

**Памятка для родителей**  
**на период летней оздоровительной компании**

Соблюдайте режим дня.

Во избежании солнечного удара ,одевайте детям головные уборы ( панамы, кепки из хлопчатобумажной ткани)

Ежедневно приносите детям сменную одежду (чистые трусики, майку)

Ежедневно давайте ребёнку чистый носовой платок (из хлопчатобумажной ткани)

Обувь ребёнка должна быть по размеру, открытая, с фиксированной пяткой (сандалии)

В выходные и отпускные дни не лишайте ребёнка дневного сна.

Не давайте детям слишком горячую или слишком холодную пищу.

За 15 минут до приёма пищи давайте ребёнку по четверть стакана воды, это повысит аппетит и утолит жажду.

Нежелательно давать ребёнку сладости и другую еду.

**ПОМНИТЕ**, дети любят делиться и меняться

игрушками они могут портиться и теряться. Желательно не брать в детский сад игрушки и предметы

за целостность и сохранность которых вы будете переживать.

**ЗАПРЕЩЕНЫ** военизированные, провоцирующие агрессию игрушки.

Ежедневно утром информировать воспитателя о состоянии здоровья ребёнка.

В целях улучшения психологического комфорта и психического здоровья детей и подготовки к

новому учебному году рекомендуем организовать летний отдых ребёнка в кругу семьи и родственников.

### Рекомендации родителям по выбору головного убора для ребенка

В жаркие дни во избежание перегрева голова ребенка должна быть защищена от солнца. Головной убор должен быть подобран по размеру.

Обхват головы измеряется через наиболее выступающую точку затылочного бугра и центры лобных бугров. Лента должна замыкаться спереди.

По способу изготовления головные уборы могут быть – шитые, формованные (ручным способом или способом прессования), плетенные из тесьмы ручным способом.

По своему назначению летние головные уборы можно разделить на следующие категории:

- Для ежедневных прогулок. У таких моделей ткань должна легко пропускать воздух и отражать солнечные лучи. Наиболее предпочтительны модели, изготовленные из натуральных материалов, не вызывающих аллергии: хлопка, льна, ситца, бязи, натуральной соломки;  
Виды детских головных уборов по фасону:
  - Панама – легкая, летняя шляпка круглой формы с небольшими полями. Панама свободно одевается на голову, чаще всего изготавливается из натуральных материалов (хлопка, льна)
  - Косынка. Обычно шьется в форме треугольника. /Другие разновидности этого головного убора:
    - Бандана ( в отличие от простой косынки может быть квадратной или округлой формы, хорошо держится на голове);
    - Косынка с козырьком (пришитый по переднему краю козырек обеспечивает дополнительную защиту глаз);
    - Косынка на резинке (свободные концы косынки сшиты вместе в виде резинки, что обеспечивает надевание);
    - Косынка на завязках (фиксируется с помощью завязок, а не свободных концов ткани);
    - Кепка – головной убор плоской или округлой формы с козырьком, плотно сидящий на голове;
    - Бейсболка – кепка округленной формы с удлиненным козырьком;
    - Шляпа, шляпка – плетеный головной убор, изготовленный из натуральных природных материалов – соломки, листьев банановой пальмы, специально обработанной бумажной ленты. Хорошо пропускает воздух и защищает от солнца;
    - Бафф(Buff)- бесшовный шарф – труба с возможностью трансформации и разными способами ношения. Детские баффы могут иметь козырьки.
- Головной убор не должен давить, иметь декоративные элементы, в которых могут запутаться волосы. Возможность случайно травмировать кожу должна быть исключена