

Рекомендации для родителей

Как одевать правильно ребёнка зимой.

Воспитатель 2 средняя группа

Байдаева З.Х

Детей любого возраста лучше одевать по принципу многослойности. Одному в 3-4 слоя одежды ребёнку удобнее двигаться, чем малышу в одном очень тёплом пальто, в котором невозможно ни повернуться, ни наклониться. К тому же, если носить зимой несколько слоёв одежды, ребёнок с меньшей вероятностью перегреется и не заболеет.

Как правильно одеть ребёнка по принципу многослойности:

1. Первый слой для детей старше одного года — тонкая футболка из полусинтетической или синтетической ткани с длинным рукавом или специальное детское термобелье. Выбирать хлопок в качестве нательного белья для активно движущихся детей не стоит — несмотря на все достоинства натуральных материалов, ребёнок в хлопковой футболке быстро вспотеет и замерзнёт из-за того, что материал влагу впитывает хорошо и практически её не отдаёт. Для младенцев, которые пока не ходят, хлопковые боди и распашонки, наоборот, лучший вариант первого слоя — хлопок не повредит чувствительной коже.
2. Второй слой для детей старше года — кофты, свитера, толстовки из шерсти, флиса или другой плотной ткани, не очень плотно прилегающие к телу. Младенцам подойдут подходящие по размеру тёплые костюмы и комбинезончики.
3. Третий слой — зимняя мембранная куртка или комбинезон для детей любого возраста.
4. Четвёртым слоем для детей младше года может послужить тёплое одеяло, которое можно захватить с собой из дома, и дополнительно утеплить малыша, если понадобится.

Как одевать ребёнка зимой

В группах детских садов находятся по двадцать и больше детей, и воспитателям сложно проследить за тем, чтобы перед прогулкой каждый ребёнок был одет как следует. Поэтому для зимней одежды ребёнка, посещающего детский сад, особенно важна простота в использовании: на куртке, штанах и других предметах гардероба не должно быть сложных застёжек, с которыми малыш не справится без помощи взрослого.

Как одеть ребёнка в детский сад зимой так, чтобы ему было удобно и тепло: выбирайте для садика не слитный комбинезон, а отдельный комплект из куртки и штанов, желательно, чтобы комплект был практичного не маркого цвета — ребёнок на прогулке может испачкаться, а заменить вещи будет нечем;

малышу будет удобно надевать свободные, не слишком плотно прилегающие вещи без пуговиц, сложных пряжек и застёжек;

обратите внимание и на обувь: сапожки или валенки на шнурках маленькому ребёнку будет сложно надеть самостоятельно, выбирайте модели на липучках или кнопках;

под тёплый комбинезон надевайте кофты и свитера из флиса или другого тёплого материала с минимумом застёжек;

в качестве нательного белья можно использовать термобелье или футболку с длинным рукавом, под штаны — тёплые колготки;

напоминайте ребёнку, что перед прогулкой поверх тонких носков нужно надеть тёплые;

шапка должна легко надеваться — выбирайте для садика модель без завязок или шапку-шлем;

лучший вариант для защиты детских рук от холода на прогулке в садике — болоньевые варежки или перчатки, они хорошо удерживают тепло, не пропускают влагу и просто надеваются;

в шкафчик ребёнка положите запасные варежки и шарф — именно эти вещи особенно часто теряются на прогулках в детских учреждениях.

Как понять, что ребёнок одет неправильно

Вы сможете понять, что ваш ребёнок замерз или, наоборот, перегрелся, по определённым признакам:

Потрогайте руки и, если получится, ноги малыша — если конечности холодные, значит, ребёнок замерз. Наденьте запасные носочки или укройте ребёнка одеялом, если он гуляет в коляске.

Другие признаки того, что ребёнок замерз: капризы без видимых причин, вялость, слишком бледное лицо. В этих случаях лучше сразу отвести мальчика или девочку в тепло.

Если вы заметили, что ребёнок покраснелся и вспотел — скорее всего, малыш перегрелся. Возвращайтесь домой, пока вспотевший ребёнок не начал мёрзнуть.

Когда ребёнок постоянно хочет пить — вероятно, ему слишком жарко. По возможности снимите лишнюю одежду и продолжайте гулять.

