



## КОНСУЛЬТАЦИЯ «БЕЗОПАСНОЕ ЛЕТО» Полякова Ю.А.

Лето - прекрасное время года. Но наслаждаясь отдыхом нельзя забывать про опасности, которые подстерегают наших деток.

Уважаемые родители! Ваша задача максимально обеспечить защиту своего ребенка дома и за его пределами, и быть готовыми оперативно отреагировать на любые возникшие

проблемы.

Лето – это подходящее время для развития и воспитания детей и важно не упустить те возможности, которые оно представляет.

1. Познакомьте ребенка с солнцезащитным кремом и объясните, для чего и как часто им пользоваться. Не забывайте про головной убор и зонт для пляжных игр, а также о том, что необходимо чередовать время пребывания на солнце с играми в тени. Расскажите о периодах самого активного солнца (с 10-00 до 17-00) и объясните, что если ребенок чувствует, как ему начало щипать кожу, нужно сразу же уйти в тень.

2. Одеваться по погоде и ситуации.

Для жаркой погоды стоит выбирать одежду из натуральных тканей – "дышащую" и свободную. Расскажите ребёнку о том, что в лес лучше надевать одежду с длинными рукавами, брюки и закрытую обувь, потому что это может защитить от укусов насекомых. Для игр на детской площадке одежду следует подбирать без тесёмок на футболках и платьях, без шнурков продетых в капюшоны кофт, так как они могут зацепиться за игровое оборудование.

3. Купаться под присмотром взрослого.

Даже если ребенок уверенно плавает или одет в специальные нарукавники, жилет и круг, обязательно следите за ним и не упускайте его из виду. Не разрешайте купаться натощак и раньше чем через 1-1,5 часа после еды. В воде дети должны находиться в движении, при появлении озноба немедленно выйти из воды. Расскажите ребёнку, что нельзя разгорячённым окунаться в прохладную воду.

4. Не все, что привлекательно выглядит, является съедобным.

Лето – самое подходящее время, чтобы вместе с детьми изучить названия растений, ягод, грибов. В период лесных прогулок в летнее время осуществляйте строжайший надзор за ребенком, который собирает цветы, грибы и ягоды, пробует их. Не следует так же забывать о тщательном контроле, за использованием в пищу грибов, собранных детьми. Для того чтобы избежать отравления ядовитыми грибами, нужно собирать только те, которые вы хорошо знаете.

5. Осторожнее с насекомыми.

Поговорите о том, почему не нужно размахивать руками, если рядом летает оса или пчела. Почему лучше не пользоваться резко пахнущим мылом или детской косметикой с сильными ароматами, чтобы не привлекать насекомых сладкими запахами.

6. 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 возрастом, напоминать детям о пристегивании и аккуратном поведении вовремя катания. Расскажите ребенку, что на солнце металлические части игровых конструкций могут сильно нагреваться и, прежде чем съезжать с горки, нужно убедиться, не горяча ли ее поверхность, так как можно получить ожог.

7. Мыть руки перед едой.

Необходимо чаще напоминать детям о простых правилах гигиены, чтобы избежать инфекций. Также нужно тщательно следить за скоропортящимися продуктами и не хранить их при комнатной температуре.

8. Режим дня.

Старайтесь соблюдать режим дня, иначе очень трудно к нему возвращаться в сентябре. Не забывайте, что недосыпание развивает неврозы, возрастает утомление. Ребенок должен спать не менее 10 часов.

9. Пить достаточно воды.

При активных играх нужно напоминать о питье каждые 15-20 минут, а в особенно жаркие дни нелишним будет распылять воду на тело. Выходя из дома с детьми, держите в сумке стандартный летний набор: вода, солнцезащитный крем, мини-аптечка, головной убор и не портящиеся закусочки.

Уважаемые родители, помните, что роль взрослых заключается в том, чтобы приучать детей с самого раннего возраста сознательно следовать правилам безопасного поведения, особенно в период летних каникул.

### **Как же обезопасить своего ребенка от опасности на прогулке летом?**

Давайте повторим правила:

1. Систематически проводите беседы, разъяснения с детьми на темы: «Лазание на деревьях», «Опасность дорог», «Раны и ссадины», «Почему нельзя уходить далеко от дома?», «Плывать и утонуть», «Опасность пожара», «Ядовитые грибы», «Ядовитые травы», «Признаки отравления», «Тепловой удар. Что это?», «Укус насекомых».
2. Подберите соответствующую литературу с красочными иллюстрациями на данную тематику. Позвольте ребенку посмотреть картинки самостоятельно и сделать соответствующие выводы. Дополните его выводы своим личным примером из своего личного опыта, из опыта своих близких.
3. Организуйте совместные прогулки с ребенком к водоему, на луг с множеством растений, среди которых есть ядовитые. Расскажите об особенностях и лекарственных и ядовитых растений. Покажите насекомых, безобидных и опасных, расскажите, в чем заключается опасность. Подведите к водоему, расскажите о том, что купаться нужно только под присмотром взрослых и о правилах поведения и игры в воде.
4. Отправляйте на прогулку только в светлом головном уборе, сшитом только из натуральных тканей. Организуйте пребывание ребенка на свежем воздухе в утреннее и вечернее время, когда солнечная активность снижена. Чередуите отдых на улице и в помещении. Следите за тем, чтобы в жару ребенок употреблял как

можно больше жидкости, лучше всего чистой воды. Внимательно относитесь к выбору одежды, что избежать перегрева.

5. При совместных семейных походах приобщайте к «правильному отношению» к костру. Рассказывайте и показывайте, как правильно разводить и затушить за собой костер. Объясните, что костер разводится только взрослыми в специально отведенных и разрешенных для этого местах.
6. Учите быть внимательным на дороге, переходить дорогу только по пешеходному переходу и только после того, как убедитесь в отсутствии приближающегося транспорта.
7. Учите осторожности, чтобы избежать травмы тела.
8. Подберите соответствующие познавательные мультфильмы, фильмы, просмотр которых и беседы помогут научить внимательности и осторожности.
9. Постарайтесь стать и быть самым близким и дорогим другом своему ребенку, чтобы все свои самые сокровенные страхи, опасения и мечты, он доверял Вам в первую очередь!

### **Литература:**

1. Польшова В.К., Подопрigorova С.П., Дмитриенко З.С. «Основы безопасности детей дошкольного возраста» Детство- ПРЕСС, 2016 г.: ОБЖ детей дошкольного возраста.
2. Гарнышева Т.П., Детство- ПРЕСС: «ОБЖ детей дошкольного возраста».
3. Авдеева Н.Н., Стеркина Р.Б., Князева О.Л.» ОБЖ детей дошкольного возраста» Детство- ПРЕСС, 2015 г.