**Детская одежда, - какой она должна быть?**

Любая детская одежда в первую очередь должна быть удобной. Также она должна быть по возможности из натуральных материалов, легкой, соответствующей сезону и погоде и к тому же красивой. Также детская одежда должна покупаться по возрасту ребенка и соответствовать роду его занятий.

Самая теплая одежда для зимнего сезона шьется из фланели, шерсти и трикотажа. Если одежда намокает или загрязняется, то ее теплозащитные свойства моментально снижаются. Покроена детская одежда должны быть таким образом, чтобы вокруг тела была небольшая прослойка из воздуха. То есть, одежда не должна быть ни тесной, ни слишком свободной, чтобы холодный воздух не проникал под одежду.

Одежда должна полностью соответствовать погоде, особенно в холодное время года. Если ребенка чрезмерно укутывать, то это может вывести организм из «теплового равновесия» и при первом же небольшом переохлаждении ребенок заболеет. Большинство родителей считают, что дети больше всего простужаются в мороз. На самом же деле наиболее «опасная» температура — ближе к нулю, особенно при большом ветре и повышенной влажности. Поэтому уже при температуре, близкой к нулю, следует одевать ребенка достаточно тепло. Выбирайте одежду из натуральных тканей — они лучше всего держат тепло тела.

Следует также учитывать и то, как ребенок двигается на улице. Чрезмерно подвижных детей следует одевать более легко, так как высокая активность ребенка вызывает повышенное потоотделение, которое приводит к простуде.

В летний период ребенка необходимо защищать от перегрева и от воздействия солнечных лучей. Даже маленьким детям обязательно надевать одежду, но она должна быть свободной, из натуральных материалов и хорошо пропускать воздух.

Родителям следует помнить, что тесная одежда мешает свободным движениям ребенка. К тому же она сдавливает кожные покровы и препятствует нормальному кровообращению.

И последнее, выбирая одежду для ребенка, всегда спрашивайте его мнение (если он уже может его высказать). Подсказывайте малышу, какую расцветку лучше выбрать и какой покрой одежды ему подходит. Воспитывайте у своего ребенка хороший вкус и не одевайте его слишком пестро.