

Одежда в межсезонье.

Наступило время года, когда не понятно, как лучше одеть ребёнка на прогулку. Вроде бы светит солнце, но ветер дует уже осенний и прохладный.

Всем известно, что для ребёнка вредно и перегревание и переохлаждение. Многие специалисты говорят: «Одежду для прогулки надо подбирать по сезону». Но очень часто бывает, что при прохладной погоде, ребёнок весь вспотел. Это бывает из-за того, что родители одели по сезону (очень тепло), но не учли индивидуальную особенность своего дошкольника.



При подборе одежды для прогулок очень важно иметь в виду индивидуальные качества ребенка. Например, если ребенок малоподвижный, то запасная кофточка лишней не будет, если же он активный, то укутывать его абсолютно не стоит. При усиленных движениях увеличивается температура тела, и если в одежде ребенку жарко, то он начинает потихоньку потеть, что при ветреной погоде вредно и может повлечь за собой простудные заболевания, а также стать причиной появления сыпи и раздражения.

