

Консультация для родителей

«Одеваем детей по погоде»

Одежда детей – не дань моде, а «вторая кожа», поэтому на первом месте всегда должны стоять соображения практичности и функциональности.

Условно одежду можно разделить на нательное бельё и верхнюю одежду. Одежда для малышей не должна содержать синтетических материалов. Швы должны быть аккуратными, иначе будут натирать кожу. Нужно следить, чтобы одежда не сдавливала ткани и не нарушала кровотока. Например, зимняя курточка, в манжетках которой вставлены резинки. Ребенок в пылу азарта будет голыми руками лепить снежки, переохлаждение уже будет, а тут еще и ухудшение притока крови из-за сдавления запястья резинкой. Тут и до обморожения недалеко.

"Как одевать ребёнка осенью"



В холодную дождливую погоду следите за тем, чтобы верхняя одежда ребенка была непромокаемая и непродуваемая.

Закончилось лето. Такие прекрасные, такие беззаботные деньки, когда не надо ломать голову над тем, как одеть ребенка: схватила первые попавшиеся шортики или платьице, взяла с собой легкую ветровку – и вперед, гулять хоть на весь день!

Осень все усложнила. Погода меняется моментально, и ребенок порой возвращается домой, шмыгая носом. Однако простуд можно избежать, если правильно подбирать одежду и обувь для прогулки.

У осени для нас припасено три характерные погоды: тепло и дождливо, холодно и дождливо и просто холодно. Одеть ребенка слишком тепло – не выход. Это ничуть не менее опасно, чем одеть недостаточно: дети бегают, прыгают, потеют, а потом моментально замерзают на холоде.

"Как одевать ребёнка зимой"

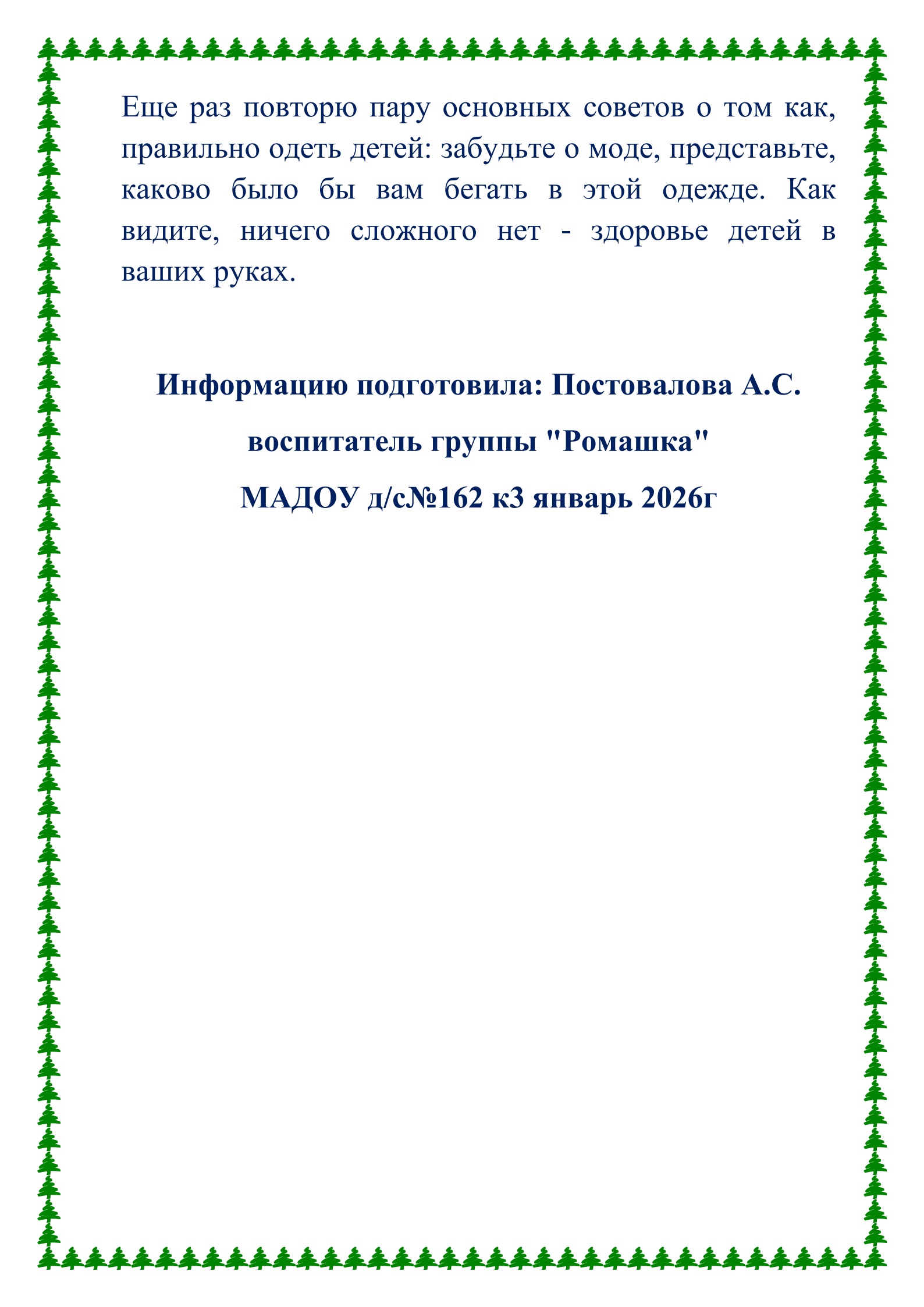


Главное предназначение одежды детей в зимний период – сохранить тепло и защитить от холода, ветра и влажности. Помимо этого важно обратить внимание на вес, ведь именно зимой приходится носить больше всего одежды и именно зимой размеры одежды сковывают движения, мешая передвигаться. Наиболее удачным сочетанием будут

брюки с высоким поясом и удлиненная куртка. В качестве наполнения хороши легкие синтепон или пух. Верхний слой должен отталкивать воду и не пропускать воздух, что позволит снизить проникновение снега и дождя. Внутренний слой (подкладка) должен, опять же, не пропускать воздух, но впитывать воду (пот, чтобы обеспечить хороший внутренний микроклимат).



Избыток одежды столь же вреден, как и недостаток. Проще всего одеваться чуть легче, но брать с собой легкие кофточки, которые можно будет быстро надеть, если это потребуется. Одежда ребенка должна быть легкой, удобной и по погоде тёплой. Помните, что детям будет жарко, когда они будут бегать, а через пять минут станет холодно, когда они усядутся в песочнице. Понять, что когда они бегают, нужно немного раздеться, а когда сидят - нужно одеться теплее, дети не могут и вся ответственность в этом вопросе лежит на родителях. Нужно разговаривать, стараться объяснить ребенку основные моменты.



Еще раз повторю пару основных советов о том как, правильно одеть детей: забудьте о моде, представьте, каково было бы вам бегать в этой одежде. Как видите, ничего сложного нет - здоровье детей в ваших руках.

Информацию подготовила: Постовалова А.С.

воспитатель группы "Ромашка"

МАДОУ д/с№162 к3 январь 2026г