

Консультация для родителей:

«ЗИМНЯЯ ЗАЩИТА: КАК СОЗДАТЬ ИДЕАЛЬНЫЙ ОБРАЗ ДЛЯ ВАШЕГО РЕБЁНКА В ХОЛОДНУЮ ПОГОДУ?»

СЛОЙНОСТЬ — КЛЮЧ К КОМФОРТУ

Одевайте ребёнка по принципу многослойности. Это позволяет регулировать теплоотдачу:

- Первый слой (термобельё) — выполняет функцию отводить влагу от тела.
- Второй слой*(средний) — утеплительные вещи (флис или шерсть), которые сохраняют тепло.
- Внешний слой (верхняя одежда) — куртки и комбинезоны, водо- и ветронепроницаемые.

НЕ ЗАБЫВАЙТЕ ПРО ГОЛОВУ И РУКИ

- Шапка — важный элемент зимнего гардероба. Лучше выбирать модели, закрывающие уши, но не слишком объёмные.
- Перчатки или варежки — предпочтительнее варежки, так как они теплее.
- Шарф или платок — защищает шею от холода.



ОБУВЬ ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЕ

Выбирайте тёплую и непромокаемую обувь с хорошей подошвой:

- Убедитесь, что в ботинках достаточно места для теплого носка.
- Обувь должна быть на резиновой подошве, чтобы предотвратить скольжение.



ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ НА ДЕТАЛИ

- Теплая подкладка — проверяйте, чтобы все вещи были с утеплителями.
- Капюшон — удобен в снежную погоду и защищает от ветра.
- Манжеты и резинки — помогут избежать попадания снега и холода под одежду.



СЛЕДИТЕ ЗА ТЕМПЕРАТУРНЫМ РЕЖИМОМ

Когда выходите на улицу, следите за температурой и ветром. Если на улице сильно морозно, старайтесь избегать длительного пребывания на улице с малышом.

ПРОВЕРЯЙТЕ, НЕ ПЕРЕГРЕТ ЛИ РЕБЁНОК

Обязательно периодически проверяйте, не потеет ли ребёнок. Если он становится горячим, это знак, что его нужно немного разрядить.



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Помните, что каждый ребёнок уникален, и одевать его следует, ориентируясь на его ощущения и индивидуальные потребности.

Заботьтесь о тепле и комфорте вашего малыша и пусть зимние прогулки приносят только радость!