



## *Памятка для родителей: «Как одевать ребенка летом»*

Подбирать одежду детям на летние месяцы следует, учитывая ее специфику. Она должна соответствовать сезону, позволяя активно проводить время на свежем воздухе, отдыхать на природе и наслаждаться солнцем.

### *Одежда*

Самый удобный комплект для прогулок в садике – шорты и футболка. Он оптимален и для мальчиков, и для девочек. Основная игра в детском саду летом – это копание в песочнице. Как вы понимаете, присев в песок в юбке, тут же испачкаются трусики или, что еще хуже, гениталии. Ткань летней одежды должна быть исключительно натуральной: хлопок, лен, бязь. Отдайте предпочтение тонкому материалу, мягкому на ощупь. Не покупайте слишком узкие предметы одежды, чтобы ребенок в них не упрел – вентиляция спасет от образования потницы. Носки должны быть летнего формата: в сеточку, тонкие и легкие. На прохладную погоду приготовьте ветровку (лучше с капюшоном на случай дождя), легкий свитерок на замке, штаны из плотной ткани на резинке.



## *Обувь*

Летняя обувь бывает самых разных фасонов и имеет всевозможную систему застежек. Предпочтение отдавайте исключительно обуви на липучках. Это касается и той пары, что послужит ребенку в группе, и уличному варианту. Лучше, если мысок сандалей будет закрыт, чтобы палки, шишки, бордюры, ступеньки лестниц и прочие преграды не повредили пальчики малышу. Если выбор стоит между сандалями со супинатором и без него, отдайте предпочтение первому варианту. Ребенок целый день находится в обуви – пусть ее подошва будет качественной и ортопедически продуманной. Липучку присмотрите широкую, поскольку узкая быстро выйдет из рабочего состояния от постоянных манипуляций.

## *Головной убор*

Из большого многообразия летних головных уборов, самыми надежными в плане защиты от солнечных лучей оказались кепки и панамки. Оптимально выбрать модель с регулирующимся обхватом головы, а для девочек – еще с отверстием для косичек и хвостиков. Помните о том, что, приведя ребенка без головного убора (даже если за окном ни намека на солнце), вы можете столкнуться с тем, что вас отправят домой. На этот случай всегда имейте в шкафчике запасной вариант.

# КАК ЛУЧШЕ ОДЕВАТЬ РЕБЕНКА В ПОМЕЩЕНИИ

Большое значение имеет соответствие одежды ребенка температуре воздуха, а также гигиеническим требованиям.

Температура воздуха в помещении	Вид одежды	Рисунок одежды
23° и выше	Одно-, двухслойная одежда: <ul style="list-style-type: none"><li>• тонкое хлопчато-бумажное белье</li><li>• платье с короткими рукавами</li><li>• носки</li><li>• шорты</li><li>• футболка</li><li>• босоножки</li></ul>	
21—22°	Двухслойная одежда: <ul style="list-style-type: none"><li>• тонкое хлопчато-бумажное белье</li><li>• платье с длинными рукавами</li><li>• колготки для детей 3—4 лет</li><li>• для детей 5—7 лет — гольфы</li><li>• рубашка</li><li>• брюки</li><li>• туфли</li></ul>	