**Советы родителям.**

**Как подготовить ребенка к первой поездке в лагерь.**

Первая поездка в лагерь является для ребёнка решающей. Это либо любовь навсегда, либо полное неприятие такого отдыха. Поэтому родителям так важно тщательно подготовить ребёнка к такому виду отдыха.

***Детская самостоятельность***

Психологи и педагоги единодушно считают, что интеллект современных детей гораздо выше, чем у родителей в их годы, но бытовая самостоятельность значительно им уступает.

Наши дети вполне самостоятельно регистрируются в соцсетях, ведут свои страницы и блоги, но они не очень-то справляются с простыми ситуациями: постирать свои носочки, сложить вещи, чтобы не помялись, правильно хранить мыло и зубную пасту.

Самостоятельность должна быть не только бытовая, но и психологическая. Ребенок должен уметь сам засыпать, вставать, контролировать свое состояние, поведение, уметь обходиться без родителей. Важно, чтобы он смог сообщить о своих трудностях или недомогании, задать вопрос или попросить о помощи взрослых.

Как правило, большинству детей не приходится о чем-то просить дома: родители сами предлагают кушать, напоминают о сне, спрашивают о самочувствии. У детей нет необходимости следить за своим распорядком и состоянием – за них все делают родители.

Конечно, рядом с ребёнком всегда будут воспитатели, психолог, охрана и медики, но важно, чтобы дети сами обладали элементарными навыками безопасности.

Ребенок должен знать, что всегда нужно мыть руки перед едой, а царапины и ссадины нужно обрабатывать перекисью водорода или йодом. Нельзя есть незнакомые ягоды, а обычные фрукты и овощи нужно мыть. С едой вообще нужно быть осторожным, иначе не избежать расстройства желудка.

Дайте ребенку ориентир действий в экстренных ситуациях: что делать, куда звонить, к кому обратиться. Научите ребенка главному: в ситуациях опасности не может быть неудобства.

Обговорите с ребенком правила вашего посещения. Он должен четко усвоить, что вы никогда не направите к нему незнакомого человека. Также исключена ситуация, что родные будут стоять где-то у забора. Ребенок должен четко знать людей, которые могут к нему приехать или передать какие-то продукты. Если есть сомнения, то нужно срочно позвонить. И ни в коем случае нельзя покидать территорию лагеря с незнакомыми людьми.

Мир без родителей полон соблазнов и интересов: в овраг хочется спуститься, насекомое потрогать, цветок сорвать, забор перелезть. Важно, чтобы ребенок знал правила безопасного поведения и соблюдал их. Правда, нужно изучать их постоянно и постепенно, а не загружать информацией перед поездкой.

**ЛАГЕРЬ: ИНСТРУКЦИЯ ПО ВЫЖИВАНИЮ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Отдых в детском лагере может обернуться настоящей трагедией. Смена обстановки, новые люди и чувство тревоги — все это может настигнуть… родителей.

Временами пережить расставание гораздо сложнее мамам и папам, чем детям!

**Ему там плохо**

* *А если он замерзнет?*
* *А вдруг он ничего не ест и ходит голодный?*
* *С ним, наверное, никто не играет…*

Тревожные мысли о том, что ребенку в лагере плохо, сводят родителей с ума. И вот они уже рвутся забрать любимое чадо домой.
Прежде, чем принимать импульсивные решения, подумайте — есть ли причины подозревать, что в лагере случится что-то ужасное? Дети под присмотром профессионалов, а их здоровье под постоянным наблюдением медицинских работников. Остаться голодным при пятиразовом питании —  тоже задача не из легких.

Перед сменой советуем поговорить с ребенком и научить его говорить о своих проблемах воспитателям — это поможет избежать много неприятностей.

**Он не звонит**

Вы специально даете ребенку в лагерь телефон, чтобы он мог позвонить в любой момент. Вдруг ему будет тяжело и он захочет пожаловаться — думаете вы. А он не звонит. На ваши звонки он либо не отвечает, либо быстро что-то тараторит и бросает трубку: “Мам, мне некогда, вечером перезвоню.”

Если ребенок не звонит, то объяснение одно — ему действительно некогда. Он занят играми и репетициями сценок. Каждый день что-то новое и пропустить даже одну активность для детей недопустимо. Расписание такое интенсивное, что времени скучать совсем нет. А если ребенку понадобится что-то из вещей, то родителям он позвонит обязательно и своими эмоциями он непременно поделиться, только не сейчас, а после смены.

**Без него так скучно**

Ребенок уехал в лагерь и вам так плохо без него. Когда он дома, то занимает все свободное время. А сейчас… Вам так одиноко и грустно. Вы не находите себе места, постоянно думаете о нем. Так вот, родители, у вас появилось время для себя. Может, вы уже позабыли об этом — ведь свободное время осталось лишь в воспоминаниях о молодости. Пока дети отдыхают в кругу друзей, у вас есть возможность заняться тем, что вы давно хотели, но никак не находили времени. Папа может пригласить маму на ужин в кафе, а не на кухню. Можно спокойно почитать любимые книги или заняться творчеством. Вспомните, может вы давно хотели сходить в бассейн или покорить горную вершину. Пока ребенок отдыхает в лагере — можете отдохнуть и вы.

Отдых в детском лагере — отличная возможность для родителей и их детей. Обернется смена ужасом или радостью — во многом зависит от нас самих. Получите удовольствие сами и дайте такую возможность ребенку. Хорошего вам отдыха!