

## Консультация для родителей «Как правильно одевать ребенка весной»

Каждая мама заботится о своем чаде. Все мамы и бабушки - категорически «за», чтобы одевать ребенка потеплее в любое время года во избежание замерзания.

Эксперты утверждают, что одевать малыша нужно, исходя из собственных предпочтений в одежде - на один слой больше, чем на Вас.

Немаловажно иметь в виду, что кутать ребенка нельзя - он вспотеет и замерзнет или заболеет. Одежда не должна быть ему мала или велика - так

ребенок не сможет сполна насладиться прогулкой. Малыш должен быть одет в практичные вещи, которые не стесняют его движения и имеют способность сохранять тепло и испарять влагу.

Первое весеннее тепло обманчиво, и одевать ребенка на улицу в это время следует с особой тщательностью. Наша цель - избежать переохлаждения на прогулке, чтобы, раздевшись, ребенок не схватил простуду под первым сквозняком.

Заботливые мамы с первой весенней капелью начинают кутать своего ребенка в большое количество одежды. Другие, напротив, резко упрощают экипировку. В обоих случаях такой подход к детской одежде на весну может привести к простудным заболеваниям. На смену шубкам и пуховикам приходят куртки с непромокаемым покрытием, утепленные синтепоном. Вязаные свитера из шерсти можно заменить на хлопчатобумажные толстовки с начесом. Они позволяют сохранить тепло, но в то же время избежать перегрева и избыточного потоотделения. Штаны на время весны лучше выбирать из непромокаемых тканей, которые хорошо поддаются чистке. Под них до наступления настоящего тепла лучше надевать колготки или термобелье.

Детям вредно как перегреваться, так и переохлаждаться. Количество одежды зависит от температуры воздуха. Нужно еще учитывать силу ветра. При одинаковой отрицательной температуре воздуха человек мерзнет тем сильнее, чем больше скорость ветра.

Немаловажное значение имеют индивидуальные особенности ребенка. Малоподвижный, зябнувший ребенок должен быть одет теплее, чем активный. Слишком укутанных малышей можно встретить гораздо чаще, чем недостаточно тепло одетых.

Рекомендуем 9 советов, о том, как одеть ребенка весной :

1. Не нужно сильно кутать ребенка, собираясь на весеннюю прогулку, все-таки уже не зима. Одежда должна быть непромокаемой и не продуваемой.

2. Для детей 2-3 лет для весенней прогулки подойдет не продуваемый и непромокаемый комбинезон. В нем ребенку будет удобно и тепло, в такой одежде не страшен даже холодный весенний дождь.

3. Если же вы не хотите надевать на ребенка комбинезон, тогда лучше остановиться на послойном одеянии. Наденьте на малыша маечку и трусики, теплый джемпер, колготки, непромокаемые штанишки. Завершить «образ» нужно верхней одеждой и обувью.

4. Важной частью одежды ребенка для весенней прогулки является шапка. Отличным вариантом может стать шапка-труба, которая одновременно выполняет функцию шапки и шарфа.

5. Не стоит забывать о шарфе, особенно, если ребенок наденет обычную шапку, а не шапку-трубу. Шарф может быть любым, главное - правильно его завязать, он не должен мешать ребенку на прогулке. Лучше всего, научить ребенка надевать шарф под верхнюю одежду.

6. Еще один важный атрибут весеннего гардероба - варежки. Они должны быть теплыми, но тонкими. И обязательно - непромокаемыми. Иначе вместо согревания рук, они будут выполнять обратную функцию.

7. Обувь весной должна быть легкой, непромокаемой, но легкие резиновые сапожки не подойдут - земля еще не прогрелась, Лучше выбрать высокие ботинки на толстой подошве, но без утеплителя. Когда плюсовая температура станет привычной, можно сменить эту обувь на резиновые сапоги с «валенком» внутри на теплой синтепоновой подкладке».

8. Важным элементом наряда ребенка весной считаются носочки. Желательно, чтобы были из натурального хлопка или шерсти, теплые. Ножки малыша смогут дышать, а также находиться в сухости и тепле.

9. Старайтесь одевать ребенка в одежду ярких цветов. Это обеспечит хорошее настроение родителям и малышу, а также позволит увидеть его на расстоянии при возникновении опасной ситуации.



# АЛГОРИТМ ОДЕВАНИЯ ВЕСНОЙ



**колготки**



**футболка**



**брюки**



**кофта**



**куртка**



**шапка**



**сапоги**



**перчатки**

