Консультация для родителей «Как одеть ребенка осенью»

В холодную дождливую погоду следите за тем, чтобы верхняя одежда ребенка была непромокаемая и не продуваемая. Закончилось лето. Такие прекрасные, такие беззаботные деньки, когда не надо ломать голову над тем, как одеть ребенка: схватила первые попавшиеся шортики или платьице, взяла с собой легкую ветровку и вперед, гулять хоть на весь день! Осень все усложнила. Погода меняется моментально, и ребенок порой возвращается домой, шмыгая носом. Однако простуд можно избежать, если правильно подбирать одежду и обувь для прогулки. У осени для нас припасено три характерные погоды: тепло и дождливо, холодно и дождливо и просто холодно. Одеть ребенка слишком тепло не выход. Это ничуть не менее опасно, чем одеть недостаточно: дети бегают, прыгают, потеют, а потом моментально замерзают на холоде. Итак, как лучше всего одеть ребенка для осенней прогулки? Тепло и дождливо. За окном сияет солнце, но временами уже моросит дождь, а порой переходит и в более существенные осадки. Значит, главная проблема – не промокнуть. Резиновые сапоги в дождливую погоду незаменимы, однако, у них есть один значительный минус. Хотя по лужам в таких сапожках можно топать, сколько душе угодно, нога в резине не дышит и сильно потеет, особенно, когда тепло. Поэтому, под резиновые сапоги нужно надевать носки с хорошей впитываемостью, например, плотные носки из хлопка. Главная осенняя неприятность не только дождь, но и ветер. Поэтому на легкий свитерок или толстовку необходимо надеть непромокаемую и не продуваемую ветровку. Это защитит ребенка, не дав ему перегреться. Легкие непромокаемые штаны, надетые поверх обычных штанишек, дадут ребенку возможность покататься с горки, даже если она мокрая. После игровой площадки грязные верхние штаны можно снять и спокойно пойти дальше, например, в магазин. Холодно и дождливо. Когда осень перестанет быть ласковой, тепло уйдет, а дождь останется, подход к утеплению ребёнка придется пересмотреть. Если в начале осени главная проблема – вода снаружи, то при похолодании ее сменяет промозглая

сырость, заползающая под одежду. Поэтому в холодную и сырую погоду первостепенное внимание нужно уделить белью ребенка. Чтобы не дать сырости проморозить дитя, нужно надеть под обычную одежду плотно прилегающую футболку с длинным рукавом и колготы. Верхняя одежда по-прежнему должна быть непромокаемой и не продуваемой. Холодно и сухо. Когда на улице становится совсем холодно, да еще и льет дождь, мало кто выходит на прогулку. А вот сухой и холодный осенний день, когда столбик термометра в основном бродит вокруг ноля, – отличное время, чтобы подышать свежим воздухом. Одним из лучших решений в осенний морозец – многослойная одежда. Например, водолазка, свитерок крупной вязки, а сверху – не очень теплая куртка. То же самое касается и ног: колготки, рейтузы и брюки греют лучше и мешают меньше, чем толстые ватные штаны или зимний комбинезон с утеплителем. Дети любят гулять в любую погоду: и летом, и зимой, и осенью малыши носятся и резвятся. Главное – обеспечить им комфорт для таких игр, не дав ни замерзнуть, ни промокнуть.