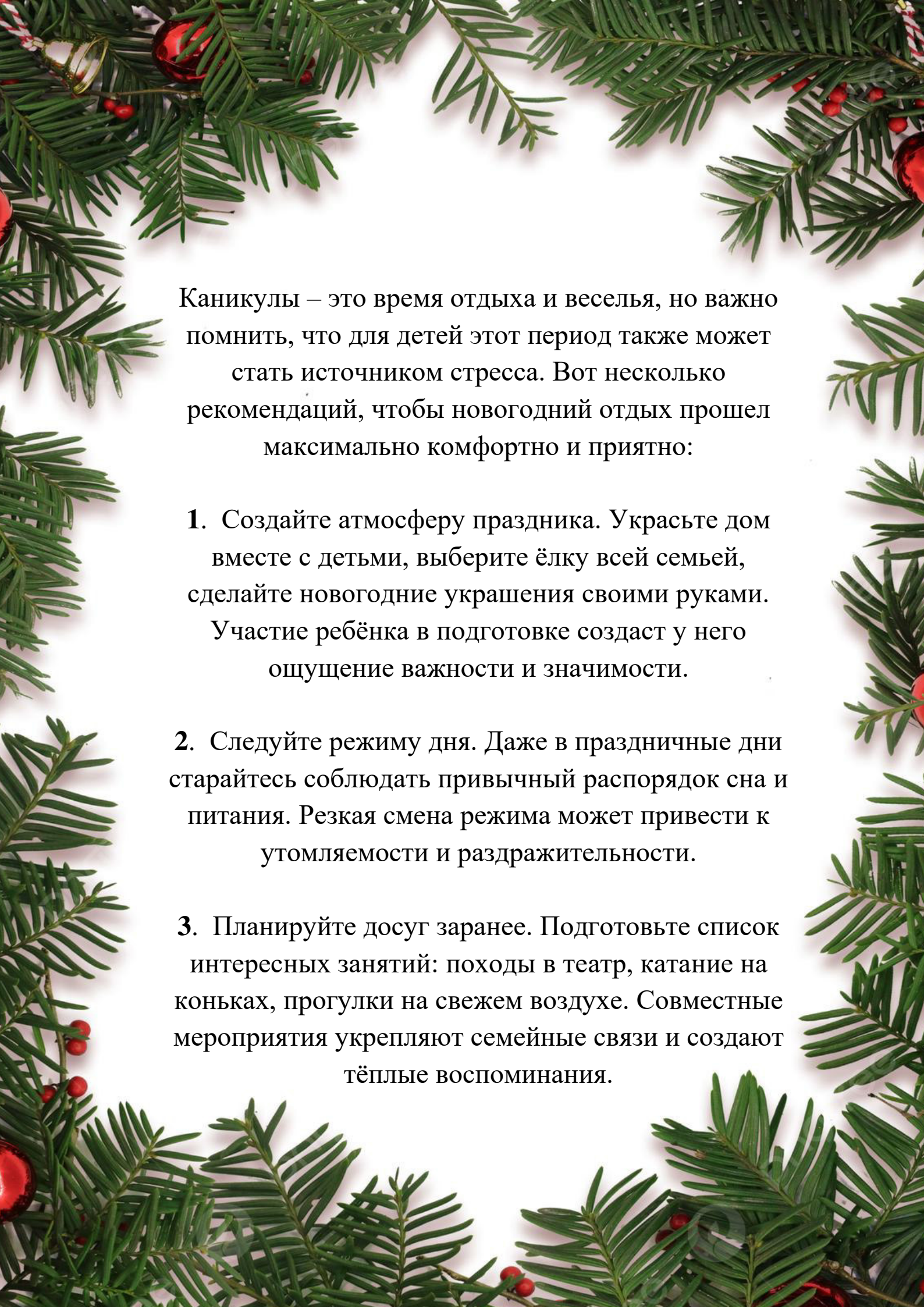


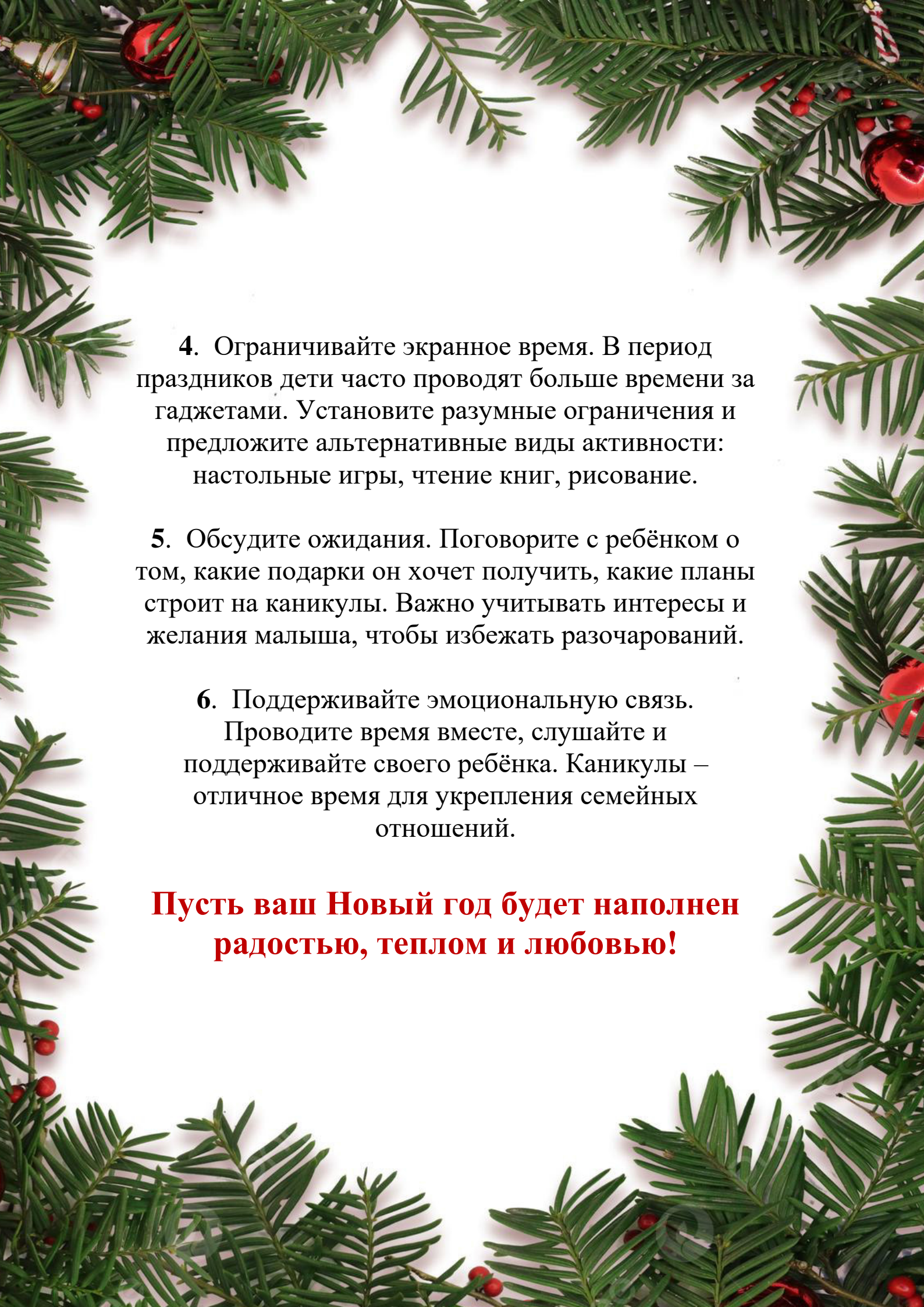


**КАК
СДЕЛАТЬ
НОВОГОДНИЕ
ПРАЗДНИКИ
РАДОСТНЫМИ
И
БЕЗОПАСНЫМ**



Каникулы – это время отдыха и веселья, но важно помнить, что для детей этот период также может стать источником стресса. Вот несколько рекомендаций, чтобы новогодний отдых прошел максимально комфортно и приятно:

1. Создайте атмосферу праздника. Украсьте дом вместе с детьми, выберите ёлку всей семьей, сделайте новогодние украшения своими руками. Участие ребёнка в подготовке создаст у него ощущение важности и значимости.
2. Следуйте режиму дня. Даже в праздничные дни старайтесь соблюдать привычный распорядок сна и питания. Резкая смена режима может привести к утомляемости и раздражительности.
3. Планируйте досуг заранее. Подготовьте список интересных занятий: походы в театр, катание на коньках, прогулки на свежем воздухе. Совместные мероприятия укрепляют семейные связи и создают тёплые воспоминания.



4. Ограничивайте экранное время. В период праздников дети часто проводят больше времени за гаджетами. Установите разумные ограничения и предложите альтернативные виды активности: настольные игры, чтение книг, рисование.

5. Обсудите ожидания. Поговорите с ребёнком о том, какие подарки он хочет получить, какие планы строит на каникулы. Важно учитывать интересы и желания малыша, чтобы избежать разочарований.

6. Поддерживайте эмоциональную связь. Проводите время вместе, слушайте и поддерживайте своего ребёнка. Каникулы – отличное время для укрепления семейных отношений.

**Пусть ваш Новый год будет наполнен
радостью, теплом и любовью!**