Рекомендации по безопасности детей в летний период.

Лето – пора веселья и беззаботности, в особенности для наших детей. Родителям же остается быть чрезмерно внимательными, поскольку в местах отдыха могут таиться всякого рода опасности. Поэтому ознакомление с правилами безопасности на летних каникулах чрезвычайно важно для всех мам и пап. Кстати, не помешает рассказать о них и детям. И речь идет не только о безопасности дошкольников летом. Многие ученики средних и старших классов во время отдыха делают много глупостей и наносят вред организму.

Чтобы отдых оставил приятные впечатления и воспоминания, а неприятности не омрачили три летних месяца, стоит заранее подумать о безопасности детей и напомнить им об этом.

1. Безопасность на воде летом.

Большинство семей предпочитают проводить жаркие летние дни на пляжах водоемов – озера, реки, моря. Взрослые и малыши с удовольствием купаются и загорают, дышат свежим воздухом. Однако вода может быть опасной. Поэтому перед поездкой на место отдыха следует изучить следующие рекомендации:

1. Не разрешайте купаться ребенку без вашего присмотра, особенно на матрацах или надувных кругах.
2. Отпускайте отпрыска в воду только в плавательном жилете или нарукавниках.
3. Не позволяйте детям играть в игры, где участники прячутся под водой или их «топят». Такие развлечения могут окончиться трагедией.
4. Не разрешайте заплывать за буйки и нырять в неизвестных местах водоема, поскольку камни и ветки деревьев часто приводят к травмам.
5. Контролируйте время пребывания ребенка в воде, чтобы не допустить переохлаждения.
6. Во избежание солнечных ожогов смазывайте кожу ребенка специальными солнцезащитными средствами. Безопасность на природе летом.

2. Безопасность в лесу.

Если вам удастся выбрать на природу (лес, парк), обязательно ознакомьтесь с правилами безопасности детей летом:

1. В таких местах обычно много клещей, укусы которых опасны тяжелыми заболеваниями (энцефалит, болезнь Лайма). Поэтому ребенка лучше одеть в штаны и закрытую обувь. Причем брюки следует заправить в резинку

носков. Не помешает и обработка поверхности одежды средствами от насекомых.

2. Объясните ребенку, что запрещено трогать незнакомые грибы и кушать неизвестные ягоды или плоды, растущие в лесу – они могут быть ядовитыми.

3. Во избежание укуса таких насекомых как шмели, осы, пчелы, расскажите, что нужно оставаться недвижимым, когда они поблизости.

4. Не позволяйте ребенку подходить к животным, которые могут укусить его и заразить бешенством.

5. Ни в коем случае не оставляйте детей без присмотра – они могут заблудиться.

3. Безопасность на солнце.

Стоит, как можно раньше познакомить ребенка с солнцезащитным кремом и объяснить, для чего и как часто им пользоваться. И даже с учетом нанесенного крема нужно не забывать про головной убор и зонт для пляжных игр в песке, 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.

Следует помнить, что детская кожа в силу своих особенностей (снижена способность вырабатывать пигмент меланин), очень чувствительна к воздействию ультрафиолетовых лучей. В связи с этим, в летний период детям первого года жизни противопоказаны прямые солнечные лучи. Для того, чтобы в коже малыша вырабатывалось достаточное количество витамина Д, вполне достаточно прогулок в так называемой «кружевной» тени деревьев, а не на открытом солнце. Дети должны ежедневно находиться на свежем воздухе не менее 2-3 часов. Детям старше 3 лет разрешено пребывание на солнце до15 минут (при применении солнцезащитных средств до 75 минут).

4. Безопасность при занятиях активными видами спорта.

При занятии активными видами спорта: езда на скейте, роликах, велосипеде, самокате – обеспечьте ребенку надежную защиту уязвимых мест. Надевание такого снаряжения пусть станет обязательным правилом, неважно, одну минуту ехать до нужного места или двадцать.

Для этого надо использовать шлем, наколенники, налокотники, защиту ладоней. При езде на роликах обращайте внимание на то, чтобы они надежно фиксировали лодыжку, которую ребенок может вывихнуть. Старайтесь приобретать спортивные товары от надежных производителей, особенно это касается травматических видов спорта. Обучите ребенка технике

правильного падения в критической ситуации или обратитесь к инструктору. При использовании любого спортивного инвентаря следите, чтобы он был исправен и соответствовал возрасту ребенка. Например, если ребенок ездит на велосипеде, то рама должна быть хотя бы на 7 см ниже, чем высота паха стоящего на земле ребенка. Это необходимо для того, чтобы избежать опасных травм паховой области. Высота сиденья велосипеда должна быть такова, чтобы ребенок мог нормально дотягиваться прямой ногой до педали в нижнем положении, при этом его ступня должна стоять на ней средней частью. Всегда обращайте внимание на качество защиты цепи, чтобы туда не попала штанина — это может привести к травме.

Начинающий велосипедист должен знать, что велосипед должен иметь исправные тормоза, руль и звуковой сигнал. Для езды ночью спереди должны быть фара, а сзади красный и по бокам на колесах оранжевые светоотражатели.

Велосипеды должны двигаться по велосипедной дорожке, а если ее нет, то по крайней правой полосе проезжей части. Допускается движение по обочине, если это не создает помехи пешеходам. Движение на велосипеде по тротуару запрещено. Ездить на велосипеде по дорогам можно с 14 лет. Запрещено переезжать дорогу на велосипеде, необходимо сойти с велосипеда и вести его за руль; разговаривать по телефону или слушать плеер через наушники, это может быть опасно; нельзя ездить, не держась за руль; на велосипеде катать кого-либо на раме и багажнике; ездить без светоотражателей; буксировка велосипедов.

