



Рекомендации для родителей

«Как одевать ребёнка дома, в детский сад и на улице.»

1. Одежда не должна ограничивать движения ребёнка. Не покупайте одежду на вырост.
2. Одежду лучше покупать из хлопчатобумажных, шерстяных или трикотажных тканей.
3. В жаркую погоду для мальчиков удобны ситцевые, джинсовые костюмы, а для девочек лёгкие платья свободного покроя с короткими рукавами.
4. Брюки и куртки не должны жать в поясе.
5. Для зимы лучше покупать стеганые куртки или комбинезон из водоотталкивающей материи и капюшоном. Подкладка должна быть тёплой.
6. Варежки желательны тоже из непромокаемой ткани, которые прикреплены к резинке.
7. Тёплые свитера дети не любят носить, поэтому в холодную погоду лучше поддеть ещё одну кофточку.
8. В осенне-зимний период обувь лучше покупать на размер больше, а летом по размеру.
9. Обувь лучше для детей кожаная, с каблучком не менее 8мм, прочным задником, фиксирующий пятку. Стелька, соответствующая размеру и форме стопы, не ограничивает движения пальцев, что способствует укреплению стопы.
10. Одежда в помещении должна быть облегчённой. Вредно когда переохлаждаешься или перегреваешься. Мальчикам желательно ходить в шортиках и рубашках. Девочкам в лёгких платьях с короткими рукавами. На ногах носочки, туфельки или сандалики, а также тапочки с твёрдым задником.

Помните родители, что правильно подобранная одежда и обувь является одним из условий для того, чтобы Ваш ребенок был здоров.

