

## ВО ЧТО ОДЕВАТЬ РЕБЕНКА ЛЕТОМ?

Длинные и теплые летние дни как нельзя лучше подходят для прогулок с детьми. Куда бы вы не отправились – в тенистый парк, на детскую площадку или солнечный пляж – вопрос: «Во что одеть своего ребенка, чтобы ему в этом было максимально комфортно и вместе с тем нарядно?» остается одним из самых главных. Обычно детский летний гардероб достаточно обширен, но так как на лето обычно приходится период самого интенсивного детского роста, его порой приходится обновлять несколько раз за сезон.

*На что же следует обратить внимание при выборе летней одежды для ребенка?*

*Во-первых*, ткани. Тонкие и легкие, хорошо пропускающие воздух, желателен светлых оттенков и обязательно – натуральные. 100 % хлопок и лен дают коже возможность дышать, что предохраняет малыша от перегревания и крапивницы, а кроме того, не вызывают аллергии.

*Во-вторых*, покрой. Фасон летней одежды должен быть максимально простым, чтобы не стеснять движений ребенка, ведь лето будто специально создано для беззаботной беготни и всевозможных гимнастических упражнений на свежем воздухе. Желательно избегать крупных пряжек или замысловатых застежек с острыми краями, которые могут в пылу игры поранить вашего или другого ребенка. Также обратите внимание, чтобы резинка на юбочке, шортах или легких брючках не была слишком тугой, так как ребенок может немало времени проводить, согнувшись и присев на корточки. Итак, идеальный вариант – свободная, подходящая по размеру, простого кроя и светлых либо ярких тонов одежда.

*Третий важный фактор* выбора наряда – это интенсивность солнечного излучения. Максимально открытый комплект в виде маечки и шортиков стоит оставить для пасмурной погоды или глубокой тени. Нежная детская кожа легко может получить солнечный ожог, поэтому выходя на солнце, лучше накинуть что-то, прикрывающее спину, плечи и конечности. Светлая рубашечка из тонкого батиста или легкие льняные брюки идеально подойдут в знойный полдень и прохладным вечером. Не менее актуальны летом и разнообразные головные уборы, защищающие голову ребенка от солнечного или теплового удара.

Для активных игр на улице лучше не приобретать дорогие или ультрамодные наряды, а модная детская одежда обязательно пригодится для каких-то особых случаев. Повседневная детская одежда должна быть удобной, практичной и, по возможности, недорогой, чтобы обеспечить ребенку столь желанную свободу движений и не разорить родителей. А нарядный вид гардеробу обеспечат яркие краски и симпатичные аппликации.

Те же самые критерии можно применять и при выборе детской обуви. Легкая и открытая, из тонкой кожи, нубука или плотной ткани, она станет прекрасным дополнением летнего гардероба вашего ребенка.