

Консультация «Лето красное – безопасное»

Лето представляет большие возможности для сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей, развития их познавательного интереса и экологической культуры. В летнее время создаются наиболее оптимальные возможности для проведения оздоровительной работы как в семье, так и в дошкольном учреждении. Дети большую часть времени проводят на свежем воздухе, усиленно занимаются посильным трудом, активно проводятся различные закаливающие процедуры. Важно помнить об основных опасностях летом:

- **Защита от солнца.** Дети должны носить головные уборы, по возможности использовать солнцезащитный крем. Важно избегать пребывания на солнце в период с 11:00 утра до 16:00 вечера, когда солнце наиболее активно.
- **Защита от комаров и клещей.** Дети должны носить защитную одежду и использовать репелленты. Важно также проверять детей на наличие укусов и своевременно обращаться за квалифицированной помощью, если они были обнаружены.
- **Защита от теплового удара.** Дети должны пить достаточное количество воды и избегать физических нагрузок в периоды наибольшей жары.
- **Безопасность на воде.** Дети должны находиться в воде и около воды **только под присмотром взрослых**, а также использовать специальные плавательные средства.
- **Личная гигиена.** Тепло способствует усиленному размножению бактерий, быстро растут их колонии в недоброкачественных продуктах питания. Овощи и фрукты обязательно мойте под проточной водой перед употреблением. Постоянно напоминайте ребенку о личной гигиене, ее первом незыблемом правиле — мыть руки перед едой.
- **Открытые окна.** Для защиты ребенка недостаточно строгого запрета. Родителям необходимо предпринять дополнительные шаги для детской безопасности: не доверять москитным сеткам; снять с окон обычные ручки и заменить их на ручки со встроенным замком.
- **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 обратились к врачу.

**Летние закаливающие процедуры
(проводятся в саду и дома 1-2 раза в день):**

- Воздушные ванны при температуре воздуха +28...+ 30°C.
- Солнечные ванны средней продолжительностью 20 минут.
- Обтирание влажной губкой +18...+20°C (3–5 секунд).
- Обливание теплой водой 5–10 секунд с постепенным снижением температуры до +20°C.
- Ходьба босиком по траве, песку, земле, речной или морской гальке.

Источники: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2022/06/14/konsultatsiya-dlya-roditeley-zdravstvuy-letno-krasnoe>; <https://simdou58.crimea-school.ru/content/letno-krasnoe>

Материал подготовил ст.воспитатель Бережная О.Н.