

Приложение № 10 к приказу № 154 от 01.09.2015г

Согласовано
Председатель профкома
Л.П. Килейникова

Утверждаю
заведующий детским садом №1
Н.В. Матюхина
01 сентября 2015г



ТРЕБОВАНИЯ
к одежде обучающихся
в муниципальном дошкольном
образовательном учреждении
«Детский сад общеразвивающего вида №1»

Принято на общем родительском собрании
Протокол № 2 от 27.05.2015г

г. Щекино

1. Общие положения.

1.1. Настоящие Требования разработаны для муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида №1» (далее МДОУ) в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Уставом МДОУ. СанПиН 2.4.7/1.1.1286-03", утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 17 апреля 2003 г. N 51 (зарегистрировано Минюстом России 5 мая 2003 г. регистрационный N 4499).

1.2. Согласно пункту 18 части 3 статьи 28 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», установление требований к одежде обучающихся относится к компетенции образовательной организации.

1.3. Единые требования к одежде воспитанников МДОУ вводятся с целью:

1.3.1. обеспечения воспитанников удобной и эстетичной одеждой в период повседневного пребывания в детском саду;

1.3.2. предупреждения возникновения у воспитанников психологического дискомфорта перед сверстниками;

1.3.4. укрепления общего имиджа МДОУ, формирования групповой идентичности.

2. Общие рекомендации по выбору одежды для дошкольников

2.1. Одежда ребёнка должна быть удобной, предусматривать его большую двигательную активность, предпочтительнее одежда, изготовленная из натуральных тканей, как можно меньше украшена различными бусинками и мелкими деталями, прежде всего, в целях безопасности ребёнка. Одежда должна быть чистой, красивой, яркой и вызывать у ребёнка радость и хорошее настроение.

2.2. Обувь должна четко фиксировать стопу. Предпочтительнее в детском саду – сандалии из натуральных материалов, они имеют возможность вентилирования стопы ребёнка, фиксируют пятку и не скользят по напольному покрытию, что является существенным фактором профилактики детского травматизма.

2.3. Нужно отдавать предпочтение таким вещам, большинство из которых ребенок сможет одеть самостоятельно.

2.4. Не рекомендуется ношение в детском саду одежды, обуви и аксессуаров с травмирующей фурнитурой.

2.5. В условиях часто меняющейся погоды не может быть универсальной зимней или осенней одежды для прогулки. Одежду ребенку нужно подбирать ежедневно, в зависимости от температуры воздуха, влажности и силы ветра. Из кофт удобны водолазки, т.к. закрывают шею, но их горловина должна быть легко растягивающейся.

2.6. Предпочтительно, если в индивидуальном шкафчике ребёнка будет храниться запасной комплект повседневной одежды и белья, носовые платки, а также индивидуальная расчёска. Одежду ребёнка лучше подписать, так как в группе может оказаться аналогичная одежда. Пометка поможет не перепутать похожие вещи.

2.7. Одежда воспитанников должна соответствовать санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам "Гигиенические требования к одежде для детей, подростков и взрослых, товарам детского ассортимента и материалам для изделий (изделиям), контактирующим с кожей человека. СанПиН 2.4.7/1.1.1286-03", утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 17 апреля 2003 г. N 51 (зарегистрировано Минюстом России 5 мая 2003 г., регистрационный N 4499).

2.8. Одежда воспитанников должна соответствовать погоде и месту проведения занятий и мероприятий, температурному режиму в помещении. Нужно помнить что, вспотевший ребенок имеет гораздо больше шансов заболеть, чем одетый по погоде. К тому же пот может вызвать у ребенка раздражение и сыпь. Детей нужно одевать не теплее, чем одеваются взрослые, а, возможно, даже легче, так как они больше двигаются.

В помещении также слишком тепло одетый ребёнок быстрее утомляется.

2.9. Для прогулки предпочтительно иметь в группе запасной комплект одежды, так как ребёнок может упасть в лужу или одежда не успеет высохнуть, особенно, в межсезонье.

