

# ДЛЯ ВАС, РОДИТЕЛИ!

«Здравствуй, лето!»



**С наступлением жарких летних деньков мы больше времени проводим на свежем воздухе. Солнце благотворно влияет на детский организм. Но оно может стать не только другом вашего ребёнка, но и врагом. Чтобы этого не случилось, необходимо соблюдать правила нахождения детей на солнце.**



# Одежда

Одежда, которую вы надеваете на ребёнка, должна быть лёгкой, не стесняющей движений, из натуральных тканей.

## Головной убор



Обязательно надевайте головной убор! Это может быть лёгкая панамка или косынка из хлопка. Главное, чтобы кожа головы свободно дышала.



**Наблюдайте с детьми за погодой,  
растениями, птицами,  
животными.**

**Комментируйте и обсуждайте.**

**Вслушивайтесь вместе с  
ребёнком в звуки природы:  
шелест листьев, голоса птиц,  
звуки ветра, дождя.**

**Отдыхая на пляже  
экспериментируйте с песком,  
водой.**

**Подобные занятия расширяют  
кругозор ребенка.**



**С уважением  
Белоконь Евгения Владимировна**