**Информация для родителей**

**Настраиваем ребёнка на отдых в детском лагере**

Детский оздоровительный лагерь ­– это место получения социального опыта, психологического и личностного развития ребенка, его самореализации в среде сверстников. В лагере дети учатся самостоятельности, поскольку оказываются в новой для себя среде, где нет родных и близких, в результате чего детям приходится самим принимать решения и нести за них ответственность. Кроме того, в условиях лагеря, где регулярно проводятся мероприятия, сопряженные с повышенными требованиями к соблюдению правил безопасности (пребывание на открытом солнце, купание, спортивные и иные мероприятия), у детей продолжают формироваться и закрепляться навыки безопасного поведения.

 Важен психологический настрой.

* + - * Заранее обговорите с ребенком количество дней, которые он проведет вне дома.
* Зарядите ребенка энтузиазмом. Расскажите, как интересно и весело он проведет время, заведет новых друзей.
* Положите ребенку с собой какую-то значимую вещь: любимую игрушку, с которой он спит или книгу. Атрибут будет напоминать о тепле и уюте родного дома.
* Обучите навыкам гигиены: чистить зубы, умываться, причесываться, заправлять кровать и следить за чистотой вещей.
* Пространство лагеря совершенно незнакомо, и сразу запомнить, что где находится, не просто, но необходимо.
* Правила пребывания в лагере поначалу неизвестны, но требуют их выполнения.

 Поездка в загородные лагеря отдыха пройдет благоприятно, если вы не будете настраивать ребенка на негатив, сетовать и причитать.

Отдельно следует объяснить ребенку о необходимости следить за состоянием собственного здоровья и своевременно обращаться за медицинской помощью на стадии появления первых признаков простудного заболевания, потертости ног, царапин, тошноте, диарее, не дожидаясь дальнейшего развития болезни.

Кроме того, перед заездом в лагерь необходимо поговорить с ребенком о том, что с любыми проблемами или затруднениями следует обращаться к персоналу лагеря (вожатому, педагогу, инструктору, медработнику или начальнику лагеря).

Важно психологически настроить ребенка на пребывание в лагере, т.к. в учреждении существует определенный режим сна, питания и отдыха, определенные ограничения в действиях и передвижениях детей и т.д.

Успешно адаптироваться к новым условиям проживания ребятам помогают вожатые. Они вовлекают детей в активную коллективную деятельность, направленную на сплочение и взаимодействие.

Чаще всего период адаптации длится 3-7 дней. **Не звоните часто, не контролируйте ребенка, дайте возможность процессу адаптации развиваться естественным ходом!** Не впадайте в панику, если ребенок сказал, что его обидели. Позвоните представителю администрации лагеря или воспитателю и узнайте, что произошло, задайте уточняющие вопросы.

По приезду детей воспитателями отрядов будет проведен подробный инструктаж по правилам проживания, технике безопасности, пожарной безопасности на территории лагеря. Настройте ребенка на соблюдение правил, которые позволят сохранить безопасность на протяжении всей смены. Обо всех передвижениях детей по территории должны знать воспитатели отрядов.