

夏天来了，幼儿这些保健知识家长老师必备(上)

一、夏天怎么穿？

1. 不穿过长的裙子

很多父母会喜欢给孩子穿上长长的裙子，像个小公主一样。但其实这样不利于孩子在园所里自由活动，过长的裙摆很容易被滑梯夹到或走路奔跑时绊倒自己，造成不必要的伤害。

2. 连体裤、紧身衣

连体裤不仅对孩子来说穿脱困难，而且不方便孩子上厕所，容易弄脏或打湿。而太紧的衣服会影响孩子的生长发育，束缚孩子的身体。

3. 带铆钉、亮片等装饰物的衣服

孩子喜欢亮闪闪的东西，玩耍时可能会将衣服上的装饰物放入口中含咬，大大增加了孩子误食的风险，也容易划伤孩子娇嫩的皮肤。

二、这样搭配最合适

1、帽子：推荐选用面料轻薄，色泽偏冷偏浅并且有大帽檐的帽子，这样的帽子既能反射阳光，降低头部热度，又可遮光护眼，通风防暑。

2、上衣：要选择材质穿着起来舒服的衣服，以圆领、方口、小尖领为最好，最好前面开襟，纽扣不宜过多，方便穿脱。

3、下裤：带松紧的运动裤、棉质裤子都很适合穿去幼儿园。

4、袜子：穿袜子除了给宝宝起到保温作用外，也可以避免一部分不合格童鞋的化学物质污染。同时，不穿袜子也会使宝宝柔嫩的脚部肌肤变得干燥粗糙，甚至形成茧。

5、鞋子：凉鞋鞋跟后处的鞋带一定要结实，要保证孩子活动时鞋子可以挂得住。软硬适中的鞋底既能贴合幼儿的小脚，也能起到缓冲和保护的作用。

小二班

2019.5.17