

Vui Chơi Bên Ngoài trong Thời Tiết Tây Bắc

Sống ở vùng Tây Bắc Thái Bình Dương nghĩa là sống chung với mưa. Thậm chí trong cơn mưa, trẻ em cần ra ngoài để chơi!

Bệnh tật là do vi trùng (như vi rút) gây ra, không phải do quần áo ướt hoặc nhiệt độ lạnh. **Trẻ em sẽ không mắc bệnh do mưa hoặc thời tiết lạnh.** Trong thực tế, vui chơi bên ngoài là một cách tuyệt vời để giữ sức khỏe bằng cách hoạt động thể chất.



Quần áo ướt có thể bất tiện, vì vậy trẻ nên ăn mặc phù hợp.



- **Ừng đi mưa** giúp bảo vệ bàn chân khỏi vũng nước ướt.
- **Áo mưa hoặc đồ đi mưa** giữ quần áo khô.
- **Mũ và nhiều lớp quần áo** giúp trẻ giữ ấm.
- **Mang thêm quần áo** để phòng hờ.

Vui chơi ngoài trời đem lại niềm vui và giúp trẻ học hỏi và phát triển.

- Khuyến khích trẻ em để nhảy và nô đùa trong vũng nước.
- Nói cho trẻ nghe về quang cảnh, màu sắc và động vật mà quý vị nhìn được, âm thanh nghe được và những thứ ngửi được hoặc cảm nhận được bên ngoài. Thiên nhiên là một người thầy tuyệt vời.
- Leo trèo, chạy, nhảy là những cách tuyệt vời để hoạt động thể chất, thúc đẩy sự phát triển, và học kỹ năng mới - dù mưa hay nắng!



Hình ảnh bởi Freepik.com



Ghi chú cho các Trung Tâm Nhà Trẻ và Giáo Dục Sớm (Child Care and Early Learning Centers): Luật Hành Chính Tiểu Bang Washington (WAC) 110-300-0360 yêu cầu các nhà trẻ cung cấp thời gian vui chơi bên ngoài cho tất cả trẻ em trong chương trình của họ.