Әти-әниләр өчен консультация

“Хуш киләсең, ямьле җәй”!

Тәмле җәй (Ш.Галиев)
Аланнарда – җиләк исе,
Басуларда – иген исе,
Җәйләүләрдә – сөт исе…
Тагын аллы-гөлле чәчәк,
Кайнар кояш өстисе –
Шушы булыр җәй төсе!

Һәр бала җәй җитүне түземсезлек белән көтә. Шуның белән бергә җәй - ата-аналар өчен "җәен балаларны ни белән шөгыльләргә"дигән сорауга җавап эзләп чираттагы баш авырту вакыты. Өч ай дәвамында компьютер яки телевизор янында үткәрү-бик яхшы идея түгел. Бер ел эчендә алган белемнәрен һәм күнекмәләрен шулай җиңел генә югалтырга мөмкин. Аларны арттырырга һәм җәйне файдалы итеп үткәрергә ярдәм итәчәк вариантлар турында сөйләшик.

Ата-аналар белән уеннар-балалар үсешенең аерылгысыз өлеше. Бу сәламәтлекне ныгыту да, яхшы кәеф тә. Уртак уеннар ата-аналарны һәм балаларны якынайта.

Туп белән уеннар “Ашыйм-ашамыйм”

Уенчылар сафта тора, алып баручы тупны һәр уенчыга чиратлап бәрә, шул ук вакытта ниндидер сүз әйтә. Әгәр «ашарга ярый торган» сүзе булса, уенчы туп тотарга тиеш, әгәр "ашамый торган" – тупны тотмаска.

Җәйге чор баланы чыныктырыр өчен менә дигән вакыт. Балаларыгызны су, кояш, ялан аяк чирәмдә йөртеп, саф һавада уеннар уйнып чыныктыра аласыз.

Җәйге вакыт та җитте, барысы да дачага, диңгезгә яки җәйге урманга, елга ярына онытылмас тәэсирләр алырга омтылалар. Балалар исәнлеге, тормышына кагылышлы куркынычсызлык кагыйдәләрен искә төшерик .

САК БУЛЫГЫЗ: КОЯШ!

Эссе көндә җылы сугу бала һәм кояш пешүләре белән тәнне җәрәхәтләү бик җиңел. Шшуның өчен, бала ничек киендергәнгә игтибар бирергә, ачык кояш астында күпме вакыт торганын контрольдә тотырга. Кояшта тору вакытын акрынлап 3-4 минуттан 35-40 минутка кадәр артырга мөмкин. Кояшлы көндә баш киемен кию мәҗбүри.

СУЛЫКЛАР ЯНЫНДА САК БУЛЫГЫЗ:

Сез балаларыгызның тормышы һәм сәламәтлеге өчен җавап бирәсез! Балаларны су объектларында ял иткәндә караучысыз калдырмагыз! Балаларны сулыклар янында ялгызын гына йөрмәгез! Коенучы балалар артыннан өлкәннәр тарафыннан даими күзәтү алып барылырга тиеш. Шуны истә тотарга кирәк, пычрак һәм ташландык сулыкларда дизентерия, корсак тифы, сальмонеллез һәм холера авырулары эләктерергә мөмкин!

ЮЛЛАРДА САК БУЛЫГЫЗ:

Балаларны вакытында юл ситуацияләрендә ориентлаша белергә өйрәтегез, урамда тәртипле һәм игътибарлы, сак һәм игътибарлы булырга кирәк. Баланы олылардан башка юлга җибәрмәгез. Баланы уң яктан тротуар ягыннан йөрергә, юлны бары тик җир өсте һәм җир асты юлы аша гына күчәргә була дип өйрәтегез. Балага җәмәгать транспортында тәрәзәдән чыгарга, кулларны яки нинди дә булса предметларны куярга рөхсәт итмәгез.

РОЛИКЛАРДА ҺӘМ ВЕЛОСИПЕДТА ЙӨРҮ БЕЛӘН БӘЙЛЕ КУРКЫНЫЧСЫЗЛЫК КАГЫЙДӘЛӘР

Балага велосипед, самокат яки роликлар белән урамга олыларны озатмыйча гына чыгарга рөхсәт итмәгез. Аны куркыныч урыннарда - машиналарның ишегалларыннан, автостоянкалардан чыгу урыннарында тукталырга өйрәтегез. Әгәр бала әле велосипед белән начар идарә итә һәм еш кына егыла икән, аны шәхси саклану чаралары – наконниклар, налокотниклар, шлем белән тәэмин итегез.