**Рекомендации родителям по летнему отдыху детей**

Наступает лето, так что самое время родителям подумать об отдыхе детей. Учитывая, что не все родители могут на летнее время куда-нибудь отправить ребенка, многие общеобразовательные школы открывают дневные лагеря. Ваш ребенок приходит в такой лагерь утром и уходит вечером домой. Трехразовое питание, интересные занятия, экскурсии, прогулки и минипоходы гарантированы. Стоимость подобного отдыха невелика и будет по силам любой семье. Вместо того чтобы оставлять ребенка в городе на весь день предоставленным самому себе, лучше позаботится о его пребывании в городском лагере.

**В области в летний сезон 2018 года планируется открыть 665 лагерей с дневным пребыванием детей.**

Наиболее эффективной формой отдыха является отдых в загородном оздоровительном учреждении. Жизнь в современных детских оздоровительных лагерях загородного типа мало похожа на ту, какой она была в пионерских лагерях, где отдыхали родители современных школьников. В загородных учреждениях отдыха проводится и оздоровление детей. Под словом "оздоровление" понимается пребывание на свежем воздухе, закаливающие процедуры, питание, занятия физкультурой и спортом и т.д. Кроме оздоровления каждый лагерь стремится продумать свою собственную программу, для чего приглашаются психологи и педагоги. Есть лагеря с тематическими заездами (компьютерными, математическими, историческими, натуралистическими и др.). Пребывание в лагере предусматривает массу походов, игр и спортивных мероприятий. Обязательно требуйте у организатора летнего отдыха, распространяющего путевки, программу пребывания. Серьезные лагеря представляют исчерпывающую информацию, включающую даже ежедневное меню.

На территории Челябинской области в летнюю оздоровительную компанию будут работать 56 загородных стационарных оздоровительных лагерей.

Если Ваш ребенок нуждается в восстановлении здоровья выбирайте специализированные детские санатории с серьезной лечебной базой. Но туда принимают детей только при наличии санаторно-курортной карты.

В Челябинской области работают 6 детских санаториев.

Управление Роспотребнадзора информирует о том, что все детские лагеря должны иметь санитарно-эпидемиологические заключения о соответствии санитарным требованиям и должны быть внесены в реестр оздоровительных учреждений области. Реестр лагерей Челябинской области размещен на сайте Министерства образования и науки Челябинской области. Если Вы запланировали отдых в детском учреждении отдыха, которого нет в реестре, то лучше отказаться от такой путевки, т.к. условия в данном учреждении, скорее всего, будут не безопасны.

**Информацию о таких лагерях Вы можете сообщить в Министерство образования и науки Челябинской области.**

Детский отдых процесс веселый лишь для ребенка. Для родителей он сопряжен с массой важных моментов, которые необходимо учесть в подготовке к отдыху, во время его и после.

**Советы родителям:**

- при выборе лагеря надо учитывать физические возможности ребенка, его характер и увлечения;

- когда решение о выборе лагеря принято, свяжитесь с администрацией лагеря и уточните все организационные вопросы (доставка детей в лагерь, родительские дни, какие вещи нужно взять с собой, документы и т.д.);

- не берите лишних вещей в лагерь, не кладите ребенку с собой много одежды, достаточно взять несколько смен нательного белья, несколько комплектов летней одежды и комплект теплой одежды. Из обуви: удобные ботинки или кроссовки и одна открытая пара обуви. Обязателен, головной убор не зависимо от места расположения лагеря. Предметы личной гигиены;

- не скрывайте медицинских диагнозов вашего ребенка. Если у вашего ребенка аллергия, обязательно укажите на что (лекарственные препараты, продукты питания или иные вещества);

- поговорите с ребенком о правилах поведения в лагере. Очень важно довести до ребенка, что нельзя самостоятельно покидать территорию лагеря, нельзя курить и принимать алкогольные напитки;

- обучите ребенка навыкам самообслуживания (своевременно сменить нательное белье, самостоятельно вымыть голову и причесаться);

- научите ребенкамыть руки перед едой, после посещения туалета, не пить воду из-под крана.

Это банальные, но жизненно необходимые правила для людей.

Если Ваш ребенок уже отдыхает в лагере родителям нужно помнить, что ребенок в лагере получает полноценное сбалансированное питание и поэтому при посещении ребенка в лагере родителям не нужно привозить детям пищу из дома.

 Кроме того, родители должны помнить о том, что газированная вода, чипсы – это вредные и опасные продукты для детского организма!

Отправляя ребенка в лагерь, прислушайтесь к нашим советам, ведь лагерь – отличная возможность для детей, пообщаться со сверстниками, проявить себя и набраться сил и здоровья.

Заместитель руководителя В.М.Ефремов