

# «Лето и безопасность ваших детей»

*За жизнь и здоровье детей отвечают взрослые, и в первую очередь именно родители должны создать безопасные условия жизнедеятельности детей в летний период, сформировать у них навыки безопасного поведения и умения предвидеть последствия опасных ситуаций. 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.*

Лето – самое благоприятное время, когда необходимо использовать все имеющиеся возможности для оздоровления ребенка. Дети все больше времени проводят летом на улице, на даче с родителями, выезжают на отдых в лес и на водоемы. А летом дети должны быть на свежем воздухе как можно дольше. Прогулки, игры, физкультура – лучший отдых после учебного года. Не рекомендуется допускать значительных отклонений в режиме дня: время пробуждения и отхода ко сну должны быть примерно такими, как во время учебного года, или изменены в разумных пределах.

Лето характеризуется нарастанием двигательной активности и увеличением физических возможностей ребенка, которые, сочетаясь с повышенной любознательностью и стремлением к самостоятельности, нередко приводят к возникновению опасных ситуаций. Предупреждение детского травматизма – одна из самых актуальных проблем нашего времени.

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. Необходимо выделить некоторые правила поведения, которые дети должны выполнять неукоснительно, так как от этого зависят их здоровье и безопасность.

## Опасная высота!

Особую опасность представляют открытые окна и балконы. Малыши не должны оставаться одни в комнате с открытым окном, балконом, выходить без взрослого на балкон, играть там, в подвижные игры, прыгать.

Есть определенная категория детей, которые боятся высоты, но есть дети, у которых инстинкт самосохранения как бы притуплен, и они способны на некоторые необдуманные поступки.

Для ребенка постарше должно быть абсолютным законом, что, выглядывая в окно или с балкона нельзя подставлять под ноги стул или иное приспособление.

Очень важно, чтобы ребенок осознавал возможные последствия своего поведения и в этом ему можете помочь вы, родители.

Родители для безопасности собственных детей должны тщательно продумать расстановку мебели, чтобы ребёнок не смог взобраться на подоконник. Необходимо позаботиться и о специальных фиксаторах, которые не позволят ребёнку открыть окно. Нельзя надеяться на москитную сетку! Она создаёт для ребёнка мнимую иллюзию закрытого окна. Ребёнок подсознательно воспринимает москитную сетку как защитный барьер, порой опирается на неё, в результате происходит не поправимое несчастье. По статистике, больше половины детей выпали из окна вместе с москитной сеткой!

## Осторожно! Болезнетворные микробы!

Летнее тепло не только согревает, но и, к сожалению, содействует размножению болезнетворных бактерий, которые чаще всего попадают в организм с недоброкачественной пищей. Пищевые продукты и элементарное несоблюдение правил гигиены могут вызвать кишечные инфекционные заболевания.

Не забывайте обязательно мыть овощи и фрукты перед употреблением.

Правило: «Мыть руки перед едой!» — летом, как никогда, актуально! Перед тем как перекусить на открытом воздухе – обязательно вымойте руки себе и ребенку.

### Безопасное поведение в лесу

Прогулка в лес – это очень хороший отдых, который укрепляет здоровье, знакомит ребенка с родной природой. Но есть некоторые правила, с которыми взрослые должны обязательно ознакомить ребенка, так как лес может таить в себе опасность. Расскажите ребенку о ядовитых грибах и растениях, которые растут в лесу, на полях и лугах. Объясните, что надо быть осторожными и отучиться от вредной привычки пробовать все подряд (ягоды травинки). Для закрепления знаний полезно использовать настольные игры-классификации, соответствующий наглядный материал, а в летний сезон во время прогулки в лес показать ядовитые растения и грибы «в живую». Необходимо развивать у детей потребность в общении с родителями, умение побороть застенчивость во время обращения к взрослым при появлении симптомов отравления.

Напоминайте ребенку, что ему ни в коем случае нельзя ходить по лесу одному, нужно держаться всегда рядом с родителями. Но что делать, если он чем-то увлекся и не заметил, как заблудился?

Объясните ребенку, что не нужно поддаваться панике и бежать, куда глаза глядят. Как только потерял родителей, следует кричать громче, чтобы можно было найти друг друга по голосу, и оставаться на месте. Малыш должен твердо знать, что его обязательно будут искать.

## Осторожно! Насекомые

Для детей опасны укусы пчел, ос, комаров и многих других насекомых.

При оказании первой помощи в первую очередь следует удалить жало из места укуса, затем промыть ранку спиртом и положить холод.

Если реакция ребенка на укус бурная – необходимо немедленно обратиться к врачу (дать препарат противоаллергического действия).

## Осторожно: тепловой и солнечный удар!

Специалисты не делают больших различий между этими состояниями. И это понятно. В основе как теплового, так и солнечного удара лежит перегревание организма. Причиной теплового удара является затруднение теплоотдачи с поверхности тела. Часто это связано с длительным пребыванием в жаркой, влажной атмосфере. При солнечном ударе возникает нарушение кровообращения в головном мозге. Обычно это бывает, когда ребенок ходит на солнце с непокрытой головой.

