

# КАК ОДЕВАТЬ РЕБЁНКА ДОМА И НА УЛИЦЕ



1. Одежда должна защищать кожу и согревать ребенка.

2. Одежда не должна ограничивать движения ребенка.

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 самого исправлять беспорядок.

7. Одежду лучше покупать из хлопчатобумажных, шерстяных и трикотажных тканей и того цвета, который нравится ребенку.

8. Не забывайте, что хлопчатобумажная одежда при первой стирке садится.



9. Белье из синтетических тканей препятствует испарению пота с поверхности тела.

10. В жаркую погоду для мальчиков удобны ситцевые, льняные, джинсовые костюмы, для девочек - легкие, свободного покроя платья с короткими рукавами, а так же спортивная одежда из хлопчатобумажного трикотажа.

11. Брюки и куртки не должны жать в поясе.

12. Для зимы лучше приобрести стеганую куртку или комбинезон из водоотталкивающей материи на теплой подкладке, с капюшоном. варежки желательно купить тоже из непромокаемой ткани и прикрепить к резинке.

13. Толстые свитера дети не любят. В холодную погоду лучше поддеть еще одну кофточку.



**14.** Лучшая обувь для детей - кожаная, с каблуком не менее 8 мм. и прочным задником.

**15.** в осенне-зимний период обувь приобретайте на размер больше, а летом - по размеру.

**16.** Носите обувь с носками. Они впитывают пот и препятствуют натиранию кожи.

**17.** Не применяйте для повседневной носки чешики и сланцы.

**18.** Одежда детей в помещении должна быть облегченной.

Малышам вредно как переохлаждение, так и перегревание. Лучше всего одеть ребенка так: мальчикам - рубашка и шорты, девочкам - легкое платье, на ногах - летние носки и легкие туфли или сандалии с каблучком.

**Помните!** Правильно подобранная одежда - одно из условий того, что ваш ребенок будет здоров и счастлив!

