



КАК ОДЕВАТЬ РЕБЕНКА В ГРУППЕ И НА УЛИЦЕ



1. Одежда должна защищать кожу и согревать ребенка.
2. Одежда не должна быть тяжелой и ограничивать движения ребенка. Особое внимание обратите на одежду мальчиков, потому что у них совершенствование системы терморегуляции происходит медленнее, чем у девочек.
3. Исключите все, что не поддается стирке.
4. Не покупайте одежду на вырост.
5. Не покупайте дорогую одежду.
6. Следите за чистотой и опрятностью одежды ребенка. Привлекайте его к исправлению неопорядка в одежде: например, попросите его принести чистую рубашку, нитки, пуговицу и т.п.
7. Одежду лучше покупать из хлопчатобумажных, шерстяных и трикотажных тканей и того цвета, который нравится не Вам, а Вашему ребенку.
8. Не забывайте, что хлопчатобумажная одежда при первой стирке садится.

9. Белье из синтетических тканей нежелательно, так как оно препятствует испарению пота с поверхности тела.
10. В жаркую погоду:
11. для мальчиков удобны ситцевые, льняные, джинсовые костюмы,
12. для девочек – легкие, свободного покроя платья с короткими рукавами, а так же спортивная одежда из хлопчатобумажного трикотажа.
13. Брюки и куртки не должны жать в поясе.
14. Для зимы лучше приобретать стеганные куртки или комбинезоны из водоотталкивающего материала на теплой подкладке и с капюшоном. Варезки прикрепите к резинке, но не крепите к куртке – их придется часто сушить!
15. Толстые свитера дети не любят. В холодную погоду лучше поддеть еще одну кофточку.
16. Лучшая обувь для детей – кожаная, с каблуком не более 8 мм, прочным задником с заглаженными краями. Обувь нельзя покупать на вырост или разношивать – это повредит ноге Вашего ребенка!



17. В осенне-зимний период обувь приобретайте на размер больше, а летом – по размеру.
18. Носите обувь с носками. Они впитывают пот и препятствуют натиранию кожи.
19. Не применяйте для повседневной носки чешки и сланцы.
20. Одежда детей в помещении должна быть облегченной.
21. Детям вредно как переохлаждение, так и перегрев.
22. Лучше всего одеть ребенка в рубашку и шорты (платье), на ногах – летние носки или гольфы и легкие туфли или тапочки с каблчком.
23. При понижении температуры, посоветуйтесь с воспитателем детского сада.

ПОМНИТЕ РОДИТЕЛИ, ЧТО ПРАВИЛЬНО ПОДОБРАННАЯ ОДЕЖДА И ОБУВЬ ЯВЛЯЕТСЯ ОДНИМ ИЗ УСЛОВИЙ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ВАШ РЕБЁНОК БЫЛ ЗДОРОВ И СЧАСТЛИВ!

