

Гра на свіжому повітрі в північно-західну погоду

Жити на тихоокеанському північному заході -значить жити з дощем. Навіть у дощ діти повинні виходити на вулицю і грати!

Хвороби викликаються мікробами (наприклад, вірусами), а не мокрим одягом або низькою температурою. **Діти не хворіють від дощу або холодної погоди.** Насправді, ігри на вулиці – це відмінний спосіб залишатися здоровим, займаючись фізичною активністю.



У мокрому одязі може бути неприємно, тому одягайтеся по погоді.



- **Непромокальні черевики** захищають ноги від мокрих калюж.
- **Плащі або непромокальні костюми** зберігають одяг сухим.
- **Шапки і шари одягу** допомагають дітям залишатися в теплі.
- **Візьміть з собою додатковий одяг** на всякий випадок.

Грати на свіжому повітрі весело і допомагає дітям вчитися і рости.

- Заохочуйте дітей стрибати і плескатися в калюжах.
- Розмовляйте, про що ви бачите, кольори, тварин, про звуки, які ви чуєте, чим пахне та що ви відчуваєте на вулиці. Природа – великий вчитель.
- Лазити, бігати, стрибати – це все відмінні види фізичної активності, що сприяють розвитку та вчать новим навичкам - будь то дощ або сонце!



Image by Freepik.com



Пам'ятка для центрів по догляду за дітьми та раннього навчання: Адміністративний кодекс штату Вашингтон (WAC) 110-300-0360 вимагає, щоб програми догляду за дітьми передбачали ігри на свіжому повітрі для всіх дітей в їх програмах