

Консультация для родителей: "Одеваемся на прогулку правильно!"

Воспитатель: Бардина Н.В.

В зимний период, собираясь на прогулку, важно правильно одеть ребёнка. Правильно подобранная одежда играет важную роль, она даёт ребёнку возможность свободно двигаться и комфортно себя чувствовать, а так же обезопасить его от простудных заболеваний.



Многие родители считают, что ребёнка на прогулку надо одевать теплее. Запомните простое правило - дети, которых кутают, чаще болеют.



Движения сами по себе согревают организм, и помощь "ста одёжек" излишняя.



Руководствуйтесь общими критериями выбора зимней одежды для ребёнка. Она должна быть: удобной, тёплой и лёгкой; непродуваемой, закрывающей шею и уши; подобранной по размеру.



Прогулки укрепляют иммунитет и повышают настроение детям. А от того как одет ребёнок зависит его настроение и самочувствие в течение дня.