

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 86 «БЫЛИНУШКА»

Консультация для родителей

Бабушкины способы

Воспитатель: Костина Л. А.

г. Нижневартовск

2015г.

Бабушкины способы

ЭТАП № 1: РЕГУЛИРУЕМ ТЕМПЕРАТУРУ ВОДЫ

Ведь от нее зависит многое. Всем известно, что купать младенца нужно при температуре воды 37 °С. А вот малышам постарше можно делать воду горячее или холоднее. Главное — знать, что это дает.

Бабушкин способ «погорячее».

- + кратковременные горячие водные процедуры возбуждают нервную систему.
- длительные же утомляют ее.

Мамин способ «понежиться».

- + теплые ванны средней продолжительности успокаивают нервную систему.
- длительные теплые купания вредны: организм становится менее устойчив к вредным воздействиям внешней среды.

Папина закалка.

- + холодные водные процедуры тренируют и закаляют организм. Под их влиянием усиливается обмен веществ, улучшается газообмен.
- холодные закалывающие ванны должны быть кратковременными (или же приучайте к «прохладному» купанию ребенка постепенно, понижая температуру воды не больше, чем на 1-2 градуса в день).

ЭТАП № 2: УСИЛИВАЕМ ЭФФЕКТИВНОСТЬ РОМАШКОЙ

Еще с древних времен при купании малышей использовались различные травы: чабрец, любисток и другие. Но самое почетное место, несомненно, всегда занимала ромашка. Еще бы! Ведь ромашковая ванна помогает снять усталость, улучшает сон, оказывает лечебный эффект при различных кожных высыпаниях. Кроме того, теплая ванна, сопровождающаяся вдыханием паров экстрактов ромашки, полезна при начальной стадии острых респираторных заболеваний, гриппе. Ромашковые ванны даже снимают судороги.

Ванна с аптечной ромашкой.

+ цветки ромашки, которые продаются в аптеке, собирают в экологически благополучных районах, сырье проходит строгий контроль, поэтому можно не волноваться о его качестве.

+ перед каждым купанием придется повозиться; если вы купаете малыша в большой ванне, то вам понадобится пачка ромашки, содержимое которой нужно залить холодной водой и 10-15 минут держать на водяной бане (почти доведя до кипения), затем дать настояться 15-30 минут, процедить и только потом влить в воду для купания.

Пенистая ванна.

+ главный принцип пенистых ванн — минимум воды и максимум мыльной пены. Чтобы получить такое сочетание, в ванну нужно налить всего 10-15 см воды, температура которой должна быть 40-45 °С. А затем добавить «Baby Foam» с ромашкой от «Фрезидерм». Смесь хорошенько взболтайте руками до тех пор, пока пена не заполнит ванну до краев (вашему малышу тоже понравится такая работа). Теперь можно принимать целебные водные процедуры. Такая ванна очень хорошо снимает кожный зуд и идеально подходит для ослабленного организма. После нее облейте чадо теплой водой и вытрите полотенцем. Теперь — самое время отдохнуть.

ЭТАП № 3: УХАЖИВАЕМ ЗА КОЖЕЙ ПОСЛЕ КУПАНИЯ

Не забывайте побаловать кожу малыша после купания кремами и маслами. В это время она особенно восприимчива к «поглощению» полезных веществ из косметических средств.

«Фрезидерм» здесь также преуспел — и увлажняющее детское молочко, и масло с ромашкой, и жидкий тальк, и водостойкий крем с пантенолом, и даже специальный крем для удаления «детской корочки» на голове. А что выбрать именно для своего крохи — решать вам!