

# Дорогие друзья!

Данный материал предназначен только для личного использования. Поэтому передавать его третьим лицам или продавать, использовать на своих страницах или в группах **Запрещено!!!**

Сообщество для воспитателей и педагогов

## БУКЛЕТ «ОДЕЖДА ДЕТЕЙ ОСЕНЬЮ»

*Только для личного использования!*

**ОДЕЖДА С ВЕРХУ ДОЛЖНА БЫТЬ ТРЕХСЛОЙНОЙ!**

**Первый слой** — маля, футболка.

**Второй слой** — трикотажная кофточка (боди) и легкая свитер (или аналогичного ребенка) шестой sweater (или маля/футболка). Отдайте предпочтение трикотажной кофточке, широты рукавов, без пуговиц, шнуров и молнии. Брюки из непромокаемой ткани или плотные джинсы на подкладке защитят малыша от сквозняков от дождя ветра. Лучше чтобы брюки были с высокой талией или лямками, так как дети часто приседают или наклоняются в процессе игры и часть спины (поясница) обнажается, это может привести к проблемам со здоровьем. Легкие непромокаемые штаны, шерстяные колготки, штанишки, штаны дадут ребенку возможность свободно двигаться.

**Третий слой** — куртка на подкладке из мягкого флиса (или аналогичного).

Время часто поворачивают куртку ребенка вперед, но дышащие материалы должны быть в тепле. Далеко в том, что в большинстве своем, дышащие материалы состоят из искусственных волокон, которые легко отдают тепло. Вследствие этого стужа и морозы заморозит намного быстрее, чем другие части тела.

Почему важна часть осенней экипировки — обувь и варежки. Малыш не должен промокать ноги, если он правильно подобран обувь для своего возраста. Не забудьте спросить у продавца, если ли у обуви дополнительная защитная прослойка. Обратите внимание на верхнюю часть обуви. Небук не подойдет. Натяжная кожа с протектором — то, что нужно. Отдайте предпочтение обуви на липучках, шнурки — трудноваты, слезы и трудноваты в уходе, а малыши часто задевают лямочки.

Резиновые сапоги и дождевик погоду незначительны, однако у них есть свои плюсы.

Купите также однослойные варежки — перчатки с лямками в ошейники. И не забудьте проверить их в размере или теснее, чтобы они не потянулись, но так чтобы их легко можно вытаскивать и помещать обратно на лямочке.

Если ребенок склонен к частым простудам, поговорите о легкой ширинке, который пригодится в ветреную погоду.

Перед сбором в детский сад поинтересуйтесь прогнозом погоды. Одним из лучших решений в осеннюю пору — многослойная одежда. Например, водолазка, свитер крупной вязки, а сверху — не очень теплая куртка. То же самое касается и ног: колготки, рюкзак и брюки греют лучше и мешают меньше, чем толстые ватные штаны или замши комбинезон с утеплителем.

У осени для нас привычно три характерные погоды: тепло и радужно, холодно и дождливо и просто холодно. Одежда ребенка в любую погоду — не выходы. Это значит не менее опасно, чем одеть недостаточно, дети бегают, прыгают, летают, а потом они замерзает на холоде.

Полная информация для родителей «ОДЕЖДА ДЕТЕЙ ОСЕНЬЮ»

Ребенку все равно, когда разовьются волосы и лютон и зимой, и осенью малыши носятся и развиваются. Главное — обеспечить им комфорт для тела: не дайте им замерзнуть, не промокнуть.

И самое главное помните, ежедневные прогулки очень важны для малыша, они укрепляют ребенка и способствуют хорошему развитию. А от того как вы одели своего ребенка зависит его настроение и самочувствие в течение дня.

Сообщество для воспитателей и педагогов

<https://vk.com/dlyapedagogov>

Сообщество для воспитателей и педагогов

Осенняя погода очень переменчива, поэтому тщательно готовьтесь к походу в детский сад: продумывайте, как одеть ребенка и что взять с собой.

Ничто не мешает ребенку знакомиться с прелестями осенней погоды, если одежда будет правильной и комфортной. Правильная одежда легко и быстро снимается и одевается, что позволяет развивать самостоятельность и повышает самооценку ребенка, не содержит сложных застежек и шнурков, а также соответствует погодным условиям, росту и размеру.



Одежда не должна плотно облегать тело (за исключением майки, водолазки).

