

## **Консультация для родителей «Безопасность летнего отдыха»**

«Лето - это маленькая жизнь» - так красиво и точно сказано в известной песне Олега Митяева. Однако, эту «маленькую жизнь» необходимо правильно обустроить, наполнить важными, интересными и, конечно, полезными для ребенка занятиями. Летом некоторые родители отправляются вместе со своими детьми за новыми впечатлениями в экзотические страны, кто-то проведёт солнечное лето в деревне, а кто-то останется в городе. Информация о том, как развивать ребёнка летом, что нового и интересного можно с ним узнать, в какие игры поиграть, какие маленькие открытия совершить, необходимо каждой семье. Лето - это подходящее время для развития и воспитания детей и важно не упустить те возможности, которые оно предоставляет.

Для этого необходимо соблюдать несколько основных правил:

Соблюдать привычный режим дня: прием пищи, прогулка, сон – должны быть в одно и то же время, как и положено. У детей дошкольного возраста свой режим дня, отличающийся от взрослого человека. И с этим надо считаться. Помните о безопасности ребенка. Прежде всего, позаботьтесь о средствах гигиены, возьмите с собой крем от солнца, если едите в поездку, для ребенка – обязательно панамку или платок. Соблюдайте питьевой режим, чтобы ребёнок не перегревался. Кормить ребенка полезной и входящей в его рацион пищей. Избегать использования острых приправ, жареной и соленой пищи. Несмотря на изобилие продуктов летом, все-таки необходимо придерживаться той диеты, которая положена ребенку по возрасту или по индивидуальным показаниям.

Не допускайте эмоционального перевозбуждения ребенка. Слишком шумные и чрезмерно подвижные игры, длительные переезды, грандиозные фейерверки и прочие громкие радости, могут утомлять детей. Для детей дошкольного возраста это слишком сложное испытание. Организуйте досуг так, чтобы он был щадящим для их нервной системы.

Не будем забывать об основной детской радости летом, купании! Все дети любят купаться, а все родители волнуются когда ребенок находится в воде. Поэтому стоит напомнить себе и ребенку о поведении в воде и у водоемов.

Первое, что необходимо запомнить — дети нуждаются в постоянном наблюдении во время отдыха у воды — будь то мелкий бассейн, декоративный рыбный пруд, спа, пляж, озеро или море.

Все дети должны находиться под контролем в воде, независимо от их навыков плавания! Каковы же требования безопасности к купанию? Место купания — оборудованный пляж или специальная купальня. Акватория пляжа должна быть ограничена буйками, дно спокойное по рельефу, пологое, песчаное. Обязательны щиты со средствами спасения (спасательные круги), спасательный пост, щит с указанием условий купания (температура воды и воздуха, волнение, ветер). Необорудованный пляж (в походах, экскурсиях) обязательно обследуется опытным взрослым. Проверяется качество дна, отсутствие коряг, пеньков, металлических предметов, омутов, водоворотов, промышленных и иных стоков, качество берега и т. д.

Запрещено купание при шторме, сильном ветре, других неблагоприятных метеоусловиях! Прежде чем взять ребенка на водоем, необходимо тщательно изучить с ним все основные правила безопасности на воде.

### **Правила поведения у водоема:**

Любой контакт ребёнка с водой должен быть согласован со взрослыми.

1. Нельзя, чтобы дети купались без присмотра, даже если они умеют плавать. Очень важно при этом, чтобы надзирающий взрослый не боялся воды и не находился под воздействием алкоголя.
2. Не позволяйте толкать друг друга или прыгать друг на друга во время пребывания в воде.

3. Категорически запретите ребёнку нырять, если он не умеет плавать.
4. Не позволяйте детям заплывать далеко за буйки, переплывать водоемы.
5. Не позволяйте детям нырять, не проверив предварительно глубину водоема и состояние дна.
6. Категорически запрещайте прыгать в воду в незнакомых местах и, с обрывов.
7. Ребёнку, который не умеет плавать, нельзя заходить в воду без надувного жилета (круги, нарукавники) и глубже, чем по пояс.
8. Проявляйте огромную осторожность с надувными матрасами, лодками, кругами. Не позволяйте детям пользоваться ими самостоятельно там, где глубоко, ветер или течение, особенно на море.
9. При преодолении водоёмов на лодках несовершеннолетние должны быть в спасательных средствах.
10. Не ныряйте с лодок, не садитесь на борт и запрещайте делать это детям.
11. Не оставляйте ребёнка одного в ванной или бассейне. Помните, что по статистике в бассейнах тонет больше детей, чем в открытых водоемах.
12. Не поручайте старшим детям следить за младшими во время купания где угодно (в реке, в бассейне, в ванной).

