

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 безнадежно 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 куртка или комбинезон

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, тонкие колготки

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

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!