

# БЕЗОПАСНОСТЬ В ОСЕННИЙ ПЕРИОД

## Консультация

Дорошенко С.В.  
воспитатель

МБДОУ МО г. Краснодар  
«Центр развития ребенка - детский сад № 90»

Уважаемые родители, если вы не хотите чтоб ваш ребенок болел, а весело проводил время, нужно провести несколько профилактических мероприятий:

- Нужно сходите в аптеку, купить и пропить курс детских витаминов. В выборе такого комплекса индивидуально для вашего ребенка вам поможет лечащий врач.
- Прогулки должны проходить в любую погоду. Прогулка способствует развитию движений ребенка и хорошему обмену веществ, а также успешной адаптации к сырому и влажному климату.
- Водные процедуры прекрасно закаливают и повышают иммунитет ребенка.
- Беседуйте с ребенком о правилах сохранения здоровья. В детском саду, на улице, в общественных местах надо закрывать нос и рот, когда находишься рядом с людьми, которые чихают и кашляют. Перед едой мыть руки и высмаркивать нос. Пользоваться только своими личными вещами (носовой платок, вилка, ложка). Потому что через чужие вещи инфекция может попасть в организм ребенка.
- Продумать гардероб ребенка. Одевайте своего ребенка по сезону, не теплее и не легче необходимого. Основные требования к одежде ребенка:
  1. Хорошая обувь в соответствии с погодой - это залог здоровья вашего ребенка. Ноги должны быть сухие и теплые.
  2. Головной убор или капюшон на куртке. Голову всегда держим в тепле.
- Подумайте, в какую интересную игру можно поиграть всей семьей с целью «быть здоровыми». Когда ребенку неинтересно, он будет выполнять с неохотой «полезные» процедуры. Радость и польза от «здоровых привычек» у ребенка появляется только в том случае, когда это приятно, интересно, занимательно.