Современные ребята начинают гулять без сопровождения родителей гораздо позже, чем мы сами во времена своего детства. Но готовить кроху к самостоятельным «выходам в свет» стоит заранее. Так, прогуливаясь вместе с малышом, обойдите весь двор и обратите внимание на самые опасные места: люки, подвалы, чердаки, строительные площадки. Важно не просто сказать: «Сюда ходить нельзя! Это опасно!» Нужно объяснить доходчиво, почему именно нельзя: в люк можно упасть, дверь подвала может кто-нибудь закрыть, и тогда ребенок останется там в заточении (если малыша заперли в подвале не нужно кричать и плакать, лучше изо всех сил стучать в дверь – так скорее кто-нибудь услышит и придет на помощь).

Большую опасность могут представлять даже припаркованные возле дома машины. Обычно, малыши четко усваивают, что с движущимися машинами нужно быть крайне осторожными. А вот стоящий автомобиль не вызывает у них беспокойства. Расскажите ребенку, что автомобиль может внезапно поехать, и водитель не заметит малыша, который, играя в прятки, спрятался за багажником. Поэтому, нельзя бегать, и тем более прятаться вокруг машин, а если под машину закатился мячик, нужно обратиться за помощью к взрослым.

Малыши любят играть в больницу, магазин или «варить» для кукол обеды на игрушечной плите. Для этого они рвут растущие поблизости растения (траву, цветы, листья), собирают семена. И не всегда это используется «понарошку». Ребенок может попробовать приготовленное «лекарство» или кукольный «суп» на вкус. Но не все растения безобидны, как может показаться. Например, у клещевины, которую в последние годы сплошь и рядом выращивают у подъездов домов (в народе его называют «пальмой»), смертельно ядовитые семена. Малышу достаточно проглотить 2–3 семечка, что бы получить серьезное отравление. Обязательно объясняйте ребенку, что никакие растения, ягоды и семена, сорванные на улице нельзя брать в рот. А для игры лучше использовать безобидные и хорошо знакомые растения, например одуванчик, подорожник, рябину.

Как хорошо, что во дворах есть детские площадки с качелями! И как одновременно плохо, что они есть! Современные тяжелые железные конструкции обладают по истине разрушительной силой. И если такие качели на большой скорости ударят ребенка, это может закончиться плачевно. Опасность подстерегает не только крошечных несмышленишек, которые подобралась близко к качелям, пока их мамы увлеченно болтают на лавочке. И ребята постарше порой не могут правильно оценить безопасное расстояние. Поэтому, вы четко должны объяснить ребенку, что подходить к качелям можно только сбоку, а обходить их – на большом расстоянии. Садитесь и слезать нужно только тогда, когда качели

остановлены, и ни в коем случае нельзя с них прыгать. Расскажите о том, к чему могут привести нарушения этих правил. Сильно ударить малыша могут и карусели, если не соблюдать элементарные правила безопасности. Так же, как и в случае с качелями, почаще напоминайте крохе, что подходить к крутящимся каруселям опасно. Сначала нужно дождаться их остановки, и только потом усаживаться на сидение. И, конечно, крепко держаться.

Любой малыш знает, что лесенки, турнички, рукоходы, одним словом, спортивные снаряды – штука очень интересная и веселая. Они развивают ловкость, выносливость, координацию движений. И мама не будет запрещать вдоволь полазить и повисеть на них. Конечно при условии, что малыш будет делать все это с должной осторожностью. Прежде всего, обратите внимание на покрытие спортивной детской площадки. Если это песок, трава, опилки или, в крайнем случае, мелкая щебенка – смело отпускайте туда малыша. Если же площадка забетонирована или заасфальтирована, лучше поискать другое место для игр. Научите ребенка правильно спрыгивать с лесенки или турника. Когда ребенок раскачивается на перекладине, прыгать нужно в тот момент, когда тело начинает движение назад. Иначе можно легко упасть.

Катание на роликах или велосипеде – занятия полезные во всех отношениях, но, вместе с тем, довольно опасные. Прежде всего, позаботьтесь о средствах защиты маленьких спортсменов. Всевозможные шлемы, наколенники и налокотники – это не просто модные «примочки», а то, что убережет малыша не только от разбитых коленок и ободранных рученок, но и от травм куда более серьезных. Шлем для роллера обязательно подбирайте с примеркой. Он должен удобно сидеть на голове, закрывать лоб, но не съезжать на глаза. Будут нелишними и специальные перчатки без пальцев. Кататься на роликах лучше в специально отведенных для этого местах. С велосипедом проще, только обязательно учите малыша быть внимательным к «пешеходам» и не развивать большую скорость там, где есть вероятность сбить кого-то из малышей. Если вам вместе с маленьким велосипедистом нужно перейти проезжую часть, обязательно снимите его с велосипеда и переведите через дорогу за руку, ведя велосипед отдельно. И, конечно, никогда не выпускайте маленького «гонщика» из поля зрения.

Соблюдение правил безопасности, частое напоминание себе и малышу о правилах поведения на улице, поможет получить от летнего отдыха с семьей удовольствие!