

Каждая мама заботится о своем малыше, и каждый раз, выходя на улицу, задумывается: «Как правильно одевать ребенка?». Рекомендаций существует великое множество. Причем все они абсолютно разные.

Одевайте ребенка по сезону и по погоде.

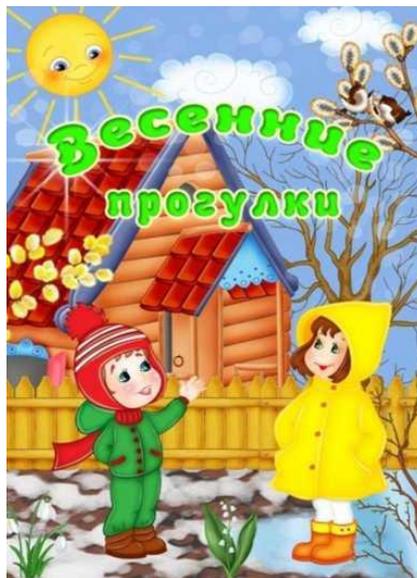
Не стоит сильно кутать ребенка, собираясь на весеннюю прогулку, ведь уже все-таки не зима. Ребенок, одетый в два свитера, быстро вспотеет и простудится. Гораздо важнее, чтобы одежда была непромокаемой и не продуваемой. То есть, была достаточно теплой, но не жаркой и могла защитить ребенка от дождя и ветра.

Для детей от 3-6 лет для весенней прогулки идеально подойдет не продуваемый и непромокаемый комбинезон. Он не сползает, его легко снимать и надевать. В нем ребенку будет удобно и тепло, в такой одежде не страшен даже холодный весенний дождь.

Если вы не хотите надевать на ребенка комбинезон, тогда лучше остановить свой выбор на послойном одеянии. Наденьте на ребёнка маечку и трусики, теплый джемпер, колготки, непромокаемые штанишки, кофточку. Завершить «образ» нужно верхней одеждой и обувью.

Государственное образовательное бюджетное учреждение Свердловской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ресурс» Ул. Машинная, д.31, г. Екатеринбург, 620142 Тел./факс (343)221-01-57
E-mail: centresurs@gmail.com

Памятка-Буклет «Как одеть ребенка весной»



Шапка

Важной частью одежды ребенка для весенней прогулки является шапка. Отличным вариантом может стать шапка-труба (шапка-шлем), которая одновременно выполняет функцию шапки и шарфа. Головной убор для прогулки весной должен быть теплым и непромокаемым.

Шарф

Также не стоит забывать о шарфе, особенно, если ребенок наденет обычную шапку, а не шапку-трубу. Шарф прикрывает не только горло, но и важные для иммунной системы лимфоузлы от переохлаждения. Шарф может быть любым, главное – правильно его завязать, он не должен мешать ребенку играть и бегать на прогулке. Лучше всего, научить ребенка надевать шарф под верхнюю одежду.

Варежки

Еще один важный атрибут весеннего гардероба – варежки. Они должны быть теплыми, но тонкими. А главное – непромокаемыми. Иначе вместо согревания рук, они будут выполнять обратную функцию.

Обувь

Обувь – один из самых важных компонентов одежды для здоровья ребенка. Обувь для весенней прогулки должна быть легкой, мягкой, она не должна промокать. Для ранней весны лучше всего отдать предпочтение сапогам на теплой синтепоновой подкладке («сапог-вкладыш»).

Тепло и дождливо

В такую погоду просто незаменимы резиновые сапоги, но помните, что в них ножки не дышат и потеют, особенно, когда тепло. Поэтому под них нужно надевать носочки с хорошей впитываемостью, например, из хлопка.

Ветрено

Сейчас на легкий свитерок нужно надеть непромокаемую и непродуваемую ветровку. Это защитит ребенка, не дав ему перегреться. Хорошо одеть легкие непромокаемые штанишки, надетые поверх обычных. Они дадут ребенку возможность покататься с горки, даже если она мокрая. После игровой площадки грязные верхние штаны можно снять и спокойно пойти дальше.

Холодно и дождливо

Под обычную одежду малыша оденьте плотно прилегающую футболку с длинным рукавом и колготы. Верхняя одежда должна быть непромокаемой и не продуваемой.

Холодно и сухо

Для такой погоды лучше воспользоваться советами о многослойности одежды. Можно одеть водолазку, свитер крупной вязки, а сверху – куртка, но не очень теплая. То же самое касается и ножек: колготки, рейтузики и брюки греют лучше, в то же время мешают меньше, чем толстые ватные штаны.



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