2.10. *Спортивная одежда* используется воспитанниками на занятиях физической культурой и спортом. Для занятий физкультурой необходимо иметь спортивную одежду: футболку, шорты. При температуре ниже 18 градусов для занятий необходимо иметь спортивный костюм. Обязательно наличие спортивной обуви.

3. Основные гигиенические требования к одежде воспитанников.

3.1. *Детское бельё* – это одежда, непосредственно соприкасающаяся с кожными покровами (телом). Это рубашки дневные и ночные, трусы, майки, носки, колготки.

Поэтому оно должно способствовать удалению из пододежного пространства продуктов обмена (газов, паров влаги, жира). Для белья используются мягкие тонкие ткани трикотажной структуры, обеспечивающие воздухопроницаемость, паропроницаемость, гигроскопичность, влагоёмкость, гидрофильность. Такими качествами обладают шерстяные, х/б, льняные и шелковые ткани. Для детского белья особенно хороши х/б ткани (трикотаж, фланель). Они отличаются высокими теплозащитными свойствами, хорошо пропускает воздух, и почти не теряют своих качеств после стирки и кипячения. Нижнее бельё из синтетических волокон детям носить не рекомендуется, особенно страдающим кожными и аллергическими заболеваниями. Покрой должен быть свободным и удобным. Детское бельё шьют из светлых тканей.

Требование к носкам и колготам зависит от сезона их использования. Как слой, прилегающей к поверхности кожи они должны изготавливаться из материалов, обладающих достаточной гигроскопичностью, воздухо- и паропроницаемостью.

Лучшими материалами являются х/б и шерстяной трикотаж. Постоянное ношение колготок и носков из капрона и других синтетических материалов не желательно. Детям, страдающим ревматизмом, нефритами, кожными аллергическими заболеваниями, ношение таких колготок и носков должно быть запрещено.

Бельё менять детям необходимо не реже одного раза в неделю, а колготки и носки ежедневно или через два дня.

3.2. *Комнатная одежда* подбирается в соответствии с сезоном и температурой воздуха в помещении.

Для теплого времени года и зимой в помещениях с температурой воздуха выше 20 градусов по Цельсию дети носят двухслойную одежду, аналогичную летней из ситца, полотна, сатина и др.

Если температура воздуха в помещении ниже 19 гр. по Цельсию, рекомендуется использовать для одежды более толстые или ворсовые ткани (фланель, бумазею, байку, трикотаж, вельвет и др.), а также ткани из шерстяных и полушерстяных волокон, обладающие более высокими теплозащитными свойствами. Допускается изготовление детского платья из шерстяных тканей с добавкой химических волокон (вискозы не более 25%, лавсана не более 25%). Эти добавки незначительно меняют гигиенические качества ткани и в тоже время увеличивают их носкость и несменяемость. Повседневную одежду целесообразно шить из легко моющихся и хорошо гладящихся тканей.

Одежда может быть трёхслойной (с использованием колготок, длинных брюк, кофточек, свитеров и т.д.). Следует избегать излишней многослойности одежды, т.к. она не только препятствует движению, но и нарушает вентиляцию пододежного пространства.

Покрой повседневной одежды должен быть простым, без узких манжет и рукавов, мешающих их завёртыванию при мытье рук.

Необходимой деталью любой верхней детской одежды должны быть карманы для носового платка.

3.3. *Летняя одежда.* Летом в зависимости от климатических и метеорологических

условий дети носят одно или двухслойную одежду.

Первый слой – бельё (рубашка, майка, трусы).

Второй слой для девочек: платье короткое и расклёшенное, сарафан с различными х/б кофточками. Причем сарафан может быть сделан из шерстяной ткани, стирать его можно значительно реже, чем кофточки. Этот комплект гигиеничен и очень красив. Кроме того, его легко превращать в нарядный костюм: стоит только надеть новую красивую кофточку. Второй слой для мальчиков: рубашки с шортиками на бретельках. Очень удобны комбинезоны с короткими или длинными штанишками. Комбинезоны могут быть и более открытыми – на бретельках и более закрытыми – типа жилета. Комбинезоны могут быть сшиты из х/б тканей или из более плотных тканей.

