# Консультации для родителей на летний период «Отдых с ребенком летом»

Лето – это самое долгожданное и любимое время года. Детям нравится резвиться на зеленой мягкой травке, греться под теплыми солнечными лучами. Дети много времени проводят на улице, на даче с родителями, выезжают на отдых в лес и на водоемы. Однако, даже в самое замечательное время года не стоит забывать о безопасности детей.

Основная задача взрослых в летний оздоровительный период – сделать отдых детей максимально полезным и безопасным. Не стоит забывать, что именно летом увеличивается количество детского травматизма. Особенно беззащитны маленькие дети, т. к. дошкольники очень шустрые и любопытные. Им интересно абсолютно все! Особенно привлекательны для них водоемы, ямы, кусты и заросли, костры, ягоды и грибы.
Главное, что должны помнить родители – ни при каких обстоятельствах не оставлять ребенка без присмотра. Защитить себя и своих детей от многих проблем, которыми может столкнуться семья, можно при условии постоянной заботы о безопасности.Многие меры по обеспечению безопасности детей, могут показаться элементарными, однако с ребенком дошкольного возраста необходимо разбирать и обсуждать на первый взгляд кажущиеся очень простыми правила поведения.

Рассмотрим несколько основных правил поведения, которые гарантируют безопасность в летний период:

1***. Будьте осторожны на солнце.*** Солнечные ожоги вовсе не так безобидны, как думают многие. Дети до 2-х лет не должны подвергаться воздействию прямых солнечных лучей. Старшие дети могут загорать очень непродолжительное время. Одевать детей следует в легкую хлопчатобумажную одежду, на голову шляпа, кепка или панама. Все это защитит ребят от солнечного удара и ожогов. На жаре дети должны много пить.

2***. Игры с огнем опасны***. При наступлении детских летних каникул особое внимание необходимо уделить поведению детей на улице. В поисках острых ощущений, дети играют с огнем, где это только возможно. Но редко кто из детей относится к данному мероприятию ответственно. Объясните им, что розжиг костров, игры со спичками очень опасны. Напомните им по какому телефону необходимо звонить в случае возникновения пожара.

3***. Следуйте правилам безопасности на воде.*** Лучше всего купаться в специально оборудованных местах и только под присмотром взрослых. При переохлаждении тела пловца в воде могут появиться судороги, которые сводят руку, а чаще ногу или обе ноги. При судорогах надо немедленно

выйти из воды. Не заплывайте за буйки – там может оказаться резкий обрыв дна, холодный ключ, заросли водорослей и т.п. Не устраивайте в воде игр.

4***. Оградите ребенка от комаров, пауков и других насекомых.*** С наступлением теплых дней появляется большое количество различных сезонных насекомых. Москитная сетка или даже обычная марля, помещенная на окно комнаты, - обязательный элемент защиты ребенка от назойливых насекомых. Чтобы уберечь ребенка от укусов клещей во время лесных прогулок, необходимо, прежде всего, защитить волосы и открытые участки кожи - экипировать его головным убором и надевать вместо шорт длинные брюки, заменить открытые сандалии закрытой обувью, а футболки и безрукавки - рубашкой с длинными рукавами.

5***. Пищевые отравления.*** Летом мало кто из родителей удерживается от соблазна угостить ребенка немытыми ягодами из сада, овощами с огорода. Немытая или плохо промытая зелень «со своего огорода» может привести к развитию у ребенка различных кишечных инфекций. Даже обычные для ребенка продукты питания в жаркое время года быстро портятся, а срок их хранения сокращается. Чтобы избежать пищевого отравления надо мыть руки перед едой. В жару на пикнике время хранения продуктов снижается до 1 часа.

6***.Во время каникул многие дети проводят целые часы «на колесах» - на роликах, скейтбордах и так далее.*** Необходимо, чтобы они соблюдали правила безопасности, использовали защиту для коленей, локтей, и обязательно носили шлемы.

7.***За детьми, особенно младшего возраста, необходим постоянный присмотр***. Известны случаи, когда дети погибали только потому, что отец или мать отвернулись «всего на одну секунду». За детьми до пяти лет присмотр необходим 24 часа в сутки.

8.***Ежедневно напоминайте своему ребёнку о правилах дорожного движения.*** Используйте для этого соответствующие ситуации на улице во дворе, по дороге в детский сад.

Находясь с малышом на улице полезно объяснять ему все, что происходит на дороге с транспортом, пешеходами. Например, почему в данный момент нельзя перейти проезжую часть, какие на этот случай существуют правила для пешеходов и автомобилей, укажите на нарушителей, отметив, что они нарушают правила, рискуя попасть под движущиеся транспортные средства. Помните, что ваш ребёнок должен усвоить: без взрослых на дорогу выходить нельзя, идешь с взрослым за руку, не вырывайся, не сходи с тротуара; ходить по улице следует спокойным шагом, придерживаясь правой стороны тротуара; переходить дорогу можно только по пешеходному тротуару на зеленый сигнал светофора, убедившись, что все автомобили остановились; проезжая часть предназначена только для транспортных средств;

9.***Одеваться по погоде и ситуации.*** Для жаркой погоды стоит выбирать одежду из натуральных тканей – "дышащую" и свободную. Поговорите о том, почему в лес лучше надевать одежду с длинными рукавами, брюки и закрытую обувь, и как это может защитить от укусов насекомых. Обратите внимание на то, как одет ребенок, играющий на детской площадке: опасными элементами одежды считаются тесемки на футболках и платьях и особенно шнурки, продетые в капюшоны кофт, так как они могут зацепиться за игровое оборудование.

10.***Выбирать безопасные игровые площадки.*** Прежде чем посадить ребенка на качели, взрослому необходимо убедиться, что крепления прочные, а сиденье гладкое, без зазубрин и торчащих гвоздей. Аттракционы в парках необходимо выбирать в соответствии с рекомендованным правилами возрастом, напоминать детям о пристегивании и аккуратном поведении во время катания. Во время прыжков маленького ребенка на батуте, взрослому нужно находиться рядом и не разрешать кувырки или прыжки нескольких детей на батуте одновременно. Также нужно объяснить ребенку, что на солнце металлические части игровых конструкций могут сильно нагреваться и, прежде чем съезжать с горки, нужно убедиться, не горяча ли ее поверхность.

11.***При грозе и молнии найти безопасное укрытие.*** Даже если ребенок не боится громких звуков, а вид сверкающей молнии кажется ему завораживающим, стоит четко объяснить, какую опасность таит молния для людей на открытомпространстве, и почему необходимо переждать непогоду в закрытом помещении подальше от окон и дверей.

Соблюдение этих простых правил позволит сделать ваш отдых летом ярким и запоминающимся!

*Помните, что от природы дети беспечны и доверчивы. Внимание у детей бывает рассеянным. Поэтому, чем чаще Вы напоминаете ребенку несложные правила поведения, тем больше вероятность, что он их запомнит и будет применять*.

**Вы должны регулярно их напоминать**.