

«Как одеть ребенка по погоде»

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.

Наши мамы и бабушки - категорически «за», чтобы одевать ребенка потеплее в любое время года во избежание замерзания.

Приверженцы современных методик советуют, наоборот, закалять кроху, выходя с ним на зимнюю прогулку чуть ли не в одной футболке.

Специалисты же утверждают, что одевать свое чадо нужно, исходя из собственных предпочтений в одежде - то есть, на один слой больше, чем на Вас.

Важно помнить, что кутать ребенка нельзя - он вспотеет и точно замерзнет или, не дай Бог, заболеет. Одежда не должна быть ему мала или слишком велика - так ребенок не сможет сполна насладиться прогулкой.

Малыш должен быть одет в практичные вещи, не стесняющие его движений и имеющие способность сохранять тепло и испарять влагу.

Весна радует первыми солнечными лучами, но еще достаточно ветрено и холодно, поэтому каждой маме необходимо знать, как одеть малыша для весенней прогулки, чтобы он не простудился.

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



Сорок одежек.

«Пришел марток - надевай сорок порток!»



Руководствуясь этой народной мудростью, заботливые мамы с первой весенней капелью 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 на весну 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 позволят сохранить тепло, но в то же время избежать перегрева и избыточного потоотделения. Брюки на время весны лучше выбирать из непромокаемых тканей, хорошо поддающихся чистке. Под них до наступления настоящего тепла лучше надевать гамаши, колготки или в идеале термобелье.

«Держи ноги в тепле, а голову в холоде!»



Великий полководец Александр Васильевич Суворов вероятно, имел в виду взрослых солдат, а не детей. Но известная доля истины в его словах есть. Головной убор должен быть теплым, но не жарким. меховые шапки можно смело отправлять в сундук: настало время вязаных и флисовых шапочек. Важно, чтобы голова ребенка не потела - иначе, сняв шапку, он может стать жертвой сквозняка и простудиться.



**Информацию подготовила:
воспитатель группы «Ромашка» Постовалова А.С.
апрель 2025г.**