Покрой должен исключать пояса, стягивающую резинку, глухие воротники.

Открытый ворот (вырез), широкая пройма, короткий рукав (или одежда без рукавов), свободный покрой обеспечивают хорошую вентиляцию пододежного пространства. В жаркую погоду при повышенном потоотделении одежда должна способствовать лучшему испарению пота, чтобы предохранить организм от перегрева, способствовать притоку свежего воздуха и ультрафиолетовых лучей.

Ткани должны обладать высокой воздухо- и паропроницаемостью и проницаемы для ультрафиолетовых лучей по возможности отражать тепловые лучи и хорошо сохранять свойства при многократной стирке. Такие свойства имеют батист, ситец, лён, натуральные и искусственные шелковые ткани. Последние уступают х/б тканям по показателям паропроницаемости и гигроскопичности. Лучшей паропроницаемостью обладают льняные ткани. Пропускает больше всего ультрафиолетовых лучей искусственный шелк.

Летняя одежда должна быть светлой, чтобы лучше отражать солнечные лучи и препятствовать перегреву тела. Одежда может быть зеленоватого, сиреневого, голубого цветов. Ткани этих расцветок лучше пропускают ультрафиолетовые лучи.

3.4. Одежда в осенне-весенний период. Одежда для прогулок в холодную погоду состоит из трёх слоёв. Одежда должна способствовать нормальному теплообмену и не пропускать холодный ветер через застёжки, воротники, рукава.

Осенью и весной, в зависимости от погоды, дети могут надевать байковые или шерстяные трикотажные костюмы, кофточки и рейтузы, демисезонное пальто, плащи.

Если девочка гуляет в пальто (особенно зимой), то платье приходится мять, натягивая на него рейтузы. Если же рейтузы надевать под платье, то будет охлаждаться поясница.

Поэтому предпочтительно надевать на ребёнка легкие на одной подкладке комбинезон (лучше не цельнокроеный, а в виде полукombineзона с курточкой). Для их изготовления может быть использован репс или другая плотная ткань с низкой воздухопроницаемостью.

3.5. Зимняя верхняя одежда должна выполнять свою основную задачу – тепловой изоляции, а также защиты от атмосферной влаги и ветра. Высокими теплозащитными свойствами обладает меховая одежда. Однако меховая одежда из овчины очень тяжела и груба, что лишает ребёнка необходимой двигательной активности во время прогулки, ведет к перегреву, поэтому детям не рекомендуется: драповые, на вате или шерстяном ватине, зимнее пальто с меховым воротником страдают теми же недостатками. Наилучшей зимней одеждой является комплект, состоящий из брюк с высоким поясом на бретелях и удлиненной куртке с капюшоном, манжетами и стягивающей резинкой внизу. Такая конструкция одежды обеспечивает высокий и равномерный теплозащитный эффект и не стесняет движений ребёнка. Эта одежда состоит из трёх слоёв.

Верхний, покровный слой изготавливается из тканей, имеющих низкие воздухопроницаемость, гигроскопичность, влагоёмкость и высокую гидрофобность, что препятствует проникновению холодного атмосферного воздуха в пододежное пространство и намоканию одежды от снега и дождя, повышая её теплозащитные свойства. Для верхнего слоя могут быть использованы тканевые материалы из натуральных волокон с водоотталкивающей пропиткой или синтетические ткани.

Второй слой (теплозащитный) состоит из пористых материалов, содержащих воздух

(вата, ватин, синдипон и др.) и изготовленных из натуральных, искусственных или синтетических волокон. Синтетические волокна не имеют непосредственного соприкосновения с кожей и обеспечивают только высокие теплоизолирующие свойства данного слоя одежды, поэтому их применение допустимо.

Внутренний слой (подкладка) изготавливается из тканей, имеющих высокие воздухо- непроницаемость, паропроницаемость, влагоёмкость и гигроскопичность, т.к. должен обеспечивать оптимальные гигиенические условия в пододёжном пространстве.

