

В межсезонье выбор одежды для ребенка представляет для родителей больше сложностей, чем в зимний холод и летнюю жару. В это время погода переменчива: то выглянет солнышко, то подует ветер, то заморосит дождь. Если понаблюдать за малышами на детской площадке, все одеты по-разному. Одни похожи на многослойные колобки «в семи одежках», другие бегают в легких курточках нараспашку. Большинство родителей склонны к первому варианту — перестраховаться и одеть ребенка потеплее. Обе крайности неуместны и вредны для здоровья малыша.

Общие рекомендации по выбору одежды

Одевать ребенка в демисезонную одежду можно с момента, когда температура воздуха уверенно держится на отметке ноль градусов. При выборе одежды учитывайте темперамент ребенка: подвижных детей нужно одевать более легко, так как они активно двигаются и больше потеют, спокойных — потеплее.

КАК ОДЕТЬ РЕБЁНКА ОСЕНЬЮ—

Комбинезон удобен для малышек до трёх лет, детям постарше на прогулке лучше носить отдельный комплект из куртки и брюк; рациональный выбор детской осенней одежды — удобные, не маркие вещи: если малыш испачкается (а осенью это случится наверняка), родителям не придётся расстраиваться из-за безнадёжно испорченного гардероба;

Ребёнок на улице не должен промочить ноги — наденьте на прогулку обувь из мембранного материала с высокими водоотталкивающими свойствами.

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.

температура воздуха

Для детей до года

Для 1-3 лет

Для дошкольников и младших школьников

Для подростков

- 10... 0°

Хлопчатобумажное боди, тёплое боди (например, из флиса), зимний комбинезон или конверт с

Тонкое боди или кофточка с длинным рукавом из синтетики (в хлопковых вещах подвижный ма

Первым слоем — термобелье, затем тёплая водолазка или кофта с длинными рукавами, в качес

Термобелье или синтетическая водолазка, кофта с длинными рукавами, тёплые брюки или кол

0... + 10°

Хлопчатобумажное боди, боди из флиса, демисезонный комбинезон с утеплителем 40 грамм, п.

Тонкая синтетическая кофточка с длинными рукавами, плотные колготки, демисезонный или зимний комбинезон

Синтетическая тонкая кофта, кофта средней плотности с длинными рукавами, весенние куртки

Синтетическая тонкая кофта без рукавов или с короткими рукавами, кофта, брюки или колготки

+ 10... +20°

Хлопчатобумажное боди, демисезонный комбинезон с утеплителем 40 грамм, тонкая весенняя куртка

Тонкая кофточка из синтетики с длинными рукавами, тонкие колготки, демисезонный комбинезон

Майка из синтетики с короткими рукавами, лёгкая кофточка, демисезонные куртка и штаны, то

Тонкая майка, водолазка средней плотности, тонкие брюки или колготки, лёгкая куртка, тонкие

Для подвижных детей, которым пока сложно следить за тем, чтобы одежда постоянно сидела как нужно, можно выбирать вещи с резинками, фиксирующими ткань, и шапку-шлем, которая одновременно защитит голову, уши и шею.

Отправляясь в детский сад в дождливую погоду, необязательно брать с собой зонт, который будет только стеснять движения ребёнка. Зонт легко заменить дождевиком с

капюшоном, который и не даст малышу промокнуть, и сохранит одежду чистой.

Осень — прекрасное время года. Пусть ваш малыш всегда будет здоров!