# Одежда ребенка зимой

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

Ничто не помешает ребенку знакомиться с прелестями зимней погоды, если одежда будет правильной и комфортной. Правильная одежда легко и быстро снимается и одевается, что позволяет развивать самостоятельность и повышает самооценку ребенка.

Одежда не должна плотно облегать тело (за исключением майки, водолазки). Отдавайте предпочтение натуральным тканям. Одежда сверху должна быть трехслойной.

Шапочка должна соответствовать форме головы ребенка – прикрывать лоб, уши и затылок. В шапочке на подкладке из плотной натуральной ткани дошколёнку 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 экипировки - обувь и варежки. Малыш никогда не промочит ноги, если вы правильно подберете обувь для сырой и холодной погоды. Подошва, должна быть утолщенной, но гибкой. Проверьте ее при покупке - согните руками. Отдайте предпочтение обуви на липучках, шнурки - травмоопасны, сложны и трудоемки в одевании, а молнии часто заедают и ломаются.

Купите также двуслойные варежки из непромокаемой ткани на подкладке. И не забудьте прикрепить их к резинке или тесемке.

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

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.

**Успехов Вам в воспитании!**