

Ношение ученических принадлежностей в ранце на спине способствует равномерному распределению нагрузки, формирует правильную осанку, освобождает руки.

Для будущих первоклассников лучше приобретать ранцы весом не тяжелее 500 г. Материал, из которого сделан ранец, должен быть лёгким, прочным, с водоотталкивающим покрытием, морозоустойчивым, удобным для гигиенической чистки, ярким по цвету. Такой ранец очень жизнеспособен и долгий в использовании!

Требования к цвету ранца связаны не только с эстетикой, но и с рекомендациями сотрудников ГИБДД. Яркий ранец сигнализирует автомобилистам, что ребёнок переходит дорогу. По этой же причине рекомендуем родителям одевать детей в яркую одежду.

Размеры ранца для первоклассников должны составлять в длину 300 – 360 мм, высоту передней стенки 220 - 260 мм, ширину 60 - 100 мм. Длина плечевых ремней должна быть 60 - 70 см. Ремни должны быть прочно закреплены посередине верхнего края в местах крепления ручки. В нижней части ремни должны иметь приспособление, позволяющее изменять их длину в соответствии с ростом ребенка и характером одежды.

Общий вес содержимого портфеля не должен составлять более 2 кг.

Особое внимание родители должны обратить на наличие жёсткой спинки ранца. Это очень важно для сохранения нормальной осанки детей школьного возраста. Если же родители всё-таки купили мягкий рюкзачок, не стоит отчаиваться, необходимо самостоятельно уплотнить заднюю стенку, прилегающую к спине ребенка.

Ранец для первоклассника должен быть удобным в использовании, не вредным для здоровья, и, желательно, даже приносить пользу.

Теперь вы знаете, что нужно, чтобы собрать ребёнка в первый класс. С началом учебного года вам также могут сказать о необходимости приобретения печатных тетрадей и даже некоторых учебников. Также вы можете купить ребёнку ланч бокс, специальную бутылочку для питья и даже термос на холодное время года. Помните, что покупать обувь, одежду и ранец, нужно с примеркой, поэтому не поленитесь взять с собой ребёнка, отправляясь за покупками. Успешных приобретений и лёгкого первого учебного года вашему ребёнку!

<https://urok.1sept.ru/articles>

Источник: <https://zdorovyemalisha.ru/interesnoe/kak-sobrat-rebyonka-v-pervyj-klass.html>