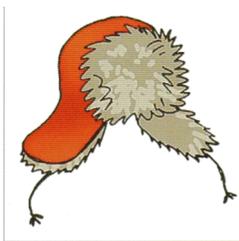


## Советы родителям по выбору зимней одежды

- Позаботьтесь о том, чтобы одежда была удобной (с учетом детских, а не ваших понятий об удобстве);
- Избегайте жёсткой одежды, которую трудно снимать и надевать;
- Внимательно осматривайте вещь, чтобы не было грубой подкладки, тугой резинки, а также металлических пряжек или застежек молний;
- Купите именно такую вещь, которая понравится ребёнку, с условием, что он будет носить её в холодное время года;
- Каким бы ни был выбор ребёнка – не отказывайте ему в покупке этой вещи: лучше такая чем никакая.



## Это важно знать!

Хочется предостеречь от типичной ошибки - стремление родителей одеть ребёнка потеплее.

Натягивая на ребёнка «сто одежек», мамы, руководствуясь благими намерениями; «Не дай бог, простудится!»

На самом деле укутанный малыш лишается возможности быстро и активно двигаться, а значит, более подвержен простудам.

У таких детей снижается способность приспосабливаться к меняющимся климатическим условиям, сопротивляться воздействию вредных микроорганизмов, что в свою очередь ведет к частым заболеваниям.



Давайте хорошему  
вместе учиться!

## Как научить дошкольника одеваться



Материал подготовила:  
Нистратова Н.А.  
педагог-психолог

## КАК ОДЕТЬ РЕБЕНКА НА ПРОГУЛКУ ?



Назначение одежды - поддерживать постоянную температуру тела, ограждать от излишней потери тепла.

Если температура воздуха от +3 до -3 °С и на улице слабый ветер, то одежда ребёнка должна состоять из трех слоев: белья; рубашки (платья) и колготок;; утепленной куртки, брюк или рейтуз.

Если температура понижается до -4... -10 °С, необходимо надеть дополнительно зимнюю куртку или шубу (при трёх слоях одежды) При необходимости можно увеличить слои одежды свитером, кофточкой, жилетом из тонкой пряжи.

### Приёмы облегчающие одевание

- Поиграть с ребёнком в прятки. Когда он ещё не просунул голову свитера, взрослый озабоченно спрашивает «Где наш Саша?».
- Поиграть в паровозик.. Рука ребёнка становится паровозиком и заезжает в туннель-рукав. Можно изменить игру, Сделав рукав норкой, а руку мышонком.
- Поиграть в «Рассеянного с улицы Бассейной». Взрослый задаёт вопросы вроде; «Куда же надеть носочки? Наверное, на ручки. Нет. А что одевают на ручки? Варежки?»
- На начальном этапе обучения одеванию можно разделить работу пополам . Взрослый надевает брюки на ноги , а ребёнок натягивает их.
- Тренироваться на куколках зайчихах, проговаривая последовательность одевания.

### Наши помощники

- Крючки для одежды, достигаемые для ребёнка;
- Полка для детской обуви;
- Мешочки для обуви;
- Комбинированные вешалки;
- Детский органайзер;
- Матерчатый гардероб;
- Зажимы для варежек.

### «Одевалочка»

Надеваем свитерок!

Эй , ребята, не зеваем!

На улице ветерок.

Вы носочки все надели?

И на ножки посмотрели;

Левая правая рядышком стоят,

Левая и правая;

дружить они хотят!