

Как оборудовать детскую комнату?

Детская комната - самая главная комната в доме. Это мое глубокое убеждение. Именно детскую надо обустраивать, не жалея ни сил, ни средств, а главное - вкладывая в нее всю душу. Девизом при обустройстве детской должно стать: уют, комфорт и безопасность ребенка!

Под детскую надо выделить самую теплую, светлую и сухую комнату, желательно на солнечной стороне. Не надо загромождать детскую комнату ничем лишним, поставьте в нее только самую необходимую мебель.

Мебель для маленького ребенка должна быть мягкой и округлой. Никаких острых углов, особенно металлических! Для детей постарше очень хороша трансформирующаяся мебель, которую, конечно же, надо разрешить ребенку переставлять и комбинировать по своему усмотрению. Очень хорошо, если в детской комнате будет оборудован спортивный уголок, включающий шведскую стенку, кольца, трапеции, качели... Конечно, спортивный уголок должен удовлетворять всем требованиям безопасности.

Детская комната должна быть хорошо освещена. Надо максимально использовать возможности естественного освещения, днем все шторы, даже легкий тюль, лучше открыть. На потолке должна быть яркая люстра, на письменном столе - настольная лампа, а на стене - ночник. Само собой, плафоны всех светильников, до которых ребенок может дотянуться (а дотягиваются они иной раз до таких мест, что взрослые и подумать не могут), должны быть небьющиеся.

Очень важна цветовая гамма детской комнаты. Предпочтительно, чтобы доминировали пастельные тона - бледные оттенки зеленого, желтого, голубого, розового. А яркие и насыщенные цвета лучше ограничить относительно небольшими участками интерьера.

Хорош для ребенка зеленый цвет: он способствует концентрации внимания и хорошему настроению, стабилизации пульса и дыхания и даже нормализации кровяного и внутриглазного давления. Не случайно с давних времен письменные столы обтягивали именно зеленым сукном, а парты в школах красили зеленой краской.

Синий цвет снимает мышечное напряжение, чуть притупляет болевые ощущения. Желтый способствует интеллектуальной работе, остроте мышления. Но яркие оттенки этих цветов в детской комнате могут присутствовать лишь в небольших количествах, например, отдельные некрупные предметы обстановки: стульчик, одеяло, пуфик. Еще в большей степени это относится к оранжевому цвету, который усиливает аппетит, помогает нормальной работе пищеварительного тракта, но избыток его в детской может привести к переутомлению и даже головокружению у ребенка. Ограничьтесь небольшими оранжевыми пятнами - нескольких игрушек, рисунков, маленьких деталей мебели и одежды оранжевого цвета будет вполне достаточно.

А ярко-красного и бордового цветов в детской лучше вообще избегать. Эти цвета негативно воздействуют на психику ребенка (как, впрочем, и взрослого человека), приводят к перевозбуждению, способствуют повышению артериального давления, могут провоцировать появление головных болей и даже ночных кошмаров.

Также нежелательны в детской предметы черного, темно-коричневого цвета и очень темных оттенков других цветов (синего, зеленого, фиолетового). Особенно крупные, доминирующие. Они действуют угнетающе, могут вызвать депрессию.

И самое главное. При оборудовании детской комнаты ни на секунду не забывайте о безопасности ребенка. Особенно если это комната для ребенка дошкольного возраста. В детской не должно быть ни единого предмета, который малыш мог бы разбить, опрокинуть на себя или проглотить. Да-да, проглотить! Оторванная пуговица или, скажем, глаз от мягкой игрушки могут натворить бед не меньше, чем неустойчивый шкаф. Осмотрите внимательно все предметы, находящиеся в детской, задавая себе вопросы: что будет, если малыш залезет на него и упадет, или стукнется с разбега, или начнет раскачивать, или стукнет массивной игрушкой, или попробует на вкус... И безжалостно уберите все, что вызывает хоть малейшие сомнения в безопасности.

Автор - **Алексей Норкин**

[Источник](#)