**Одежда весной: как одевать ребёнка в межсезонье в детский сад.**

Весенний период, а также период межсезонья один из самых обманчивых, поэтому каждый родитель должен знать, как одеть ребенка в детский сад правильно. Выбор одежды по сезону — большая головная боль для родителей. В любое время года мамы и папы переживают, чтобы их малыш не замёрз и не перегрелся.

На самом деле задача как одевать ребёнка весной решается довольно просто. Родителям достаточно ориентироваться на здравый смысл и погоду за окном, и знать несколько несложных правил подбора весеннего гардероба для сына или дочери.

Большое значение имеют индивидуальные особенности ребенка. Малоподвижный, постоянно зябнущий ребенок должен быть одет теплее, чем активный. Слишком укутанных малышей можно встретить гораздо чаще, чем недостаточно тепло одетых.

Вот несколько рекомендаций, как одеть ребёнка весной:

1. комбинезон весной удобен для малышей до трёх лет, детям постарше на прогулке лучше носить раздельный комплект из куртки и брюк;
2. рациональный выбор детской весенней одежды — удобные, не маркие вещи: если малыш испачкается (а весной это случится наверняка), родителям не придётся расстраиваться из-за безнадёжно испорченного гардероба;
3. ребёнок на улице не должен промочить ноги — наденьте на прогулку обувь из мембранного материала с высокими водоотталкивающими свойствами.
4. Вязаные свитера из шерсти можно заменить на хлопчатобумажные толстовки с начесом, свитера тонкой вязки, изделия из синтетических флисовых тканей. Они позволят сохранить тепло, но в то же время избежать перегрева и избыточного потоотделения.
5. Брюки на время весны лучше выбирать из непромокаемых тканей, хорошо поддающихся чистке. Под них до наступления настоящего тепла лучше надевать гамаши, колготки или в идеале термобелье.

Детям одинаково вредно как перегреваться, так и переохлаждаться. Количество слоев одежды зависит от температуры воздуха. Дополнительно нужно учитывать силу ветра. При одинаковой отрицательной температуре воздуха человек мерзнет тем сильнее, чем больше скорость ветра.

