

Консультация для родителей на тему:

«Как одеть ребенка весной»?

Подготовил: Прочанова Т. Н.

Выбор одежды по сезону — большая головная боль для молодых родителей. В любое время года мамы и папы переживают, чтобы их малыш не замёрз и не перегрелся. А уж как одевать ребёнка весной подчас не знают даже опытные родители, и скатываются в одну из двух крайностей: или слишком кутают малыша, или надевают на него не по погоде лёгкие вещи. Оба варианта опасны для детского здоровья — и перегрев, и охлаждение могут стать причинами болезней.

На самом деле задача как одевать ребёнка весной решается довольно просто. Родителям достаточно ориентироваться на здравый смысл и погоду за окном, и знать несколько несложных правил подбора весеннего гардероба для сына или дочери.

Обязательно учитывайте обстановку на улице: детскую одежду для ранней весны можно доставать тогда, когда температура воздуха несколько дней не опускается ниже нуля градусов.

Другие важные факторы и нюансы:

- активных детей, которые на улице постоянно находятся в движении, одевают легче, чем их более спокойных сверстников;
- правилу «одевать ребёнка на прогулку как себя плюс один слой» уже много лет, и это самый надёжный способ не ошибиться с количеством слоёв одежды;
- комбинезон весной удобен для малышей до трёх лет, детям постарше на прогулке лучше носить отдельный комплект из куртки и брюк;
- рациональный выбор детской весенней одежды — удобные, не маркие вещи: если малыш испачкается (а весной это случится наверняка), родителям не придётся расстраиваться из-за безнадежно испорченного гардероба;
- ребёнок на улице не должен промочить ноги — наденьте на прогулку обувь из мембранного материала с высокими водоотталкивающими свойствами.

Основной критерий правильного выбора одежды и обуви для ребёнка — погода на улице. Важен и возраст сына или дочери: одежда 2-летнего малыша будет отличаться от гардероба старшего дошкольника.

В любом возрасте можно одеть ребёнка по принципу многослойности и не ошибиться: первый слой сохранит нежную кожу сухой, второй не даст замерзнуть, третий слой нужен для защиты от неблагоприятных погодных условий, например, от дождя и ветра.

Как правильно выбрать одежду и обувь на весеннюю прогулку в зависимости от погоды и возраста ребёнка — памятка для родителей:

Температура воздуха	Для 1-3 лет	Для дошкольников среднего и старшего возраста
– 10... 0°	Тонкая футболка или кофточка с длинным рукавом, тёплая кофточка, колготки средней плотности и плотные носки, зимний комбинезон, тёплая шапка, рукавички, шарфик, зимняя обувь.	Первым слоем — термобелье, затем тёплая водолазка или кофта с длинными рукавами, в качестве верхней одежды зимние или демисезонные штаны и куртка, тёплая шапка с завязками или шапка-шлем, варежки-краги или тёплые перчатки, утеплённые ботинки.
0... + 10°	Тонкая синтетическая кофточка с длинными рукавами, плотные колготки, демисезонный или зимний комбинезон в зависимости от силы и направления ветра на улице, рукавички средней плотности, шарф при необходимости, тёплая весенняя шапка, зимние или утеплённые весенние ботинки.	Синтетическая тонкая кофта, кофта средней плотности с длинными рукавами, весенние куртка и штаны, шапка с завязками и перчатки средней плотности, ЭВА-сапоги с утеплителем.
+ 10... +20°	Тонкая кофточка из синтетики с длинными рукавами, тонкие колготки, демисезонный комбинезон или комплект из куртки и штанишек, весенняя лёгкая шапочка, при необходимости тонкие рукавицы или перчатки и шарф, обувь без утеплителя.	Майка из синтетики с короткими рукавами, лёгкая кофточка, демисезонные куртка и штаны, тонкая шапка, перчатки при необходимости, ПВХ-сапоги или ботинки без утеплителя.

Перед тем, как выйти на улицу — оцените текущие погодные условия: так, если на улице тепло, но дует холодный северный ветер, к одежде ребёнка понадобится добавить ещё один слой или заменить весеннюю верхнюю одежду на зимнюю.