



МАМА, ЗАЧЕМ НУЖНА ПАНАМА? ГОВОРИМ О ЛЕТНИХ ГОЛОВНЫХ УБОРАХ.

Лето в самом разгаре. Игры на свежем воздухе, веселая беготня и много-много всего интересного. Лето — это время, когда ребенок проводит больше времени на улице. Для этого необходимо правильно выбрать летнюю одежду. Давайте поговорим о таком важном элементе детской одежды, как ПАНАМА.

Нужно помнить о том, что по правилам ДООУ детям запрещено выходить на улицу без головного убора. Летом это могут быть панамки или бейсболки.

Красивые платочки и шляпки, как может показаться на первый взгляд, не подходят. Они мешаются, головные уборы закрывают. Самыми удобными остаются бейсболки и панамки.

Бейсболка удобна для мальчиков. Выбирая бейсболку, нужно обратить внимание на материал — сеточка подходит для прогулок в жаркие дни.

Хорошо, если есть удобная регулировка сзади.

Девочкам тоже можно подобрать нарядные "девчачьи" варианты бейсболок. Или же рассмотреть варианты панамок. Девочкам очень нравится гулять в красивых ярких панамах.



Как одевать ребенка летом

Чтобы прогулка приносила только радость, необходимо знать, как одевать ребенка по погоде. В противном случае перегрев или переохлаждение могут привести к различным заболеваниям, а иммунитет ребенка будет подвергаться постоянным испытаниям.

Летом одежда должна быть из легких тканей, хорошо впитывающих и отдающих влагу.

Ребенок легко перегревается и переохлаждается, поэтому ему нужно создать состояние теплового равновесия, которое достигается правильно подобранной одеждой. Последнее особенно важно, если ребенок, гуляя, много двигается. Не забывайте, что двигательная активность ребенка на прогулке значительно выше, чем у взрослых. Поэтому летом достаточно тоненькой футболочки или сарафанчика. Особенно важно помнить о необходимости головного убора во избежание солнечного удара.