**Консультация для родителей**

**«Чтобы лето принесло радость»**

Лето – не только время путешествий, но и наиболее благоприятная пора для отдыха, закаливания и оздоровления детей. В этот период очень важно распорядиться этим драгоценным временем с пользой. Задача родителей максимально обеспечить защиту своего ребенка дома и за его пределами, и быть готовыми оперативно отреагировать на любые возникшие проблемы. Лето это пора, когда все стремятся за новыми незабываемыми впечатлениями на отдых, на дачу, на море или просто в богатый дарами летний лес и на теплую речку с песчаным берегом. Давайте обратим внимание на некоторые опасные моменты, чтоб не испортить это прекрасное время года ни себе, не своим детям:

**Осторожно: микробы!**

К сожалению, летнее тепло не только согревает нас, но и 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 мыть овощи и фрукты, перед тем, как их съесть.

Правило: «Мыть руки перед едой!», летом актуально как никогда!

Перед тем, как перекусить в открытом кафе на улице, обратите внимание, есть ли там умывальник.

**Осторожно: солнце!**

Безусловно, солнце благотворно влияют на детский организм. Под воздействием солнечных лучей вырабатывается витамин D, так необходимый для профилактики рахита, укрепляется иммунная и нервная система, нормализуется обмен веществ, вырабатывается серотонин, который называют «гормоном радости». Но солнце может стать не только другом вашего ребёнка, но и злейшим врагом нанося тепловой удар или солнечные ожоги получаемые ребенком в жаркий день. Следите, пожалуйста, за тем, как одет ваш ребенок. Одежда, которую вы одеваете ребенку, должна быть легкой, не стесняющей движений, из натуральных тканей хлопчатобумажной или льняной. В солнечные дни обязательно одевайте ребенку головной убор. Лучшее время солнечных ванн с 8.00 до 11.00 утра и после 16.00 вечера. Очень важно соблюдать питьевой режим, ведь вода важнейшая составляющая организма. Чаще предлагайте ребенку пить. Используйте специальную детскую косметику для защиты кожи от вредных ультрафиолетовых лучей.

**Осторожно: водоем!**

Приходя на водоем, помните, что вы отвечаете за жизнь и здоровье ваших детей! Не оставляйте детей без присмотра, не отпускайте их одних гулять вблизи водоемов. За купающимися детьми должно вестись непрерывное наблюдение со стороны взрослых. Грязные и заброшенные водоемы могут содержать дизентерию, брюшной тиф, сальмонеллез и холеру!

 **Осторожно: дорога!**

Своевременно обучайте детей умению ориентироваться в дорожной ситуации, воспитывайте у ребенка потребность быть дисциплинированными и внимательными на улице, осторожными и осмотрительными. Не отпускайте ребенка одного на дорогу, держите его за руку, не разрешайте сходить с тротуара. Приучайте ребенка ходить спокойным шагом, придерживаясь правой стороны тротуара. Обратите внимание, что дорога предназначена только для машин, а тротуар для пешеходов. Переходить дорогу можно только по наземному или подземному переходу. Не разрешайте ребенку в общественном транспорте высовываться из окна, выставлять руки или какие-либо предметы.

**Осторожно: опасные растения!**

Обязательно позаботьтесь о том, чтобы в том месте, где вы отдыхаете, (дача, парк, лес и. т. д), не было ядовитых растений, таких как: морозник, безвременник, молочай, клещевина, борщевик, волчий ягодник, бобовник. Ядовитые вещества содержат олеандр, дурман, майский ландыш. Помните, что к «агрессивным» относятся растения, которые выделяют много пыльцы, ведь пыльца – один из самых распространенных аллергенов. Сюда относятся: астры, хризантемы, маргаритки, бархатцы, ноготки, а также ива, сирень, береза, клен. Покажите ребенку эти растения на картинке и обратите внимание на то, что этих растений стоит опасаться.

**Осторожно: опасности связанные с путешествием на личном транспорте!**

Во время путешествия сажайте детей на самые безопасные места (середину или правую часть заднего сиденья). Следите за открытыми окнами, блокируйте двери, не останавливайтесь в незнакомых местах. 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!

 **Осторожно: огонь!**

Открытый огонь привлекает всех без исключения, а детей особенно. Им очень хочется познать эту стихию, а взрослые бояться, что это знакомство состоится. Как бы вы не старались, вам не удастся убедить ребенка, что огонь это не интересно. Даже если вы будите запрещать ребенку приближаться к нему, ребенок все равно познакомится с ним, но уже без вас. Поэтому научите его правилам безопасности и способам тушения огня. Договоритесь с ребенком о том, что подходить к огню он будет только в вашем присутствии. Объясните, что опасность костра это не ожоги, над открытым огнем очень легко потерять контроль, так как пламя может перекинуться от костра на сухую траву. Можно показать ребенку в безопасной обстановке, как моментально вспыхивает и сгорает лист бумаги. У всех людей, в том числе и маленьких, есть природный страх перед огнем. Но у людей в отличие от животных, есть власть над ним. При разжигании огня на природе обязательно держите рядом с костром воду!

**Осторожно: катание на роликах и велосипеде!**

Кататься на роликах или велосипеде очень весело! Чтобы это занятие приносило вашему ребенку только радость, постарайтесь соблюдать определенные правила. Если ребенок еще плохо управляет велосипедом и часто падает катаясь на роликах снабдите его индивидуальными средствами защиты – наколенниками, налокотниками, шлемом. Разрешайте кататься только по тротуарам с ровной поверхностью. Научите его останавливаться у опасных мест – выездов машин из дворов, с автостоянок и др. Не разрешайте выходить ребенку на улицу с велосипедом, самокатом или роликами без сопровождения взрослых.

 **Осторожно: насекомые!**

Для детей опасны укусы пчел, ос, комаров.

Если реакция ребенка бурная – необходимо немедленно обратиться к врачу (дать препарат с противоаллергическим действием). При оказании первой помощи в первую очередь следует удалить жало из места укуса, затем промыть ранку спиртом и положить холод.

**Уважаемые родители!**

Впереди у вас три месяца летнего отдыха. Ваша задача максимально обеспечить защиту своего ребенка дома и за его пределами и быть готовыми в любую минуту оперативно отреагировать на возникшие проблемы.

**Желаем вам интересного лета, здоровья и хорошего настроения!**

