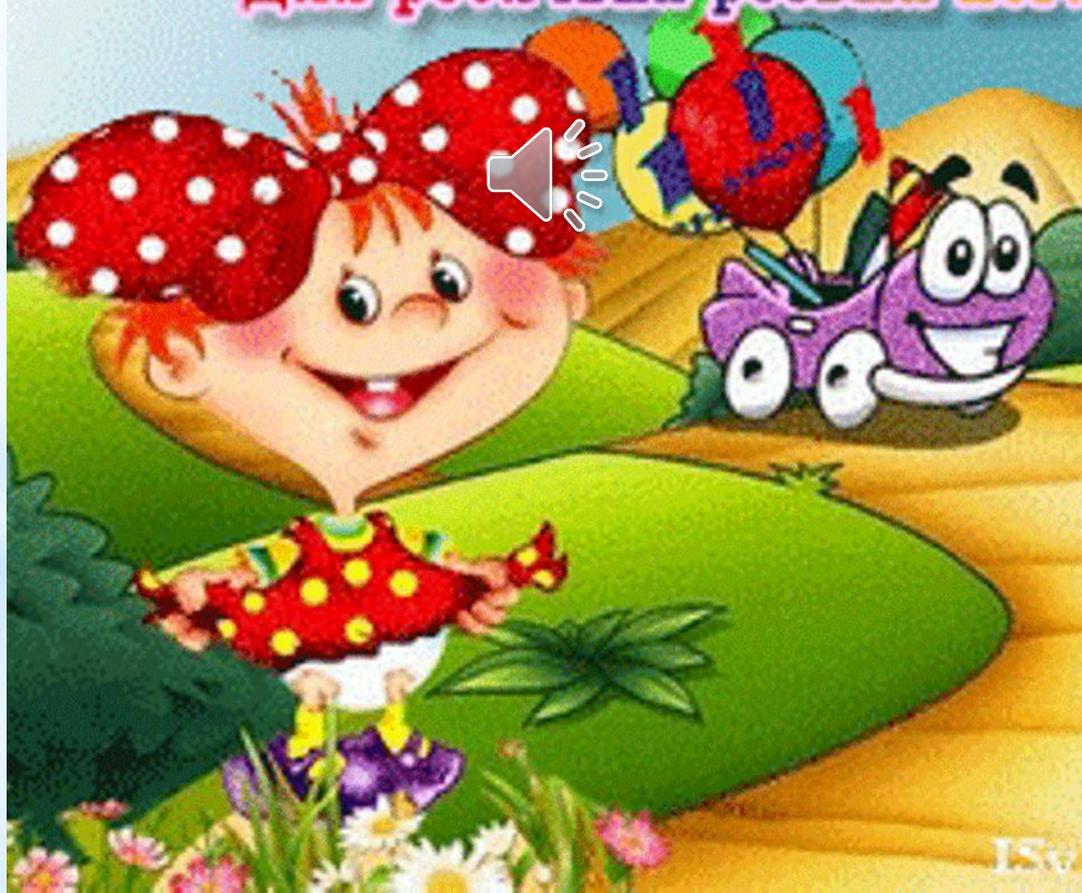




**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ  
« СКОРО - ЛЕТО! СКОРО - ОТПУСК! »**



Что такое лето?  
Это много света,  
Это поле, это лес,  
Это множество чудес,  
Это в небе облака,  
Это быстрая река,  
Это яркие цветы,  
Это синь высоты,  
Это в мире сто дорог  
Для ребячьих резвых ног!



Долгожданный отдых - это заслуженная награда за долгие дни работы, быта, заботы.

Семейный отдых - это максимально возможное количество времени, которое вы можете уделить своему ребенку.

