

Консультация для родителей «Как одевать ребенка зимой»

Ежедневные прогулки на свежем воздухе необходимы для физиологического и интеллектуального развития ребёнка. Но в холодное время года любой выход на улицу требует особой одежды. Необходимо одеть ребенка так что бы зимой на прогулку, он не замёрз и не перегрелся.

Детская одежда должна быть удобной, функциональной, безопасной, легкой, чистой и соответствовать температуре на улице.

Принцип многослойности. Одежда, непосредственно соприкасающаяся с телом, должна быть из хлопка с вискозой или из шерсти с акрилом. Это поможет ребёнку не потеть. Одежда не должна быть в обтяжку — в этом случае между кожей и слоем ткани не будет согревающего воздуха.

Второй слой. Для него лучше выбирать изделия из флиса, шерсти или акрила. Эти материалы помогают накапливать тепло. Также одежда не должна сковывать движения.

Третий слой — наружный. Куртка и зимние штаны или цельный комбинезон должны обладать хорошей теплоизоляцией. Самый удобный материал верхней одежды для детских прогулок — мембрана.

Защита головы. Голову и уши от холода защитит шапка. Выбирайте модели, которые хорошо держатся на голове, например шапки на завязках или шапки-шлемы. С шарфом стоит быть осторожнее — лучше не закрывать им нос и рот ребёнка, так как это может создать парниковый эффект.

Защита рук. Выбирая между варежками и перчатками, обратите внимание на предпочтения ребёнка. В варежках теплее, и их проще надевать, но в перчатках удобнее играть — например, в снежки.

Что надеть на ноги. Детская обувь должна быть тёплой, удобной и непромокаемой. Для ребёнка лучше выбрать зимние ботинки из мембранного материала. Позаботьтесь о том, чтобы ботинки были высокими, так в них не будет попадать снег.

Также рекомендуется каждый день повторять алгоритм одевания и раздевания как словесно, так и показом. Таким образом ребёнок запомнит, как и что нужно надевать на себя из одежды.