

Консультация для родителей на тему: «Одежда ребенка для прогулок зимой»

Некоторые родители зимой очень мало проводят время с детьми на свежем воздухе. Именно прогулка становится надежным средством для укрепления здоровья малыша. Прогулка на свежем воздухе хорошо способствует повышению аппетита, помогает ребенку закалиться.

Но для того, чтобы прогулка доставила удовольствие ребенку, и он получил много положительных эмоций, маме следует правильно его одеть. Правильно подобранная одежда легко и быстро снимается и одевается, что еще позволяет развивать самостоятельность, также одежда должна соответствовать погодным условиям, размеру и росту ребенка.

Для того, чтобы защитить своего ребенка от холода необходимо:

- ***Правильно подобрать одежду, она должна быть (теплая, просторная, не ограничивать движения ребенка);***
- ***Создать воздушную прослойку вокруг тела;***
- ***Не следует кутать, так как температура тела под одеждой всегда повышается, двигаясь, ребенок начинает потеть и может очень легко переохладиться;***
- ***На ноги следует надевать шерстяные носки теплую обувь, но она не должна быть тесной пальчики ребенка в обуви должны двигаться и тогда ножка не будет мерзнуть.***
- ***На голову не одевайте сильно теплую шапку, но обязательно закрывайте шею, ухо.***

Дорогие родители гуляйте зимой больше на свежем воздухе со своими детьми ведь на прогулке ещё можно играть в игры, кататься на санях и много еще разных игр от которых вы и ваш ребенок получите большое удовольствие.