

Государственное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение  
детский сад №101 комбинированного вида  
Калининского района Санкт – Петербурга

**Методическая разработка  
по взаимодействию с  
родителями  
к проекту «Зимушка- зима»**

*или*

*особенности прогулки в зимний  
период*



# ЗИМНЯЯ ПРОГУЛКА. (рекомендации для родителей)

Снежные сугробы, сосульки, ледяные глыбы не только необыкновенно красивы, но и очень интересны! Ведь можно придумать много занимательных веселых игр и превратить зимнюю прогулку в увлекательные занятия. Что нужно для того, чтобы зимняя прогулка удалась на славу?

**Хорошее настроение,  
подходящая одежда и  
немного фантазии!**



# ОДЕЖДА ДЛЯ ИГР ЗИМОЙ.

- Выберите для прогулки удобную, практичную, довольно теплую и водоотталкивающую одежду.
- Детей надо одеть так, чтобы они могли активно двигаться и при этом не замерзнуть.
- Есть одно простое правило: посмотреть, сколько слоев одежды надето на вас- столько же наденьте и на детей. Не забудьте взять с собой запасные варежки.

Ну вот, теперь вы готовы отправиться на вашу необыкновенную прогулку.



# ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ НА ЗИМНЮЮ ПРОГУЛКУ?

С собой можно взять ведерки, лопатку для снега, санки, ледянки, формочки, грузовичок.

И не забудьте взять с собой фотоаппарат, чтобы запечатлеть самые веселые моменты вашей зимней прогулки!

**Желаем удачи!**



# ПРИЗНАКИ ТОГО, ЧТО РЕБЕНОК ЗАМЕРЗ:

- Красный нос и бледные щеки.
- Холодная шея, переносица, руки выше кисти.
- Ледяные ноги.
- Жалобы ребенка на холод.



# Как избежать переохлаждения.

Дети много двигаются на улице. Перегрев тела и чрезмерное потоотделение очень опасны при минусовых температурах, так как могут спровоцировать простудные заболевания.

Через голову, руки и ноги ребенка идет наибольшая теплоотдача, поэтому очень важно позаботиться о теплой шапке, шарфе, варежках, обуви. Если одежда будет тесной, кровь не будет нормально циркулировать, что увеличит риск обморожения.

Однако, даже если зимняя одежда ребенка подобрана правильно, на прогулке нужно постоянно следить, чтобы ребенок не замерз и не перегрелся.

Замерзшего или перегревшегося ребенка следует увести с улицы в помещение.

Когда ребенок возвращается с улицы в помещение нужно сразу снять лишнюю одежду, чтобы он не вспотел.

Во время сбора на прогулку также важно следить, чтобы ребенок не перегрелся: если вывести вспотевшего ребенка на прогулку зимой, он наверняка простынет