

## Консультация для родителей на тему: "Для чего нужна панама".



- 1) Защищать не только от солнечных ударов, но и от солнечных ожогов на ушах, а также других нежных зон кожи где может появиться ожог. Именно поэтому важно и в солнечные и в пасмурные дни носить панаму, которая уберезет глаза, лицо, кожу, и голову от прямых солнечных лучей.
- 2) Выбирая головной убор, обратите внимание чтобы он полностью закрывал затылок, чтобы уберечь шею.
- 3) Панама - защита для глаз. Важно выбрать ее с широкими полями, чтобы уберечь глаза от прямых солнечных лучей. Поля создадут тень глазам, оберегая от ультрафиолетового излучения.
- 4) Панама - защита для лица и шеи. Лицо и шея детей очень чувствительны, поэтому легко могут обгореть. Кепки с козырьком защитят и уберегут кожу ребенка.
- 5) Система терморегуляции детей дошкольного возраста несовершенна. Поэтому важно, чтобы дети не переохлаждались и еще важнее не перегревались. Взрослые переносят жару много легче, детям может стать плохо после нескольких минут под палящим солнцем без головного убора. При этом дети не могут рассказать что с ними произошло, поэтому лучше надеть панамку сразу и не рисковать.

б) Летние развлечения в детском саду в основном проходят на свежем воздухе, а это означает, что ваш ребенок большее количество времени проведет под солнцем. Именно поэтому совершенно необходимо позаботиться о том, чтобы голова ребенка меньше всего страдала от жары.

В головном уборе важен комфорт, защита, качество, практичность. Важно понимать, что каждый отдельно взятый ребенок, уже сформировал свое понимание что ему нравится, или не нравится из одежды. Выбирая головной убор покажите большой выбор их, предоставьте возможность самому ребенку поучаствовать в выборе. Выбирайте с учетом мнения вашего ребенка.

**Позаботьтесь о здоровье своего ребенка, обеспечив его панамой.**