Для ребенка - это долгожданное событие, которое он тоже ждал весь год. Чтобы отдых принес только удовольствие вам и вашему ребенку постарайтесь соблюдать некоторые правила:

*Если вы решили заниматься со своим ребенком, помните, что эти занятия должны быть короткими и проводить их лучше в утренние часы. Ваша задача расширять кругозор детей, соединяя имеющиеся знания и жизненный опыт ребенка.*

- Следует помнить, что выезжая за город, или путешествуя по миру, следует обсуждать с ребенком полученные впечатления.*

- Всеми силами отвлекайте ребенка от телевизора и компьютера, проводите все свободное время на свежем воздухе, катайтесь на велосипеде, самокате, роликах, играйте в футбол.*

**Лето - это укрепление здоровья ребенка и от того как он отдохнет во многом зависит его здоровье весь следующий учебный год.**

- Старайтесь соблюдать режим дня, иначе очень трудно к нему возвращаться в сентябре. Не забывайте, что недосыпание развивает неврозы, возрастает утомление. Ребенок должен спать не менее 10 часов.
- Следите за питанием ребенка. Мороженое, газировка, фаст-фуд не принесет здоровья вашему ребенку.
- Выбирайте только те виды отдыха, которые устроят вас и вашего ребенка.
- Планируя экскурсию на отдыхе, обсудите с ребенком заранее, как он к этому относится, если реакция негативна, попробуйте найти компромисс. Попробуйте найти другую экскурсию, которая интересна и вашему ребенку. Советуйтесь с ребенком, будьте внимательным слушателем, ценность общения не в количестве времени, а в качестве общения (внимание, уважение, понимание).

• Собираясь на отдых с компанией, старайтесь брать людей своего круга, которые разделяют ваши интересы, со схожими материальными уровнями. Оптимально ехать на отдых со схожим составом семьи. Одинаковые заботы, одинаковые проблемы, взаимопомощь, уход за детьми.



*Помните:*

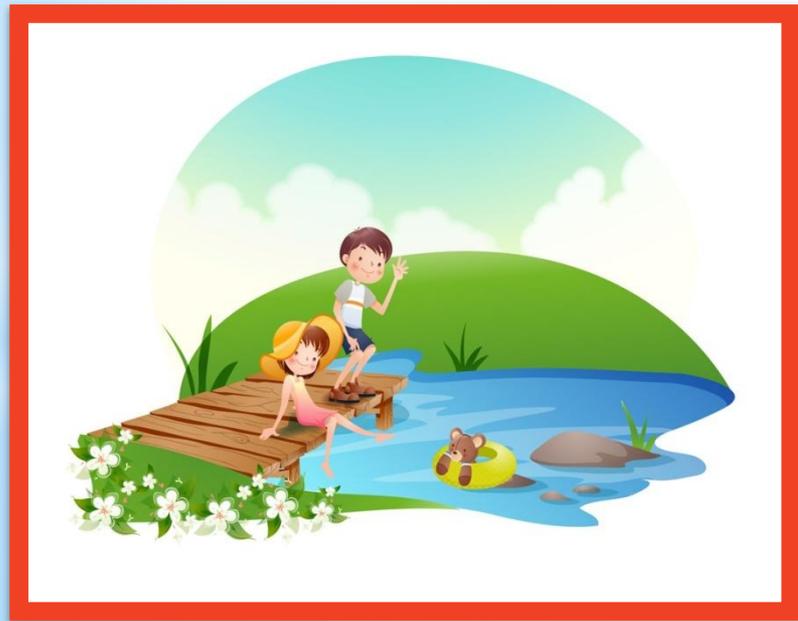
*Отдых – это хорошо. Неорганизованный отдых – плохо!*

*Солнце – это прекрасно. Отсутствие тени – плохо!*

*Морской воздух, купание – это хорошо. Многочасовое купание – плохо!*

*Экзотика – это хорошо. Заморские инфекции – опасно!*

*Желаем вам интересного лета, хорошего настроения, здоровья!*





ОТЛИЧНОЙ ПОГОДЫ И  
СОЛНЕЧНЫХ ДЕНЬКОВ!

ТИТРИЦА

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**