5. **Безопасность на игровых площадках.**

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 правилами возрастом, напоминать детям о пристегивании и аккуратном поведении во время катания. Во время прыжков маленького ребенка на батуте, взрослому нужно находиться рядом и не разрешать кувырки или прыжки нескольких детей на батуте одновременно. Также нужно объяснить ребенку, что на солнце металлические части игровых конструкций могут сильно нагреваться и, прежде чем съезжать с горки, нужно убедиться, не горяча ли ее поверхность.

6. Мыть руки перед едой.

Приучите ребенка мыть руки перед каждым приемом пищи или хотя бы тщательно вытирать их влажными салфетками. Не употребляйте на жаре

скоропортящиеся продукты, особенно мясо, которое может превратиться в яд уже после 20 минут нахождения на солнце.

Старайтесь больше употреблять овощи, фрукты и ягоды. Мойте их тщательно, перед тем как употребить в пищу. Старайтесь не приобретать фрукты, которым еще по сезону не должны продаваться. Как правило, это продукты, выращенные с большим добавлением химических веществ, стимулирующих рост, они очень опасны для здоровья и могут вызвать сильное отравление. В аптечке всегда держите средства лечения отравлений

7. **Одеваться по погоде и ситуации.**

Для жаркой погоды стоит выбирать одежду из натуральных тканей – "дышащую" и свободную. Поговорите о том, почему в лес лучше надевать одежду с длинными рукавами, брюки и закрытую обувь, и как это может защитить от укусов насекомых. Обратите внимание на то, как одет ребенок, играющий на детской площадке: опасными элементами одежды, считаются тесемки на футболках и платьях и особенно шнурки, продетые в капюшоны кофт, так как они могут зацепиться за игровое оборудование.

8. При грозе и молнии найти безопасное укрытие.

Даже если ребенок не боится громких звуков, а вид сверкающей молнии кажется ему завораживающим, стоит четко объяснить, какую опасность таит молния для людей на открытом пространстве, и почему необходимо переждать непогоду в закрытом помещении подальше от окон и дверей. Во время грозы НЕЛЬЗЯ прятаться под деревья!

9. Пить достаточно воды.

Хорошо, если у ребенка есть свой рюкзак, а в нем бутылка с водой, которую можно наполнить. При активных играх нужно напоминать о питье каждые 15-20 минут, а в особенно жаркие дни нелишним будет распылять на тело термальную или обыкновенную воду из пульверизатора. Желательно, чтобы, выходя из дома, с детьми, родители держали в сумке стандартный летний набор: вода, солнцезащитный крем, мини-аптечка, головной убор и не портящиеся закуски.

10. ***Окна – источник опасности***

Любознательных малышей привлекают окна, а москитная сетка им кажется достаточно надежной опорой. Установите защитные механизмы на рамы – это поможет избежать страшных последствий падения с высоты.

11. Безопасность на дороге.

Если ты пошел гулять – ты пешеход. Поехал на велосипеде, скутере, мотоцикле – водитель транспортного средства. Сел в автомобиль, трамвай, автобус – ты пассажир. И для твоей безопасности давно разработаны умные правила поведения на дороге:

1. без взрослых на дорогу выходить нельзя, идешь со взрослым за руку, не вырывайся, не сходи с тротуара;
2. ходить по улице следует спокойным шагом, придерживаясь правой стороны тротуара;
3. переходить дорогу можно только по пешеходному тротуару на зеленый сигнал светофора, убедившись, что все автомобили остановились;
4. садясь в машину, обязательно пристегивайся ремнем безопасности;
5. в общественном транспорте не высовывайся из окон, не выставляй руки и какие-либо предметы;
6. выходи из машины только со стороны тротуара, так ты будешь защищен от проезжающих мимо машин;
7. катайся на велосипеде только в безопасных местах вдали от дорог – в парках, во дворах, на велодорожках;
8. ездить на велосипедах по дорогам можно только с 14 лет, а на мопедах с 16 лет;
9. никогда не выезжай на проезжую часть на роликах или скейтах и не катайся на них по тротуарам;
10. ходи только по тротуарам, если тротуара нет – иди по обочине навстречу движению;
11. переходи улицу только там, где разрешено, посмотри сначала налево, потом направо;
12. не переходи улицу на красный свет, даже если нет машин;
13. не играй на дороге или рядом с ней;
14. не выбегай на проезжую часть.

12. Безопасность на железнодорожных путях.

Переходите железнодорожные пути только в установленных местах, пользуясь пешеходными мостами, тоннелями, настилами, убедившись в отсутствии движущегося поезда или маневрового локомотива.

Запомните:

1. проезд и переход через железнодорожные пути допускается только в установленных и оборудованных для этого местах;
2. при проезде и переходе через железнодорожные пути необходимо пользоваться специально оборудованными для этого пешеходными переходами, тоннелями, мостами, железнодорожными переездами.

Запрещается:

1. подлезать под железнодорожным подвижным составом;
2. перелезать через автосцепные устройства между вагонами;
3. заходить за ограничительную линию у края пассажирской платформы;
4. бежать по пассажирской платформе рядом с прибывающим или отправляющимся поездом;
5. устраивать различные подвижные игры;
6. прыгать с пассажирской платформы на железнодорожные пути;
7. осуществлять посадку и (или) высадку во время движения.

Уважаемые родители, пожалуйста, помните, что безопасность ребенка – в ваших руках. Отнеситесь серьезно к нашим рекомендациям. Пусть лето в вашей семье будет безопасным, подарит много ярких моментов, принесет только положительные эмоции, оставит в памяти теплые и яркие воспоминания.