Одежда должна быть удобной, лёгкой и тёплой. Ни одним из этих качеств не следует пренебрегать ради каких-либо требований моды. Охлаждение нижней части тела способствует заболеванию мочевыводящих путей. Зимой необходимо носить тёплое бельё как девочкам, так и мальчикам.

Вязаная манишка удобнее и надежнее, чем шарф, который может концами зацепиться за карусель или попасть под ноги другому ребёнку в момент катания с горы.

Рукавички лучше пришить к резинке, так они не потеряются, а шапочка-шлем плотно закрывает уши. Хорошей защитой от ветра служит капюшон куртки, надетый поверх шапки.

3.6. Головные уборы. Головной убор должен соответствовать времени года и климатическим условиям. В зимнее время лучшим головным убором для детей служит меховая шапка-ушанка, “уши” которой могут быть подняты или опущены. Для девочек – меховые шапки на подкладке. Их следует носить лишь в сильные морозы. В прохладную погоду рекомендуются вязаные шерстяные шапки (типа шлема).

Весенне-осеннее время, если не очень холодно и ветрено, мальчики могут надевать береты, кепи на лёгкой подкладке, а девочки – береты или вязаные шапочки.

Летом головной убор защищает голову от прямых солнечных лучей. Для этой цели хороши панамы, фуражки с козырьком, шляпы. Их изготавливают из лёгкой светлой ткани – светлой парусины или пике, соломки.

4. Основные гигиенические требования к обуви детей.

4.1. Обувь является составной частью комплекта одежды. Для детей выпускаются различные виды обуви: круглосезонная, летняя, зимняя, весенне-осенняя. А также – повседневная, модельная, домашняя, спортивная и др. Обувь с гигиенической точки зрения должна обеспечивать защиту организма от охлаждения и перегревания, предохранять стопу от механических повреждений, помогать мышцам и связкам, удерживать свод стопы в нормальном положении, обеспечивать благоприятный микроклимат вокруг стопы, способствовать поддержанию необходимого температурно-влажностного режима при любых микроклиматических условиях внешней среды. Обувь должна отвечать гигиеническим требованиям – быть лёгкой, удобной, не стеснять движений, соответствовать форме и размеру стопы. Тогда пальцы ног располагаются свободно и ими можно шевелить.

Обувь может явиться причиной большого количества деформаций и заболеваний стоп. Тесная и короткая обувь затрудняет походку, жмёт ногу, нарушает кровообращение, причиняет боль и с течением времени изменяет форму стопы, нарушает нормальный её рост, деформирует пальцы, способствует образованию трудно заживающих язв, а в холодное время года – отморожению, усиливает потливость. Слишком свободная обувь тоже вредна. Ходьба в ней быстро утомляет, и могут возникнуть потёртости, особенно в области подъёма. Детям не рекомендуется ходить в узкой обуви. Ношение её часто приводит к искривлению пальцев, врастанию ногтей, образованию мозолей и способствует развитию плоскостопия. Плоскостопие наблюдается и при длительной ходьбе в обуви без всяких каблучков, например, в тапочках. Подошва должна хорошо сгибаться. Жёсткая подошва затрудняет ходьбу (ограничивается угол изгиба, задник обуви стягивается с пятки), снижает работоспособность мышц голеностопного сустава, повышает температуру кожи ноги и потоотделения.

Насколько необходимо обеспечить максимальную подвижность передней части стопы, настолько же необходимо обеспечить максимальную стабильность пятки. Задник должен быть прочным, не допускающим скольжения стопы. Задник должен охранять, плотно охватывать пятку, предупреждать её деформацию.

Зимой обувь обязательно должна быть тёплой. С этой целью используют мех, фетр, сукно, войлок. В условиях холодных зим с устойчивым снежным покровом применяется валяная обувь (валенки). Её достоинствами являются высокие теплозащитные свойства и малая масса, недостатком – ограничение подвижности стопы. В холодные зимние дни не ниже – 10 градусов по Цельсию дети могут носить ботинки и сапожки на пористой резине, утеплённые синтетическим мехом (лавсан с хлопком) или на шерстяной или войлочной подкладке. Нужно помнить, что при хроническом охлаждении ног возникают спазмы сосудов и развиваются серьёзные нарушения питания тканей ноги вследствие затруднения тока крови.

