

Памятка для родителей «Одежда для прогулок малышам»

Подготовила:

*Прилепская Ю.Г., воспитатель
МБДОУ «Детский сад комбинированного
вида №3 «Теремок» города Шебекино»*

Прогулки на свежем воздухе — важная часть режима дня ребёнка. Они помогают укрепить здоровье, способствуют развитию и познанию окружающего мира. Однако чтобы прогулка была комфортной и безопасной для малыша, необходимо правильно подобрать одежду.

Основные принципы выбора одежды для прогулок:

1. **Соответствие сезону.** Одежда должна соответствовать погодным условиям. В холодное время года необходимо одевать ребёнка теплее, а в тёплое — легче.
2. **Натуральные материалы.** Предпочтение следует отдавать одежде из натуральных материалов, таких как хлопок, лён, шерсть. Они позволяют коже дышать и предотвращают перегрев.
3. **Удобство и комфорт.** Одежда должна быть удобной и не сковывать движения. Это особенно важно для активных малышей.
4. **Защита от ветра и дождя.** В ветреную и дождливую погоду необходимо одевать ребёнка в непромокаемую и непродуваемую одежду.
5. **Запас на рост.** Одежда должна быть немного свободной, чтобы обеспечить свободу движений и запас на рост.
6. **Безопасность.** Необходимо избегать одежды с мелкими деталями, которые могут оторваться и попасть в рот или нос ребёнка. Также следует избегать слишком ярких цветов, которые могут отвлекать внимание.
7. **Головной убор.** В любое время года необходимо одевать ребёнку головной убор, который защитит голову от солнца, ветра и холода.
8. **Обувь.** Обувь должна быть удобной, непромокаемой и соответствовать размеру ноги ребёнка.
9. **Дополнительные аксессуары.** В зависимости от сезона и погоды можно использовать дополнительные аксессуары, такие как варежки, шарфы, носки и т.д.
10. **Индивидуальный подход.** Выбор одежды должен зависеть от индивидуальных особенностей ребёнка, таких как активность, чувствительность к холоду и т.п.