Для вас ,родители!  
 Весна всегда радует нас первым теплым солнышком, но еще дают о себе знать зимние заморозки, поэтому, одевая ребёнка,  необходимо знать, как одеть ребенка весной так, чтобы он не простудился и получил максимум пользы от прогулки.

.   
Первое весеннее тепло обманчиво, поэтому главная задача — избежать переохлаждения, промокания ног и не допустить чрезмерного потоотделения на прогулке, чтобы, раздеваясь, ребенок не простудился при первом сквозняке.  
Детям одинаково вредно как перегреваться, так и переохлаждаться. Количество слоев одежды зависит от температуры воздуха. Кроме того, необходимо учитывать силу ветра. При одной и той же отрицательной температуре воздуха человек мерзнет тем сильнее, чем больше скорость ветра.  
Индивидуальные особенности ребенка имеют большое значение. Малоподвижный, постоянно мерзнущий ребенок должен быть одет теплее, чем активный. Слишком закутанных младенцев можно встретить гораздо чаще, чем недостаточно тепло одетых.  
Дети должны быть одеты не теплее, чем одеваются взрослые, а возможно, даже проще. (Мы не говорим о детях, «гуляющих» в колясках, они нуждаются в дополнительной защите.) Одевая ребенка, помните, что дети меньше мерзнут, чем взрослые, и больше двигаются.  
 7 рекомендаций о том, как одеть ребенка весной:  
  
1.Не стоит сильно кутать ребенка, собираясь на весеннюю прогулку, ведь уже все-таки не зима, одетый в два свитера ребенок быстро вспотеет и простудится. Для прогулки весной важно одеть ребенка надежно, так, чтобы его одежда была достаточно теплой, но не жаркой.  
  
2.Для весенней прогулки идеально подойдет не продуваемый и непромокаемый комбинезон. Он не сползает, его легко снимать и надевать. В нем ребенку будет удобно и тепло.  
  
3.Важной частью одежды ребенка для весенней прогулки является шапка. Отличным вариантом может стать шапка-труба, которая одновременно выполняет функцию шапки и шарфа. Головной убор для прогулки весной должен быть теплым и непромокаемый.  
  
4.Также не стоит забывать о шарфе, особенно, если ребенок наденет обычную шапку, а не шапку-трубу. Шарф может быть любым, главное – правильно его завязать, он не должен мешать ребенку играть, и бегать на прогулке.  
  
5.Еще один важный атрибут весеннего гардероба – варежки. Они должны быть теплыми, но тонкими, желательно, чтобы они не промокали.  
  
6.Самый важный момент – обувь ребенка. От того, насколько правильно вы ее подберете, зависит здоровье ребенка. Обувь для весенней прогулки должна быть легкой, мягкой, она не должна промокать.  
  
7.Старайтесь одевать ребенка в одежду ярких цветов. Это поднимет настроение вам и вашему малышу.