В летние месяцы наиболее гигиенична лёгкая открытая обувь с широким вырезом – сандалеты, босоножки, туфли кожаные, или туфли на кожаной подошве с верхом из текстиля и других материалов с пористой структурой (рогожка, джинсовая ткань и др.). Такая обувь способствует хорошему проветриванию и быстрому испарению пота за счет циркуляции воздуха вокруг стопы (благодаря подбору материала, но чаще ажурному узору верха обуви).

В сырую дождливую погоду удобны резиновые сапожки или обувь с подошвами из водонепроницаемых материалов, резины, каучука, нейлона и др. Однако, эта обувь отличается низкой воздухопроницаемостью, поэтому носить её необходимо только со стельками, хорошо впитывающими пот: войлочными, суконными, а летом – из плетеной соломы или картона. Необходимо следить, чтобы подкладка не становилась влажной. На ноги рекомендуется надевать тонкие шерстяные носки, т.к. шерсть хорошо поглощает влагу. Иногда резиновая обувь приходится носить в холодное время года. В этом случае её надо носить с двумя парами носок или чулок, т.к. воздух между носками создаёт дополнительную теплозащиту.

Обувь, отвечающая гигиеническим требованиям, помогает избегать неприятных, подчас болезненных явлений. Таким образом, обувь не должна сжимать стопу, нарушать крово-лимфообращение, препятствовать естественному развитию ноги. Перед большим пальцем должно оставаться пространство 0,5–1 см.

4.2. *Гигиенические требования к обуви* для детей и подростков складываются из требований к конструкции обуви, обусловленной особенностями строения стопы в период роста, и к материалам из которых изготавливается обувь. Размер, фасон и жёсткость низа детской обуви не должны препятствовать развитию стопы.

Стопа ребёнка в раннем возрасте значительно отличается от стопы взрослого по анатомо-физиологическому строению. Для детской стопы характерна радиальная форма, при которой наибольшая ширина отмечается на концах пальцев. Стопа приобретает веерообразную форму. Иное соотношение пяточной и передней частей стопы – у детей относительно более длинная задняя часть (пяточная), что должно учитываться при конструировании обуви. Скелет стопы в детском возрасте образован хрящами.

Окостенение завершается лишь с окончанием роста (приблизительно 21 г.), поэтому стопа ребенка может легко деформироваться под влиянием механического воздействия. В связи с этим такие качества как толщина, гибкость подошвы, масса обуви, а также теплозащитные свойства подлежат гигиеническому нормированию.

4.3. Основными элементами покроя обуви являются верх – это носочная часть, задник, союзка, берца и голенище, и низ – это подошва стелька, каблук.

Носочная часть должна быть шире пучковой (часть стопы на уровне плюснефаланговых суставов). Подносок – деталь верха, расположенная между подкладкой и верхом в носочной части для сохранения её формы. Он предохраняет пальцы стопы от травмирования, и его длина не должна превышать области плюснефаланговых суставов.

Задник – деталь верха обуви, расположенная в пяточной части для сохранения её формы. Задник должен охранять пятку, предупреждать её деформацию, не допускать скольжения стопы кверху и кзади. Для изготовления задника используется более толстая натуральная кожа. Производство обуви без задника допускается для детей старше 11 лет. Низ обуви (стелька, подошва, каблук) – должен иметь оптимальные показатели жёсткости – сопротивление изгибу по линии соединяющей головки и плюсневых костей до угла 25°. Подошва – основной элемент низа обуви. Подошва должна иметь оптимальные гибкость, толщину, массу и теплозащитные свойства. Теплозащитные свойства подошвенных материалов зависят от их теплопроводности. Чем ниже теплопроводность, тем выше их теплозащитные свойства. Пористая резина по теплозащитным свойствам значительно превосходит кожу и монолитную резину. При этом с увеличением влажности окружающей среды теплопотери натуральной кожи из шерсти (валенки) увеличиваются, а теплозащитные свойства пористой резины не изменяются. Это создаёт преимущество применения в детской обуви пористых резин для подошв, которые могут обеспечивать не только теплозащитные свойства, но и толщину, гибкость и противоскользящие свойства обуви. В летний период ношение обуви с резиновой подошвой, включая и микропористую, ведет к повышению потливости ног из-за полного отсутствия паро- и воздухопроницаемости.