Чем меньше возраст ребенка, тем он чувствительнее к действию жары и солнечных лучей. Поэтому перегрев организма у маленького ребенка иногда может уже случиться во время приема воздушных ванн. При легком солнечном или тепловом ударе симптомы в основном однотипны. Это – головокружение, слабость, головная боль. У малышей часто отмечается расстройство кишечника. В тяжелых случаях могут появиться судороги, рвота, потеря сознания. Во всех таких ситуациях нужно срочно вызвать врача, а до его прихода перенести ребенка в тень, смочить голову и грудь холодной водой, не переносицу положить холодный компресс, приподнять голову. Дайте ребенку попить и успокойте его. Купание – прекрасное закаляющее средство.

Воздушные ванны особенно рекомендованы детям с ослабленным организмом. Лучшее время проведения – с 8 до 10 часов. Каждую воздушную ванну лучше всего заканчивать водной процедурой.

Следите, пожалуйста, за тем, как одет ваш ребенок, сколько времени он пробыл под открытым солнцем. Длительность воздушно — солнечных процедур должна возрастать постепенно с 3-4 минут до 35-40 минут.

### **В детский сад обязательно надевайте своему ребенку головной убор!**

Обратите внимание: современные ткани не все ориентированы на ношение в жарком климате. Если Вы заметили, что после какой-то одежды у Вашего ребенка регулярно появляется потничка – не надевайте ему эти вещи. Отдавайте предпочтение в летнее время хлопку. Не увлекайтесь джинсовыми шортами, особенно они могут навредить мальчишкам.

## **Опасности, связанные с путешествием на личном транспорте**

Для маленьких пассажиров основным и самым эффективным средством защиты является детское удерживающее устройство — так называемое автокресло, сконструированное с учетом всех особенностей детского организма, индивидуально подобранное к росту и весу ребенка и, наконец, правильно установленное в машине.

Нельзя пристегиваться и одним ремнем с ребенком — при столкновении вы просто раздавите его своим весом.

Сажайте детей на самые безопасные места (середину или правую часть заднего сиденья). Пристегивайте ребенка ремнями безопасности. Не разрешайте ребенку стоять между сиденьями, высовываться из окна, выставлять руки, снимать блок с двери, трогать ручки во время движения. Выходить из машины ребенку можно только после взрослого.

## **Опасности, связанные с катанием на роликах и велосипеде**

Не разрешайте ребёнку выходить на улицу с велосипедом, самокатом или роликами без сопровождения взрослых.

Разрешайте кататься только по тротуарам с ровной поверхностью.

Если ребёнок ещё плохо управляет велосипедом и часто падает, снабдите его индивидуальными средствами защиты – наколенниками, налокотниками, шлемом.

## **Меры предосторожности, связанные с купаниями в водоемах**

Главное условие безопасности – купаться в сопровождении кого-то из взрослых. Необходимо объяснить ребенку, почему не следует купаться в незнакомом месте, особенно там, где нет других отдыхающих. Дно водоема может таить немало опасностей: затопленная коряга, острые осколки, холодные ключи и глубокие ямы.

Тщательно осмотрите место отдыха и купания. Проверьте, нет ли битого стекла, острых камней и других опасных предметов. Не забывайте надеть на ребенка на пляже головной убор. Располагайтесь с ребенком в тени деревьев, избегая прямых солнечных лучей. Входите с ребенком в воду постепенно. Резкое погружение разгоряченного тела в прохладную воду может спровоцировать спой сердцебиения и судороги. Не допускайте переохлаждения ребенка в воде. Чередуйте купание с играми на берегу.

Прежде чем заходить в воду, нужно понаблюдать, как она выглядит. Если цвет и запах воды не такие, как обычно, лучше воздержаться от купания.

Также дети должны твердо усвоить следующие правила:

Игры на воде опасны, нельзя, даже играючи, «топить» своих друзей или «прятаться» под водой);

Категорически запрещается прыгать в воду в не предназначенных для этого местах;

Нельзя нырять и плавать в местах, заросших водорослями;

Не следует далеко заплывать на надувных матрасах и кругах;

Не следует звать на помощь в шутку.

## **Безопасность при общении с животными**

Детям нужно прививать не только любовь к животным, но и уважение к их способу жизни. Необходимо объяснить детям, что можно делать и чего нельзя допускать при контактах с животными.

Например, можно кормить бездомных собак и кошек, но нельзя их трогать и брать на руки. Нельзя подходить к незнакомым собакам, беспокоить их во время сна, еды, ухода за щенками, отбирать то, во что играют собаки.

Напоминайте детям, что и от кошек, и от собак передаются людям болезни – лишай, чесотка, бешенство. После того, как погладил животное, обязательно нужно вымыть руки с мылом.

Если укусила собака или кошка, сразу же нужно сказать об этом родителям, чтобы они немедленно отвели к врачу.

**Пусть Ваше лето будет веселым, увлекательным, а самое главное безопасным! Следование этим простым рекомендациям поможет обезопасить жизнь и здоровье вашего ребенка и позволит провести лето с максимальным удовольствием!**