Во-первых, небольшая воздушная прослойка между тканью и кожей хорошо сохраняет тепло. Во-вторых, слишком тесные вещи сковывают движения дошколенка и ухудшают кровообращение.

Отдавайте предпочтение натуральным тканям. Хлопчатобумажные и шерстяные вещи теряют вид намного быстрее, чем синтетические. Однако у них есть важные преимущества: они сохраняют тепло тела и дают коже возможность дышать. В то же время синтетика создает парниковый эффект, влага скапливается на коже и не испаряется. Из-за этого малыш может легко подхватить насморк.

## ОДЕЖДА СВЕРХУ ДОЛЖНА БЫТЬ ТРЕХСЛОЙНОЙ!

**Первый слой** — майка, футболка.

**Второй слой** — трикотажная кофточка (боди) и легкий свитер (для активного ребенка), шерстяной свитер (для малоподвижного). Отдавайте предпочтение трикотажным кофточкам, шерстяным свитерам, без пуговиц, кнопок и молний. Брюки из непромокаемой ткани или плотные джинсы на подкладке защитят маленького путешественника от дождя и ветра. Лучше чтобы брюки были с высокой талией или на лямках, так как дети часто приседают или наклоняются в процессе игры и часть спины (поясница) обнажается, что может привести к проблемам со здоровьем. Легкие непромокаемые штаны, надетые поверх обычных штанишек, дают ребенку возможность свободно двигаться.

**Третий слой** — куртка на подкладке из мягкого флиса сделает прогулку очень комфортной. Хороша осенняя куртка из плотного и непромокаемого материала, что обеспечит дополнительную воздушную подушку, а также защитит от ветра и влаги.

Шапочка должна соответствовать форме головы ребенка — прикрывать лоб, уши и затылок. В шапочке из плотной натуральной ткани дошколенку не будет жарко, но у нее должны быть завязки, чтобы не было проблем с открытыми ушами.

Врачи часто повторяют родителям: кутать ребенка вредно, но руки и ноги постоянно должны быть в тепле. Дело в том, что в конечностях очень развита сеть мельчайших подкожных сосудов — капилляров, которые легко отдают тепло. Вследствие этого ступни и ладошки замерзают намного быстрее, чем другие части тела.

Поэтому важная часть осенней экипировки — обувь и варежки. Малыш никогда не промочит ноги, если вы правильно подберете обувь для сырой погоды. Не забудьте спросить у продавца, если ли у ботинок дополнительный защитный слой. Обратите внимание на верхнее покрытие. Нубук не подойдет. Натуральная кожа с пропиткой — то, что нужно. Отдайте предпочтение обуви на липучках, шнурки — травмоопасны, сложны и трудоемки в одевании, а молнии часто заедают и ломаются.

Резиновые сапоги в дождливую погоду незаменимы, однако, у них есть один значительный минус. Хотя по лужам в таких сапожках можно топтать, 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 плюс шерстяные — в лужах вода далеко не теплая.



Купите также однослойные варежки — перчатки сложны в одевании. И не забудьте прикрепить их к резинке или тесемке, чтобы они не потерялись, но так чтобы их легко можно вытащить и посушить (например, на липучке).

Если ребенок склонен к частым простудам подумайте о легком шарфике, который пригодится в ветреную погоду.

Перед сборами в детский сад поинтересуйтесь прогнозом погоды. Одним из лучших решений в осенний морозец — многослойная одежда. Например, водолазка, свитер крупной вязки, а сверху — не очень теплая куртка. То же самое касается и ног: колготки, реи́тузы и брюки греют лучше и мешают меньше, чем толстые ватные штаны или зимний комбинезон с утеплителем.



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.

Чтобы не дать сырости проморозить дитя, нужно надеть под обычную одежду, плотно прилегающую футболку с глинным рукавом и колготы. Верхняя одежда по-прежнему должна быть непромокаемой и не продуваемой.



Ребенку все равно, когда радоваться жизни: и летом, и зимой, и осенью малыши носятся и резвятся. Главное — обеспечить им комфорт для таких игр, не дав ни замерзнуть, ни промокнуть.

И самое главное помните, ежедневные прогулки очень важны для малыша, они укрепляют ребенка и способствуют хорошему развитию. А от того как вы одели своего ребенка зависит его настроение и самочувствие в течении дня.

Полезная информация  
для родителей

## «ОДЕЖДА ДЕТЕЙ ОСЕНЬЮ»