Для детской обуви допускается ниточные и комбинированные методы крепления, обеспечивающие большую гибкость в пучковой области, лёгкость при применении пористой резины, полиуритана и других материалов возможно использование клеевого и литьевого методов крепления, обеспечивающих водонепроницаемость обуви, что необходимо в осенне-весенний и зимний периоды. Толщина подошвы нормируется в зависимости от материалов и типа обуви.

Стелька – внутренняя деталь обуви, имеющая контакт с кожей стопы и способствующая созданию комфортного температурно-влажностного режима во внутриобувном пространстве. Она должна обладать высокой воздухо- и паропроницаемостью. Она должна изготавливаться только из натуральной кожи.

Каблук – искусственно повышает свод стопы, увеличивая его рессорность, защищает пятку от ушибов о почву, а также повышает износостойчивость обуви. При опоре на необутую стопу (без каблука) большая часть нагрузки приходится на задний отдел стопы. Отсутствие каблука допускается только в обуви для детей раннего возраста (пинетки), пока ребёнок не ходит. В обуви с каблуком 2 см нагрузка распределяется равномерно между передним и задним отделом стопы. Высота каблука: для дошкольников – 5-10 мм, для школьников 8-10 лет – не более 20 мм, для мальчиков 13-17 лет – 30 мм, для девочек 13-17 лет до 40 мм.

Детская обувь должна иметь надёжное и удобное закрепление на ноге, не препятствующее движениям. Для этого используются различные виды крепления: шнуровка, “липучка”, ремни, застёжка на молнию и др.

Для верха детской обуви круглосезонного назначения рекомендуется натуральная кожа, т.к. она обладает высокой воздухо- и паропроницаемостью, мягкостью, гибкостью и теплозащитными свойствами для летней обуви наряду с кожей используются различные текстильные материалы или их комбинации с кожей: рогожка, джинсовая и др. В утеплённой обуви для верха рекомендуются сукно, драп, шерстяные и полшерстяные материалы, фетр, войлок и др.

Для подкладки рекомендуются натуральная кожа и х/б материалы.

Обувь для повседневной носки на улице или в образовательной организации должна быть простой, удобной формы, на широком низком каблуке (1-2 см). Тогда ходьба будет не утомительна. Выходные туфли девочек старшего возраста могут быть на среднем, но обязательно устойчивом каблуке, высотой не более 3 см. Вычурных фасонов следует избегать.

4.4. *Правила подбора обуви.* Обувь для детей подбирается в соответствии с размерами, определяемыми по длине стопы: расстояние между наиболее выступающей точкой пятки и концом самого длинного пальца. За единицу измерения принят миллиметр, разница между номерами составляет 5 мм. Обувь для детей и подростков изготавливают в точном соответствии с длиной и шириной стопы.

При примерке обуви следует обращать внимание на то, чтобы перед большим пальцем оставалось пространство в 0,5-1 см. Для этого при примерке обуви ребёнок должен стоять, а не сидеть. Только в том случае, если стопа несет всю массу тела, можно выяснить действительную длину и ширину стопы. При этом следует учитывать, что длина стопы не остаётся неизменной, а увеличивается, особенно во время движения или в результате утомления, вызванного длительной ходьбой.

Ребёнку приблизительно каждые полгода нужно менять размер обуви.

Обувь лучше покупать светлых, ярких тонов.

Обратите внимание на наличие супинатора – одного из элементов «правильной» обуви, представляющего собой плотное возвышение на внутренней стороне стельки. Он сдерживает своды стопы и способствует равномерному распределению нагрузки при ходьбе.