

«КАК ОДЕВАТЬ РЕБЁНКА ВЕСНОЙ»

Вот и закончилась зима со своими морозами и холодами, наступила долгожданная весна, и всё изменилось: горячее солнце отогревает город, журчат весёлые ручейки. Само сердце радуется вместе с природой. Это чувство знакомо всем нам, и так хочется разделить его с самым дорогим человеком-своим ребёнком.

«Пришел март - надевай сорок порток!» Руководствуясь этой народной мудростью, заботливые мамы с первой весенней каплей начинают старательно кутать своего ребенка в большое количество одежды. Другие, напротив, резко облегчают экипировку. И в том, и в другом случае такой подход к детской одежде весной может привести к простудным заболеваниям. Одежек может быть гораздо меньше сорока, но вся весенняя одежда для детей должна быть теплой и обязательно дышащей. На смену шубкам и пуховикам приходят куртки с непромокаемым покрытием, утепленные синтепоном. Вязаные свитера из шерсти можно заменить на хлопчатобумажные толстовки с начесом, свитера тонкой вязки, изделия из синтетических флисовых тканей. Они позволяют сохранить тепло, но в то же время избежать перегрева и избыточного потоотделения. Брюки весеннее время лучше выбирать из непромокаемых тканей, хорошо поддающихся чистке. Под них до наступления настоящего тепла лучше надевать колготки или, в идеале, термобелье.

Детям одинаково вредно как перегреваться, так и переохлаждаться. Количество слоев одежды зависит от температуры воздуха. Дополнительно нужно учитывать силу ветра. При одинаковой отрицательной температуре воздуха человек мерзнет тем сильнее, чем больше скорость ветра. Многие мамы, собираясь на прогулку, стараются одеть ребенка теплее, чем одеваются сами. Но если это прогулка, во время которой ребенок постоянно двигается, а мама за ним наблюдает, то это неправильно. Вспотевший ребенок имеет гораздо больше шансов заболеть, чем одетый по погоде. К тому же пот может вызвать у ребенка раздражение и сыпь. Одевая ребенка, помните, что дети мерзнут меньше, чем взрослые, так как они постоянно в движении.

«А какой же должна быть одежда для детского сада?» – часто спрашивают родители.

Одежда для детского сада должна быть максимально удобной. Я бы даже сказала, что это должна быть домашняя одежда (мягкая, свободная). Для детей детский сад – это второй дом. И, зачастую, они проводят там столько времени, сколько мы проводим на работе. Именно поэтому комфорт – очень важная составляющая в одежде. А вот, чтоб настроение у малыша было всегда радостное и веселое, постарайтесь одевать его в яркую красочную

одежду.