

Консультация для родителей «Скоро лето»

Подготовила педагог- психолог МБДОУ МО
г.Краснодар «Центр- детский сад № 217 Балаян А.А.

Лето справедливо считают наиболее благоприятным временем для укрепления здоровья и физического развития детей. Обилие тепла и света, огромный выбор свежих овощей, фруктов, ягод, возможность носить облегченную одежду и обувь, проводить большую часть свободного времени на воздухе, в природных условиях - все это (и многое другое) дарит нам летняя пора. Вместе с тем, проведет ли ребенок лето с пользой для своего здоровья и развития, во многом зависит от его родителей.

Поэтому стоит вспомнить некоторые рекомендации для летнего периода:

- уделяете внимание закаливанию детей в процессе повседневной жизни;
- регулярно проводите закаливающие процедуры,
- разрешайте детям ходить босиком,
- рекомендуемая одежда детей летом - трусики из хлопчатобумажной ткани или трикотажные,
- когда дети бывают на солнце, они должны надеть белые легкие панамки,
- закаленные дети могут быть в трусиках даже рано утром или после заката солнца, максимально используйте возможность пребывания вашего малыша на свежем воздухе,
- старайтесь не нарушать привычный режим жизни ребенка в выходные и праздничные дни,
- больше внимания уделяйте физическим упражнениям, подвижным играм.

Так же помните : Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья,

