

## **«Уроки осторожности летом» — практические рекомендации для родителей»**

Автор: Инструктор по физической культуре МБДОУ  
МО г. Краснодар «Детский сад №179» **Стешкина И.В.**

Лето - это самое замечательное время года! Чтобы оно прошло для ребенка с пользой, необходимо организовывать ему активный досуг. Тем более, если ребенок проводит лето в городе. Чем насыщеннее будет организовано и спланировано его время, тем больше пользы получит ребенок от летнего времяпровождения.

Большое внимание необходимо уделять ребенку в летний период, особенно если вы отдыхаете на природе. Поэтому мне бы хотелось дать несколько практических рекомендаций для родителей, которые помогут сделать отдых безопасным и комфортным.

- Будьте осторожны с солнечным излучением. Дети могут загорать очень непродолжительное время и должны быть смазаны солнцезащитным кремом с фактором солнечной защиты от 15 до 30. Нахождение в тени, зонтики и шляпа с большими полями, все это защищает от солнца.

- Следуйте правилам техники безопасности на воде. Никогда нельзя оставлять ребенка вне поля зрения и досягаемости возле воды. Используйте только проверенные плавсредства

- Безопасность у огня. Лето не может называться таковым без пикников, барбекю и шашлыков. Несомненно, ребенку покажется завораживающим мерцание огня, поэтому Вам нужно всегда находиться между грилем и ребенком. Не забывайте о том, что

угли остаются некоторое время горячими. Полностью затушите их, когда вечеринка закончится.

- Проверьте местность на наличие потенциальной опасности. Если Вы куда-либо переезжаете, всегда очень внимательно посмотрите вокруг. Знание потенциальных угроз может снизить риск пораниться для Вашего малыша.

- Отравления. У многих людей есть свои сады и огороды, где летом созревает множество различных ягод и плодов. Тут возникает соблазн угостить ребенка немывтыми ягодами прямо с куста или напоить парным молоком. Для более «взрослых» деток такое молоко не представляет опасности, а у малышей может вызвать кишечные расстройства или инфекционное заболевание.

- Насекомые. С наступлением тепла на улице появляется большое количество насекомых. Некоторые из них безвредны (бабочки, муравьи, божьи коровки, кузнечики и др., а другие представляют угрозу для ребенка (клещи и комары, мошки, клопы и др.) .В помещении можно использовать фумигатор, который не поглощает кислород, или установить на окна специальную москитную сетку (марлю). Обязательно носите в своей сумочке специальные салфетки-репелленты. Их запах будет отпугивать насекомых в течение нескольких часов.

Желаем Вам и Вашим детям хорошего отдыха !!!