

Консультация 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 панамы. 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 объяснить 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 вырываешься, 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. Атракционы в парках необходимо выбирать в соответствии с рекомендованными 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 открытом пространстве, 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.