**Уважаемые родители!**

**От того как одет ребенок, во многом зависит его состояние здоровья и иммунитет. Предлагаем Вашему вниманию несколько рекомендаций:**

**Одежда ребёнка должна быть лёгкой, покрой её свободным и удобным.**

**В одежде различают три слоя: бельё, платье (или костюм) и верхнюю одежду для улицы.**

          Одежда для прогулок в холодную погоду состоит из трёх слоёв. Зимняя верхняя одежда должна быть удобной, лёгкой, тёплой. Наилучшей зимней одеждой является комплект, состоящий из брюк с высоким поясом на бретелях и удлинённой куртки с капюшоном, манжетами и стягивающей резинкой внизу. Эта одежда состоит из трёх слоёв: верхний, теплозащитный и подкладка. Конструкция одежды обеспечивает высокий и равномерный теплозащитный эффект и не стесняет движений ребёнка. Шапки должны прилегать к голове, но не сдавливать ее. На руках обязательно должны быть варежки или перчатки из непромокаемого материала.

И ещё…

      Возвращаясь домой с прогулки или попадая с улицы в детский сад, малыш должен приучаться к самостоятельному переодеванию. Поэтому общим правилом и для уличной, и для домашней детской одежды дошкольника должно быть, прежде всего, удобство. Никаких шнурков, тесёмок, вычурных пуговиц! Только удобные кнопки и молнии помогут превратить переодевание в увлекательный процесс, который малышу интересно контролировать самому. Но на домашней детской одежде молнии и другие жёсткие элементы, конечно, ни к чему: они могут поранить активного ребёнка или доставить ему неудобство.