

## Отдых с детьми на море

Каждый из нас в детстве мечтал поехать на море летом. Как мы были счастливы, если это удавалось. Потом мы делились впечатлениями с нашими друзьями и с гордостью рассказывали им о наших летних приключениях. Поверьте, ваш ребенок тоже будет рад побывать на море. Отдых на море так же очень популярен и с очень маленькими детьми. Не стоит пугаться, если у вас грудной ребенок, важно правильно выбрать место и тогда отдых запомнится вам и вашему малышу надолго.

В зависимости от средств и пожеланий можно выбрать разные условия отдыха на море. Первым на что стоит обратить внимание это Турция. В Турции целых два моря, выбрать можно любое. Лучшее конечно средиземное, там и пляжи, и море получше. Здесь много семейных отелей и тематических парков для детей. Если вы решили отдохнуть на море с детьми это будет один из лучших вариантов. Если позволяют средства стоит рассмотреть варианты отдыха в Испании, Греции, на Кипре. Все это тоже средиземное море, но условия комфортабельнее. Так же есть возможность отдохнуть и в родной России, не стоит забывать об Анапе. Черное море, чистые пляжи, и море часто чистят от водорослей. Выбирая море нужно обратить внимание на особенности климата, перепада температур ночью и днем, чтобы акклиматизация вашего ребенка проходила нормально.

Важным аспектом выбора места для отдыха является и наличие детской инфраструктуры. Если вы остановились в отеле, то это должен быть семейный отель. Их отличает от обычных наличие детских бассейнов, желательно с морской водой, детских площадок, специальной детской мебелью, детским меню в ресторанах, анимация, игровых клубов и развлечения для детей. Так же в таких отелях есть очень удобная для родителей услуга няни. На случай если вам нужно будет отлучиться, только как такой вариант. Лучше быть с ребенком постоянно, чтобы он запомнил этот отдых с вами, а не с чужой тетей. Если вы собираетесь снимать жилье, то желательно выбрать место рядом с морем, чтобы пляж был обязательно песчаным, а в море не было растительности, медуз и морских ежей.

Стоит заранее позаботиться о защиты ваших детей от солнца. Следует взять крема, головные уборы, чтобы малыш не перегревался на солнышке. Сложнее всего адаптация проходит у маленьких детей, для этого нужно устроить условия похожие на привычные.

К морю и солнцу нужно приучать постепенно, первые дни меньше находиться на улице и если купаться то в бассейне. Уже потом можно начинать плавать в море (Предлагаем вашему вниманию статью - Учимся плавать в море.). Постарайтесь взять на первое время родную воду, или простую минералку, чтобы детский желудок постепенно привыкал к местной воде. Очень важно следить за питанием, многие проблемы на отдыхе возникают именно из-за отравления.

Лучше поехать с детьми и всей семьей на море сразу на несколько недель. У детей, да и у вас будет хорошая возможность адаптироваться, и куча времени, чтобы отдохнуть и наиграться.