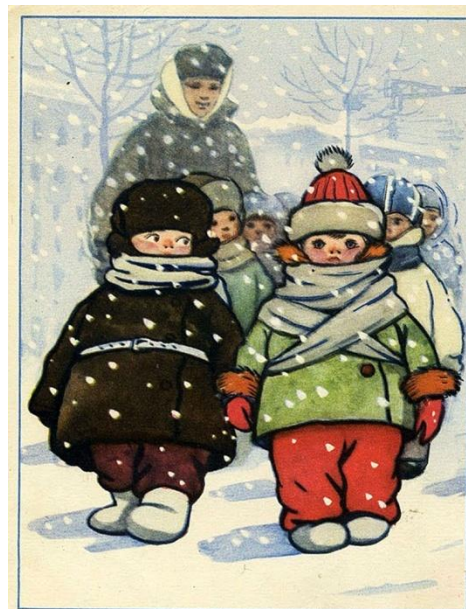


Консультация для родителей «Одежда детей в зимний период»



Уважаемые родители!

С ребенком надо гулять как можно больше. Свежий воздух ему очень полезен. Морозный воздух стимулирует организм, является профилактикой вирусных заболеваний. Куда лучше гулять, чем сидеть в квартире, где воздух пересушен из-за работы отопительных приборов. Маленький ребенок очень подвижен. Зима – это всевозможные игры: кувыркание в снегу, игра в снежки. Немудрено, что дети потеют в слишком теплой одежде. А родители, как нарочно, стараются одеть потеплее, почему-то считая, что детям холодно. К сожалению, далеко не все знают, как одевать ребенка зимой на прогулку.

Почему не надо одевать слишком тепло.

Случалось ли вам вспотеть в теплом магазине, а затем, выйдя на улицу, ощутить, как холод пробирает до костей? То же самое испытывает и малыш, остановившись после подвижной игры. Понятно, что слишком тепло одетый малыш, набегавшись на детской площадке, а потом пойдя с мамой на неспешную прогулку, замерзнет, несмотря на теплую одежду, а это риск простудиться и заболеть.

Одевая ребенка на прогулку зимой, надо учитывать несколько критериев.

Наилучшей степени сохранения тепла и отвода влаги от тела ребенка можно добиться, если использовать не менее трех слоев одежды.

Первый слой. Влаagoотводящий. Эту роль играет нательное белье. Ткани должны быть натуральными, хорошо отводящими влагу. Многие родители надевают на ребенка хлопковое белье, однако, оно не только впитывает влагу, но и долго держит ее в себе, поэтому лучше, если нательное белье будет содержать какой-то процент натуральной шерсти.

Второй слой. Свитер, джемпер или водолазка в зависимости от погоды. Одежда должна хорошо «дышать», быть мягкой и удобной.

Третий слой. Верхняя одежда, которая защитит от ветра, дождя или снега.

Руководствуйтесь общими критериями выбора зимней одежды для ребенка.

Зимняя одежда должна быть:

удобной,

теплой и легкой;

не продуваемой;

закрывающей шею и уши.

подобранной по размеру.

**Успехов вам в воспитании своих детей
и приятных зимних прогулок!**

Спасибо за внимание!

Подробнее ознакомиться с данным материалом Вы можете в источнике:

<http://glamius.ru/kak-odevat-rebenka-zimoy-na-progulku>

Консультацию подготовила воспитатель ГБДОУ №52

Пашкевич Наталия Викторовна