

# Как одеть ребёнка летом?

**Лето** - самое жаркое время года. Это любимый сезон детей и родителей для прогулок на свежем воздухе. Чтобы времяпрепровождение на улице в летний период было в радость, надо выбирать детскую одежду так, чтобы она не стесняла движений ребёнка, чтобы ему было удобно бегать, прыгать, подниматься после падений, крутить головой.

Детская одежда должна быть не только красивой, но и удобной, а также практичной. Летом детей нужно одевать в один слой одежды, то есть не надо поддевать маечку под футболку. Достаточно будет тоненькой футболки или сарафанчика.

Ткани для одежды летом выбирайте дышащие, тонкие и лёгкие, желательно светлых оттенков и обязательно - натуральные. Лучше всего брать одежду из 100 % хлопка или льна. Такой материал даёт коже возможность дышать, что предохраняет малыша от перегревания и крапивницы, а также он гипоаллергенный.

Под сандалики лучше всего одевайте ребёнку тоненькие льняные или хлопчатобумажные носочки. Без носков ребёнок может натереть ножки.

На шортиках, юбках и бриджах проследите, чтобы не было тугих резинок, они могут препятствовать кровообращению в конечностях малыша. Лучше всего, если застёжки на детской одежде позволят ребёнку одеваться самостоятельно: молния, верёвочки.

Фасон летней одежды должен быть максимально простым, чтобы не стеснять движений ребёнка. Желательно избегать крупных пряжек или замысловатых застёжек с острыми краями, которые могут в процессе игры поранить вашего или другого ребёнка.

Каждый ребёнок должен как можно больше бывать на свежем воздухе - это необходимо для его здоровья. Если вы будете придерживаться этих лёгких правил, то прогулки станут безопасными, а также в радость вам и вашему малышу.

