

**Как одевать
детей
в осенний период?**





Осенью погода может быть очень неустойчивой и меняться довольно быстро.

Сегодня вполне тепло, а на следующий день может выпасть снег. Гулять с ребёнком нужно каждый день, как же его одеть, учитывая капризы погоды?

Одежду ребёнку нужно подбирать очень внимательно, ему в ней должно быть комфортно, не холодно и не жарко.

В зависимости от погоды ребенку можно надеть рубашку с жилетом, водолазку, трикотажную кофточку, джемпер или свитер. Под низ лучше надеть футболочку. И не забываем о спине. Дети много двигаются, наклоняются, приседают, при этом спина может обнажиться. Чтобы такого не происходило, выбираем маечки и свитерочки подлиннее, либо пользуемся подтяжками. Также отличным вариантом будут комбинезоны на подтяжках - они полностью защищают от холода поясничную зону.





Верхняя одежда для детей на осень

Для ранней осени и бабьего лета хорошо иметь куртку-ветровку. Некоторые из ветровок обладают водоотталкивающим эффектом. Для более прохладной погоды, когда температура опустится ниже 10-15 градусов, выбираем курточку потеплее.

Для поздней холодной осени можно одевать ребёнка в теплую непромокаемую куртку или комбинезон. Сплошного комбинезона хватит только на один сезон, отдельные модели (Полукомбинезон и куртка), как правило могут «расти» за счёт подворачиваемых манжетов.





Головной убор для прогулок осенью

Детский головной убор для прогулок детей осенью должен быть связан из хлопка, шерсти или сшит из флиса. Если материал плотный, хватит одного слоя, если тонкий - берите двухслойные шапочки. Хлопковая шапка с тонким подкладом для прогулок осенью - наиболее оптимальный вариант: кожа головы малыша должна дышать. Однако важное условие для таких шапочек - ушки с завязками. Они уберегут детей от отитов (воспаления уха).





Шарф и «аксессуары»

Нужно помнить, что шарф необходим для осенней прогулки, чтобы защитить шею от холода и ветра. Но не рекомендуется закрывать им лицо ребенка. Из-за дыхания шарф будет увлажняться, что увеличивает вероятность простуды!

Чтобы осенью в холодную погоду у ребёнка не замёрзли руки, необходимо надевать тонкие варежки. Желательно иметь «сменку», так как нередко на прогулке варежки намокают. Не рекомендуется надевать перчатки на прогулку, особенно детям младшей группы, так как ребёнок не всегда самостоятельно может их надеть! Помните, что ребёнок в группе не один. Двадцать деток, помноженные на десять пальчиков - и уже можно не думать о прогулке...

