

КАК С ПОЛЬЗОЙ ПРОВЕСТИ ЛЕТНИЕ КАНИКУЛЫ

Летние каникулы — это особое время в жизни каждого школьника, которое надо провести с пользой для здоровья и развития способностей ребёнка, удовлетворения его потребностей. Это лучшее время для получения мальчиками и девочками нового позитивного опыта и новых знаний, умений и навыков, а также для расширения социальных связей.

#институтвоспитания
институтвоспитания.рф



ИНСТИТУТ
ВОСПИТАНИЯ

КАК С ПОЛЬЗОЙ ПРОВЕСТИ ЛЕТНИЕ КАНИКУЛЫ?

1/8

Вместе с ребенком составьте **долгосрочный и краткосрочный план** проведения летних каникул.

2/8

Опирайтесь на потребности и интересы самого ребенка!

Давайте возможность проявить ему лидерские качества и взять на себя ответственность за организацию летнего досуга.

3/8

Мотивируйте ребенка на интересное, познавательное времяпровождение.

4/8

Купите красивый блокнот, в котором ребенок ежедневно будет вести записи об интересных событиях дня, делать фото и видео съемки и собирать фото / видеоальбом.



5/8

Формируйте ценности здорового образа жизни, закрепляйте полезные привычки:

- соблюдение режима дня;
- правильное питание;
- закаливание;
- физическая активность;
- осознанное отношение к удовлетворению своих потребностей.

6/8

Создавайте семейные традиции совместных походов в театр, музеи, совместных чтений, просмотра фильмов, трапез, прогулок на свежем воздухе, занятий утренней гимнастикой, спортом и другими видами активной деятельности.

7/8

На время летних каникул запишите ребенка в спортивный клуб или секцию. Регулярные целенаправленные физические нагрузки помогут ребенку укрепить не только физическое, но и психическое здоровье.

8/8

Важно предупредить зависимость от гаджетов.

Договоритесь с ребенком и установите лимит использования гаджетов и пребывания в Интернете.

