

Одеваемся по погоде

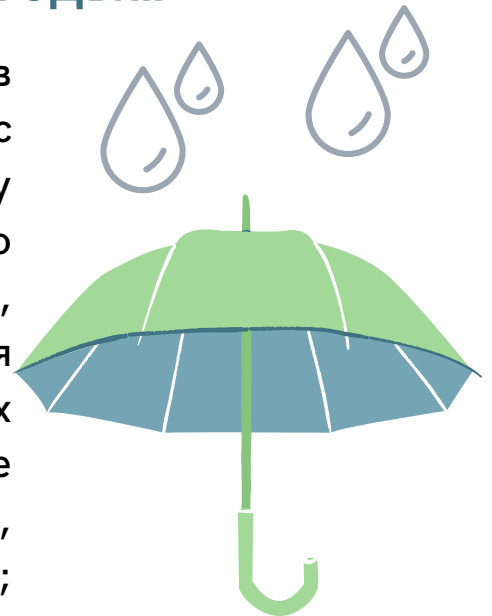
Рекомендации для родителей

материал подготовила воспитатель Бабикова
Светлана Николаевна

Осенью мы часто сталкиваемся с резкой сменой погоды: еще вчера светило солнышко, а сегодня уже холодный дождь и ветер. Именно в это время возрастает вероятность простудиться, неправильно или несвоевременно отреагировав на изменения в природе.

У природы нет плохой погоды...

Дети не всегда могут сами оценить перемены в природе и зачастую выражают своё несогласие с предложением мамы надеть тёплую кофту, шапку и т.п. Чтобы ребёнок понимал, как нужно одеваться в зависимости от погоды, ветра, температуры, рассказывайте ему во время прогулок об изменениях в природе, о временах года, о разнообразии окружающего мира; какие явления бывают в природе – радуга, дождь, ветер, снегопад, солнце, роса, гром, листопад; попросите распределить эти явления по временам года.

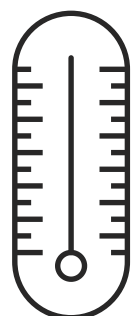


Как выбрать одежду про прогулок во дворе и детском саду?

На случай выпадения осадков (дождь, снег) должна быть соответствующая обувь, чтобы ноги были сухими, а также водоотталкивающая, непромокаемая верхняя одежда.

Если на улице ветер, то оденьте ребенка чуть теплее, чем при той же температуре, но без ветра.

Одежда ребенка должна быть функциональной и удобной, чтобы во время прогулки ребенок мог свободно двигаться, прыгать, приседать, вставать, если упал, бегать или съезжать с горки.



Особое внимание следует уделить обуви ребенка. Лучше, если она будет сделана из натуральных материалов, чтобы ноги дышали и не потели. Подошва должна быть не тонкой и не толстой, желательно рифленой, чтобы не скользила по поверхности. Осенняя и зимняя обувь должна быть немаленькой, желательно больше на полразмера или размер, чтобы надевать теплые носки, если потребуется.



Также следует помнить, что перегрев для ребенка хуже, чем переохлаждение. Чаще всего ребенок заболевает простудой, когда вспотевшего ребёнка обдувает холодный ветер или сквозняк.

Надеемся, вы нашли данные рекомендации полезными и встретите непогоду во всеоружии!